



JAHRES- PROGRAMM GLEICHSTELLUNG

Christina Koterba-Göbel & Anna Kubicek

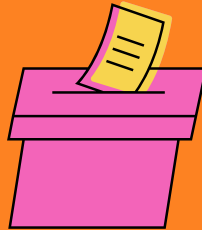
Landkreis Bad Dürkheim

Grünstadt-Leiningerland

STÄRKEN

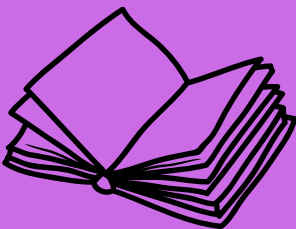


INFORMIEREN



**MÄRZ -
NOVEMBER
2025**

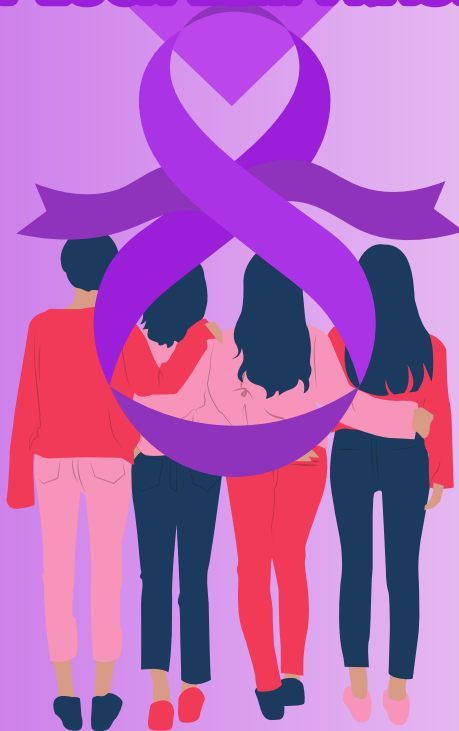
ERLEBEN



INSPIRIEREN



Herzens-März
WIR für EUCH zum FRAUENTAG



Am 8. März ist Internationaler Frauentag. Seinen Ursprung hatte der Frauentag 1909 in den USA. Von dort verbreitete er sich nach Europa. 1975 wurde er von den Vereinten Nationen am 8. März als Internationaler Frauentag institutionalisiert.
Quelle: Bundeszentrale für politische Bildung



Online-Vortrag

DONNERSTAG, 06.03.2025, 19 UHR

Die Kraft der Wechseljahre: Wie wir die Menopause nutzen, um uns neu zu (er)finden mit Dr. med. Suzann Kirschner-Brouns

Körperliche Beschwerden sind eine Seite der Wechseljahre. Viel weniger bekannt und weit weniger erforscht sind die psychischen Symptome, die mit der Menopause einhergehen können. Die Ärztin und Buchautorin Suzann Kirschner-Brouns hat schon viele Patientinnen durch die Wechseljahre begleitet und diese Lebensphase bereits selbst erlebt.

Anmeldung: anna.kubicek@gruenstadt.de

Kosten: kostenfrei

Link zur digitalen Plattform wird vor Beginn der Veranstaltung bekannt gegeben

*Veranstalter*innen: Gleichstellungsstellen Landkreis Bad Dürkheim und Grünstadt-Leiningerland*

Workshop

SAMSTAG, 08.03.2025, 16 BIS 19:30 UHR

Workshop anlässlich des Weltfrauentags Von der Ohnmacht zur Stärke: „Sprechen wir über sexualisierte Grenzüberschreitungen, Übergriffe und Belästigungen im Job“

Wer kennt nicht solche Situationen? Ein unbedachter Kommentar oder eine zweideutige Bemerkung kann Aggression und Übergriffigkeit hervorrufen. Oft fühlen sich Betroffene hilflos. Schärfen Sie Ihr Bewusstsein für häufig tabuierte Themen und lernen Sie, sich in schwierigen Momenten zur Wehr zu setzen oder Betroffene zu unterstützen.

Der praxisorientierte Impulsvortrag bietet Raum für Diskussionen und eigene Fallbeispiele.

Kursleiterin: Heike Thompson

Veranstaltungsort: Gemeindezentrum Eulennest, Hauptstraße 8, 67281 Bissersheim

Anmeldung: www.kvhs-duew.de Kursnummer/ **C1070501DI**, vhs@vg-l.de

oder 06359-80014042, Kosten: 10€

*Veranstalter*innen: Gleichstellungsstelle Grünstadt-Leiningerland und Kreisvolkshochschule Bad Dürkheim*

Stadtführung

SAMSTAG, 08.03.2025, 11 UHR

Dürkheimer Frauengeschichte(n)- Stadtführung “Auf der Spur der weiblichen Seite Bad Dürkheims“

Die Spur der weiblichen Seite Bad Dürkheims zu verfolgen, in den Fußstapfen berühmter Dürkheimerinnen zu laufen, dabei viel Wissenswertes, aber auch Kurioses zu erfahren- all das können die Teilnehmenden der Stadtführung zum Thema „Dürkheimer Frauengeschichten“ erleben. In Kooperation mit der Leiterin des Stadtmuseums Dr. Britta Hallmann-Preuß findet diese Stadtführung Jahr für Jahr großen Anklang. Gerne machen wir uns auch dieses Jahr wieder auf den Weg durch die Innenstadt von Bad Dürkheim bis zum Kurpark und lauschen den abwechslungsreichen Geschichten über starke Dürkheimerinnen. Zum gemütlichen Ausklang gibt es dann ein gutes Glas Sekt im Stadtmuseum und natürlich die Gelegenheit, neue Kontakte zu knüpfen.

Anmeldung: gleichstellung@kreis-bad-duerkheim.de

Kosten: kostenfrei

Treffpunkt: Dürkheimer Haus, Kaiserslauterer Straße 1, 67098 Bad Dürkheim

*Veranstalter*innen: Gleichstellungsstelle Landkreis Bad Dürkheim, Stadtmuseum Bad Dürkheim*

„MalleDiven- Ausgebrannt am Sommerstrand“ Weibsbilder- Kabarett, Comedy und Musik

Da die Damen des Kabarett- und Comedyduos Weibsbilder noch immer unbemannt durchs Leben laufen müssen, wollen Claudia Thiel und Anke Brausch diesmal ihr Glück bei einer Single-Kreuzfahrt suchen, um in hoffentlich ruhigen Gewässern im Eehafen anzulegen. Was sie dort erleben oder eben nicht, erfahren Sie in ihrem neuen Programm. Ohne ein Blatt vor den Mund zu nehmen, reihen sie beim Publikum einen Lacher an den anderen und glänzen mit Witz und Charme.

Veranstaltungsort: Dürkheimer Haus, Kaiserslauterer Straße 1, 67098 Bad Dürkheim
Anmeldung: gleichstellung@kreis-bad-duerkheim.de
Kosten: 16€ inklusive ein Glas Begrüßungssekt
Veranstalter*innen: Gleichstellungsstellen Landkreis Bad Dürkheim und Grünstadt-Leiningerland, Stadt Bad Dürkheim

Fahrt nach Straßburg zum Europaparlament

Frauen machen zwar die Hälfte der Bevölkerung aus, sind jedoch in politischen Gremien weiterhin unterrepräsentiert. Umso wichtiger ist es, dass sie sich gegenseitig bestärken, politische Verantwortung zu übernehmen und gemeinsam daran arbeiten, strukturelle Barrieren abzubauen. Vor diesem Hintergrund organisieren wir einen Ausflug ins Europäische Parlament, um die Europaabgeordnete Christine Schneider zu treffen.

Der Nachmittag in Straßburg steht zur freien Verfügung und die Rückfahrt ist für 18:00 Uhr vorgesehen. Haltepunkte sind in Bad Dürkheim, Grünstadt und Landau.

Anmeldung: gleichstellungsstelle@landau.de
Kosten: kostenfrei

*Veranstalter*innen: Gleichstellungsstellen Landkreis Bad Dürkheim und Grünstadt-Leiningerland und Stadt Landau*

Lesung mit Ute Maria Lerner "Solange es Frauen gibt, wie sollte da etwas vor die Hunde gehen"

Ute Maria Lerner lädt zu einer historischen Zeitreise in die 20er Jahre ein, fokussiert auf faszinierende Frauen wie Marlene Dietrich, Coco Chanel und Joséphine Baker. Sie bringt die Atmosphäre des Berlins der "Roaring Twenties" und die Errungenschaften dieser Frauen für nachfolgende Generationen zum Leben.

Veranstaltungsort: Stadtbücherei Grünstadt, Neugasse 2
Kosten: Vorverkauf 10€, Abendkasse 12€, Schüler*innen und Studierende 5€
Ticketverkauf: Stadtbücherei Grünstadt, Gleichstellungsstelle Grünstadt, Buchhandlung Frank Grünstadt
Veranstalter*innen: Gleichstellungsstelle Grünstadt-Leiningerland & Stadtbücherei Grünstadt

Online-Lesung mit Sophia Fritz

In ihrem Spiegel-Bestseller *Toxische Weiblichkeit* ruft Sophia Fritz zu einem neuen, solidarischen Feminismus auf. Sie zeigt, wie oft wir lächeln, wenn wir eigentlich streiten sollten, oder Schwächen bei anderen Frauen suchen, statt uns gegenseitig zu unterstützen. Über Jahrzehnte haben Frauen von Männern gefordert, ihr toxisches Verhalten zu reflektieren und abzulegen. Doch was ist mit uns? Müssen auch wir Frauen lernen, unsere eigenen toxischen Muster zu erkennen und zu hinterfragen?

Anmeldung: gleichstellungstelle@landau.de

Kosten: kostenfrei

Link wird vor der Veranstaltung per Mail zugesendet

*Veranstalter*innen: Gleichstellungsstellen Landkreise Germersheim, Südliche Weinstraße, Bad Dürkheim, der Städte Landau, Neustadt und Grünstadt und der VG Leiningerland*

Frühlingskino "Wunderschöner"

„Wunderschöner“ ist die Fortsetzung der episodisch erzählten, dramatischen Komödie „Wunderschön“ von Regisseurin Karoline Herfurth und begleitet viele der liebgewonnenen Figuren aus dem ersten Teil auf ihrem weiteren Weg zu sich selbst. Im Mittelpunkt stehen dabei fünf Frauen, die ihr Leben und ihren Selbstwert nicht länger danach ausrichten wollen, begehrenswert zu sein.

Veranstaltungsort: Filmwelt Grünstadt, Von-Ketteler-Ring 14, 67269 Grünstadt

Anmeldung: gleichstellung@kreis-bad-duerkheim.de

Kosten: 15€ inklusive ein Glas Sekt

Sektempfang 18:15, Filmstart 19:30

*Veranstalter*innen: Gleichstellungsstellen Landkreis Bad Dürkheim & Grünstadt-Leiningerland*

**Wir freuen uns über den Austausch mit Ihnen
Wünsche? Anregungen? Ideen?
Kontaktieren Sie uns!**



Gilrs Day "Ein Tag als Bürgermeisterin"

Interessierte Schülerinnen aus dem Landkreis haben beim Girls Day die Möglichkeit, ihre Fragen direkt der Bürgermeisterin der Stadt Bad Dürkheim, Natalie Bauernschmitt, zu stellen. Wie sieht der Arbeitsalltag einer Bürgermeisterin aus? Welche Tipps hat Natalie Bauernschmitt für Schülerinnen, die sich auch politisch engagieren und es vielleicht sogar an die politische Spitze schaffen wollen?

Informationen: gleichstellung@kreis-bad-duerkheim.de

Anmeldung: <https://www.girls-day.de/Radar>

Kosten: kostenfrei

*Veranstalter*innen: Gleichstellungsstelle Landkreis Bad Dürkheim und Stadt Bad Dürkheim*

Boys Day "Ein Tag als Erzieher"

In verschiedenen Kindertagesstätten können interessierte Jungen in den Erzieherberuf schnuppern und erste Einblicke in die Arbeit in einer Kindertagesstätte erhalten. Strukturierten kindgerechten Alltag bieten, pädagogische Angebote planen, Teamsitzungen, der Beruf des Erziehers ist vielfältig und abwechslungsreich.

Informationen: gleichstellung@kreis-bad-duerkheim.de

Anmeldung: <https://www.boys-day.de/radar>

Kosten: kostenfrei

*Veranstalter*innen: Gleichstellungsstelle Landkreis Bad Dürkheim und Kindertagesstätten im Landkreis Bad Dürkheim*

*Standort Grünstadt
Wird noch bekannt gegeben*

“Starke Frauen- Starke Weine“

Weinprobe mit Janina Huber

Nach der gelungenen Premiere entführen wir Sie erneut in die Welt des weiblichen Weinwissens.

Weibliche Weinmacherinnen gehören mittlerweile fest in die Pfälzer Weinlandschaft. Und trotzdem wäre ihre Arbeit noch vor wenigen Jahrzehnten so undenkbar gewesen. Janina Huber, Deutsche Weinkönigin 2014/15 und heute selbstständige Weinfachfrau, erzählt ihre Geschichten und stellt ihre Weine vor. Verkostet werden verschiedene Rebsorten und Weinstile, sodass für jeden Geschmack etwas geboten ist. Daneben gibt es allerlei Wissenswertes, zum Beispiel zu den Themen Weinsensorik oder zur Kombination von Wein und Speisen.

Veranstaltungsort: Cafeteria Mehrgenerationenhaus, Dresdener Straße 2, 67098 Bad Dürkheim
Anmeldung: gleichstellung@kreis-bad-duerkheim.de
Kosten: 25€ inklusive Weine und Brotgebäck

*Veranstalter*innen: Gleichstellungsstellen Landkreis Bad Dürkheim und Grünstadt-Leiningerland*

Heidelberg

SAMSTAG, 10.05.2025, GANZTÄGIG

Stadtführung - “Frauen in Heidelberg”

Seit wann dürfen Frauen wählen, studieren oder an der Universität lehren? Seit wann dürfen sie anziehen, was sie wollen? Diese Führung nimmt Sie mit auf eine Zeitreise durch die Geschichte der weiblichen Gleichstellung - unterwegs lernen Sie bekannte und weniger bekannte Frauen Heidelbergs kennen. Nach der Stadtführung können Sie sich noch gemeinsam mit den Teilnehmerinnen zum gemütlichen Mittagessen verabreden und die Stadt auf eigene Faust erkunden. Freuen Sie sich auf einen entspannten und informativen Tag in Heidelberg.

Abfahrt: **8:00 Uhr Bad Dürkheim** Wurstmarktplatz
8:30 Uhr Grünstadt Sendemast an der Friedrich-Ebert-Straße (Bahnhof)

Rückfahrt: 17:00 Uhr nach Grünstadt und Bad Dürkheim

Anmeldung: gleichstellung@kreis-bad-duerkheim.de
Kosten: 20€

*Veranstalter*innen: Gleichstellungsstellen Landkreis Bad Dürkheim und Grünstadt-Leiningerland*

Walk and Talk

SAMSTAG, 24.05.2025, 14-17 UHR

Zurück zu mir – Mehr Energie durch Selbstwirksamkeit

Wenn am Ende der Kraft noch so viel Tag übrigbleibt

Fühlst du dich oft müde und ausgelaugt? Fehl dir die Kraft, deinen Alltag bewusst zu gestalten? In diesem zweistündigen Workshop während eines gemütlichen Spaziergangs lernst du einfache, alltagstaugliche Techniken, um deine Lebensenergie zu steigern und deine innere Balance zu finden.

- Entdecke, was dir Energie gibt und was sie dir raubt.
- Stärke deine Resilienz und verbinde Herz, Verstand und Emotionen.
- Erlebe die kraftvolle Wirkung von Dankbarkeit und einer speziellen Atemtechnik.

Am Ende gehst du mit neuer Klarheit, innerer Stärke und einem praxistauglichen Werkzeugkoffer für deinen Alltag nach Hause.

Zum Abschluss wird es außerdem ein kleines Picknick an der Römerkeller geben.

Treff- und Endpunkt: Parkplatz an der Römerkeller, 67098 Bad Dürkheim (Ortsteil Ungstein)
Anmeldung: gleichstellung@kreis-bad-duerkheim.de

Kosten: kostenfrei

*Veranstalter*innen: Gleichstellungsstellen Landkreis Bad Dürkheim, Daniela Zelmer*

Eltern-Kind-Präventionstraining "Wir sagen NEIN"

Der Kurs gibt einen Einblick in die Vielzahl der Möglichkeiten selbstbewussten Auftretens. Die Vermittlung von Ich-Stärke und einem gesunden Selbstwertgefühl wird mit Informationen, Aufklärung und altersgerechter Anwendung von Techniken verknüpft. Das Training vermittelt effektive und leicht zu erlernende Techniken. Dadurch entwickeln die Teilnehmer*innen ein Sicherheitsgefühl und mehr Selbstvertrauen. Dies befähigt die Eltern und Kinder in alltäglichen sowie bedrohlichen Situationen zu selbstbewusstem Handeln.
Für Kinder von 7 bis 10 Jahren mit Eltern.

Veranstaltungsort: wird noch bekannt gegeben

Anmeldung: anna.kubicek@gruenstadt.de

Kosten: 5€ pro Person

Veranstalter*innen: Gleichstellungsstelle Grünstadt-Leiningerland,
Kursleiterin Ute Kullmer

Vortrag

DIENSTAG, 07.10.2025, BEGINN 19 UHR

Wissenswertes über das Familienrecht mit Fachanwältin Stephanie Thum

In diesem Vortrag erwarten Sie wertvolle Einblicke in das facettenreiche Thema des Familienrechts. Sie erhalten einen kurzen Ausblick in das Erbrecht, aktuelle Neuigkeiten zum Kindschaftsrecht sowie essentielle Informationen über notwendige Vollmachten innerhalb der Familie.

Veranstaltungsort: Ratssaal der Kreisverwaltung Bad Dürkheim,
Philipp-Fauth-Straße 11, 67098 Bad Dürkheim

Anmeldung: gleichstellung@kreis-bad-duerkheim.de

Kosten: kostenfrei

Veranstalter*innen: Gleichstellungsstellen Landkreis Bad Dürkheim und Grünstadt-Leiningerland

Weinprobe

FREITAG, 10.10.2025, 18 UHR

"Starke Frauen- Starke Weine" Weinprobe mit Janina Huber

Weibliche Weinmacherinnen gehören mittlerweile fest in die Pfälzer Weinlandschaft. Und trotzdem wäre ihre Arbeit noch vor wenigen Jahrzehnten so undenkbar gewesen. Janina Huber, Deutsche Weinkönigin 2014/15 und heute selbstständige Weinfachfrau, erzählt ihre Geschichten und stellt ihre Weine vor. Verkostet werden verschiedene Rebsorten und Weinstile, sodass für jeden Geschmack etwas geboten ist. Daneben gibt es allerlei Wissenswertes, zum Beispiel zu den Themen Weinsensorik oder zur Kombination von Wein und Speisen.

Veranstaltungsort: Kultur4eck Gillergasse 14, 67454 Hassloch

Anmeldung: gleichstellung@kreis-bad-duerkheim.de

Kosten: 25€ inklusive Weine und Brotgebäck

Veranstalter*innen: Gleichstellungsstellen Landkreis Bad Dürkheim und Hassloch

Dürkheimer Frauengeschichte(n)- Stadtführung "Auf der Spur der weiblichen Seite Bad Dürkheims"

Die Spur der weiblichen Seite Bad Dürkheims zu verfolgen, in den Fußstapfen berühmter Dürkheimerinnen zu laufen, dabei viel Wissenswertes, aber auch Kurioses zu erfahren- all das können die Teilnehmenden der Stadtführung zum Thema „Dürkheimer Frauengeschichten“ erleben. In Kooperation mit der Leiterin des Stadtmuseums Dr. Britta Hallmann-Preuß findet diese Stadtführung Jahr für Jahr großen Anklang. Gerne machen wir uns auch dieses Jahr wieder auf den Weg durch die Innenstadt von Bad Dürkheim bis zum Kurpark und lauschen den abwechslungsreichen Geschichten über starke Dürkheimerinnen. Zum gemütlichen Ausklang gibt es dann ein gutes Glas Sekt im Stadtmuseum und natürlich die Gelegenheit, neue Kontakte zu knüpfen.

Anmeldung: gleichstellung@kreis-bad-duerkheim.de
 Kosten: kostenfrei
 Treffpunkt: Dürkheimer Haus, Kaiserslauterer Straße 1, 67098 Bad Dürkheim
 Veranstalter*innen: Gleichstellungsstelle Landkreis Bad Dürkheim, Stadtmuseum Bad Dürkheim

Internationaler Tag zur Beseitigung von Gewalt gegen Frauen & Kinder **Vortrag: Der sichere Heimweg / Schutz vor K.O.-Tropfen**

In der Dunkelheit empfinden viele Frauen häufig Unsicherheit und Unbehagen. Wie können Frauen sich auf dem Heimweg effektiv schützen und sicher fühlen? Welche Informationen sollten Frauen über K.O.-Tropfen haben, um gefährliche Situationen zu vermeiden? In diesem Vortrag erhalten Sie wertvolle Tipps rund um Ihre Sicherheit, die Ihnen helfen werden.

Veranstaltungsort: Ratssaal der Kreisverwaltung Bad Dürkheim,
 Philipp-Fauth-Straße 11, 67098 Bad Dürkheim
 Anmeldung: gleichstellung@kreis-bad-duerkheim.de
 Kosten: kostenfrei

Veranstalter*innen: Gleichstellungsstellen Landkreis Bad Dürkheim und Grünstadt-Leiningerland, Weißer Ring e. V.

Zusätzliche Veranstaltungen sind geplant und werden in Zukunft bekanntgegeben

Zögern Sie nicht, uns zu kontaktieren, wenn Sie Interesse an einer Veranstaltung haben, die Ihr Budget überschreitet.

Anmeldungen per E-Mail erwünscht (auch telefonische Anmeldung möglich)

6. März
Die Kraft der
Wechseljahre
Online-Vortrag

8. März
Workshop anlässlich des
Weltfrauentags
Von der Ohnmacht zur
Stärke: „Sprechen wir
über sexualisierte
Grenzüberschreitungen,
Übergriffe und
Belästigungen im Job“

8. März
Dürkheimer
Frauengeschichte(n)-
Stadtführung -
“Auf der Spur der
weiblichen Seite Bad
Dürkheims“

9. März
„MalleDiven-
Ausgebrannt am
Sommerstrand“
Weibsbilder-
Kabarett,
Comedy und
Musik

12. März
Fahrt nach
Straßburg
zum Europa-
parlament

14. März
Lesung mit Ute Maria
Lerner
“Solange es Frauen gibt,
wie sollte da etwas vor
die Hunde gehen“

20. März
Online-
Lesung mit
Sophia Fritz
Toxische
Weiblichkeit

27. März
Frühlingskino
Wunder-
schöner

3. April
Girls'Day
Boys'Day

4. April
Weinprobe
Bad Dürkheim

10. Mai
Stadtführung
Heidelberg

24. Mai
Walk and
Talk
Energie

20. September
Eltern-Kind
Präventions-
training

10. Oktober
Weinprobe
Hassloch

29. Oktober
Stadtführung
Bad Dürkheim

25. November
Internationaler
Tag gegen
Gewalt an
Frauen