



Mittwoch  
13.3. |  
18.30 - 20.30 Uhr

Naturheilpraxis im  
Kunsthof Westerholt  
Am Bungert 19  
45701 Herten

Anmeldung:  
0176 22782653  
Kosten: 10 €

**STRESSMANAGEMENT**  
Wege zur eigenen Balance mit Therapeutic Touch

Therapeutic Touch (TT) ist eine ganzheitliche Behandlungsmethode, die vor über 50 Jahren von Prof. D. Krieger und D. Kunz entwickelt wurde. Mit Atem- und Körperübungen und Meditation (Zentrieren) werden Selbstheilungskräfte angeregt. Mithilfe der Hände wird das Energiefeld harmonisiert.

Veranstalterin:  
Anja Homeyer (Heilpraktikerin)  
E-Mail: anja.homeyer@gmx.net

Donnerstag  
14.3. | 17 - 18.30 Uhr

Treffpunkt: VHS-Haus  
Resser Weg 1  
45699 Herten

Anmeldung:  
02366 303-510  
entgeltfrei

**FRAUEN IN DEN 60ER-JAHREN – DAS JAHRZEHT DER NEUEN FRAUENBEWEGUNG**  
Stadtrundgang

Der neue Wohlstand und das Familienideal der Ehefrau bestimmten das Leben der Frauen nach dem Krieg. Politische Teilhabe gehörte nicht dazu. Mit der „Erfindung“ der Pille und den Protesten änderte sich die gesellschaftliche Situation. Welchen Einfluss hatten diese Entwicklungen auf das Leben von Frauen in Herten?

Veranstalterin: VHS  
Leitung/Referentinnen: Monika Engel, Kirsten Noetzel  
E-Mail: vhs@herten.de

Donnerstag  
14.3. |  
20.07 - 22.30 Uhr

Glashaus  
Hermannstr. 16  
45699 Herten

Keine Anmeldung  
erforderlich  
Kosten: VVK 20 €/  
AK 22 €/erm. 11 €

**7NACH8: LIESE-LOTTE LÜBKE**  
„...und wenn schon...“ – Klavierkabarett

Es ist abenteuerlich, wie mutig und direkt die Künstlerin mit ihrem wilden Charme ihr Publikum begeistert. So wie sie sich als Gleitschirmfliegerin von den höchsten Bergen stürzt, so ist ihr Soloprogramm: aufregend, frisch, stümisch, frei und frisch! Ein Abend voller Politik des Privaten.

Veranstalterin: Kulturbüro, Bettina Hahn

Samstag  
16.3. |  
10 - 15.15 Uhr

FBS Herten  
Kurt-Schumacher-Str. 29  
45699 Herten

Anmeldung:  
02366 35211  
Kosten: 40 €

**BIOGRAFIEARBEIT FÜR EINE ACHTSAME LEBENSWEISE**  
Workshop

Ein gelungenes Leben unabhängig von Genetik und Schicksal? Als anthroposophische Heilmethode unterstützt uns Biografiearbeit, unsere Lebensgeschichte zu verstehen und anzunehmen. Wir entdecken Potenziale, lernen uns wertzuschätzen und brechen veraltete Strukturen auf.

Veranstalterin/Koordination:  
FBS Herten, Angelika Schwieters  
Leitung/Referentin: Karola Janku  
E-Mail: fbs-herten@bistum-muenster.de

Samstag  
16.3. | 19 - 22 Uhr

FBW  
Kuhstr. 49  
45701 Herten

Anmeldung:  
02366 303-303  
Kosten: 7 €

**ORIENTALISCHE NACHT**  
Von Frauen für Frauen

Nadhiyah und ihre (Gast-)Tänzerinnen geben einen spannenden und abwechslungsreichen Einblick in die Welt des orientalischen Tanzes. Fantasiereiche Choreografien, schillernde Kostüme und stimmungsvolle Musik garantieren einen unterhaltsamen Abend.

Veranstalterin:  
FBW/Servicestelle für den Sport, Iris Walter  
Leitung/Referentin: Nadhiyah  
E-Mail: fbw@herten.de

Samstag  
16.3. | 20 Uhr  
(Einlass 19 Uhr)

Glashaus  
Hermannstr. 16  
45699 Herten

Keine Anmeldung  
erforderlich

Kosten: VVK 8 €/erm. 5 €/  
AK 10 € und 5 € für Spät-  
tänzerinnen ab 21 Uhr

**FRAUENFEST**  
Let's swing together

Wir holen die „wilde Zeit“ der 1920er-Jahre ins Glashaus – mit Charleston, Swing und aber auch Disko-Musik von gestern bis heute, aufgelegt von D-Jane Rather. Wie immer mit einem tollen Vorprogramm und entsprechender Deko. Passendes Outfit gern erwünscht.

Veranstalterin:  
Frauen-Informations-Netzwerk + Kulturbüro  
Leitung: Bettina Hahn, Christa Kohn, Rita Ludwig,  
Renate Nöbe, Marianne Wissing



Montag  
18.3. | 18 - 19 Uhr

St. Antoniuskirche  
Antoniusstr. 2  
45699 Herten

Info: 02366 109733  
Keine Anmeldung  
erforderlich  
entgeltfrei

**KÖNIGSKINDER KOMMEN ZU BESUCH**

Die Königsskulpturen von Ralf Knoblauch (Tischler und Theologe) sind durchdrungen von der Sehnsucht nach Würde. Mit Blick auf die Ausstellung des Künstlers Ralf Knoblauch im Sommer 2024 befassen wir uns mit Geschichten und Texten zum Thema Frauenwürde.

Veranstalterin/Koordination: kfd Region Herten  
Leitung/Referentin: Britta Ortmanns  
E-Mail: ortmanns-b@bistum-muenster.de

Montag  
18.3. | 18 - 21 Uhr

Geschäftsstelle BÜNDNIS  
90/DIE GRÜNEN  
Ewaldstr. 14  
45699 Herten

Anmeldung:  
0151 11938216

entgeltfrei (Spende für das  
Frauenhaus erbeten)

**FRAUEN – GESUNDHEIT – SEXUALITÄT**  
Vortrag mit Dr. Kathrin Schnabel

Die häufigste Krebserkrankung bei Frauen ist der Brustkrebs. Herzinfarkt, Bluthochdruck und Osteoporose sind Erkrankungen, die sich im Vorfeld ankündigen. Aber wie kündigen sie sich bei Frauen an? Ebenso geht es auch um das Thema sexuelle Lust oder Unlust als Begleitscheinung andere Krankheiten. Darüber informieren die Referentinnen an diesem Abend

Veranstalterin: Grüne Frauen Herten  
Leitung/Referentinnen: Regine Grossart,  
Martina Herrmann, Dr. Kathrin Schnabel  
E-Mail: martina.herrmann@gruene-herten.de

Dienstag  
19.3. | 14 - 16 Uhr

Haus der Diakonie  
Ewaldstr. 72  
45699 Herten

Anmeldung:  
02366 106768  
entgeltfrei

**KLAR KOMMUNIZIEREN, BESSER GEHÖRT WERDEN**

An diesem Abend wird eine klare Kommunikation erklärt und geübt. Es wird trainiert, ohne Einschränkungen und Verniedlichungen klar und deutlich zu kommunizieren. Kein „aber“ und kein „vielleicht“ mehr.

Veranstalterin: Frauenhaus Herten/Diakonisches Werk im  
Kirchenkreis Recklinghausen gGmbH  
Leitung/Referentin: Karin Hester  
E-Mail: k.hester@diakonie-kreis-re.de

Mittwoch  
20.3. |  
19.30 - 20.30 Uhr

Glashaus  
Hermannstr. 16  
45699 Herten

Info: 0177 4938669  
Keine Anmeldung  
erforderlich  
entgeltfrei

**GRETEL UND GUNDI GRUFTI**  
Grabreden gegen grässliche Geschöpfe

Sie müssen einen unliebsamen Menschen um die Ecke und unter die Erde bringen? Sie wollen ihm ein paar passende Worte mit auf den Weg geben? Das, was er im Leben für Sie und mit anderen getan hat, wünschen Sie ihm für seinen ultimativ letzten Weg? Dann sind wir für Sie da! Schwarzer Humor ist mitzubringen.

Veranstalterin:  
KreativNetzwerk Herten, Claudia Heinrichs  
E-Mail: heinrichs-herten@web.de

Donnerstag  
21.3. | 19 - 21 Uhr

Projektbüro Neustart  
Innenstadt  
Theodor-Heuss-Str. 26  
45699 Herten

Anmeldung:  
02366 936021  
entgeltfrei

**UNTERNEHMERINNEN ERZÄHLEN IHRE GESCHICHTE**

Zwei Hertener Unternehmerinnen, Zeynep Cebeci-Güngör (Kanzlei Cebeci-Güngör) und Feryal Hamid (Friseursalon Mita), plaudern in gemütlicher Atmosphäre aus dem Nähkästchen und berichten über ihren Werdegang. Im Anschluss stehen sie für Fragen zur Verfügung.

Veranstalterin/Koordination:  
Projektbüro Neustart Innenstadt  
Leitung/Referentin: Eva-Maria Siuda  
E-Mail: nutzungsmanagement@innenstadt-herten.de

Freitag  
22.3. |  
19.30 - 22 Uhr

Ev. Gemeindezentrum  
Ackerstr. 1  
45701 Herten

Info: 02366 585174  
entgeltfrei

**WER KENNT MASCHA KALÉKO?**  
Musikalische Lesung

Claudia Wulf erzählt aus dem Leben Mascha Kalékos und rezitiert bekannte und unbekannt Gedichte der großen Lyrikerin. Andrea Sauer fängt einfühlsam die Stimmung mit Musik auf dem Klavier ein. Im Anschluss Imbiss und Austausch mit den Künstlerinnen.

Veranstalterin/Koordination:  
Ev. Frauenhilfe Langenbochum, Claudia Grote  
Leitung/Referentinnen: Duo ReziPlan  
E-Mail: clagrote@gmx.de



Freitag  
22.3. | 20 Uhr

Glashaus  
Hermannstr. 16  
45699 Herten

Keine Anmeldung  
erforderlich  
Kosten: VVK 18 €/AK 20 €/  
ermäßigt 10 €

**KLANGRAUM: THE CANDYLIKES**  
Music, Dance and Entertainment

„The Candylikes“ ist eine zuckersüße Showband um Penny, Frenchy und Jade. Hits der Swinging Thirties, Rockabilly-Hits der 50er-, flotte Songs der 70er- und 80er-Jahre werden in stilechten Kostümen gesänglich, tänzerisch und schauspielerisch neu in Szene gesetzt.

Veranstalterin:  
Kulturbüro, Bettina Hahn

Sonntag  
24.3. | 11 Uhr

Atelier König  
Helene-Stöcker-Str. 1  
45701 Herten

Anmeldung:  
0151 59888529  
entgeltfrei

**DER WOLF FRISST KLEINE KINDER**  
Lesung

Unerklärliche Bewegungsstörungen machen die Lebensträume der jungen Architekturstudentin Britta schlagartig zunichte – eine jahrelange Odyssee beginnt. Doris M. König beschreibt ihr Leben mit einer „Seltene Erkrankung“, die Schicksalsschläge, ihre Art, damit umzugehen und trotzdem positiv am Leben teilzuhaben.

Veranstalterin: Doris M. König  
Leitung/Referentin: Renate Wäling  
E-Mail: doris.koenig1@gmx.net

Dienstag  
26.3. |  
18.30 - 20.30 Uhr

Naturheilpraxis im  
Kunsthof Westerholt  
Am Bungert 19  
45701 Herten

Anmeldung:  
0176 22782653  
Kosten: 10 €

**DIE MAGIE DER STIMME**  
Energetische Stimmarbeit

Die Stimme, die „stimmig ist“, berührt, ist authentisch, klangvoll, schwingungsreich und präsent. Durch Resonanzarbeit, Singen und Sprechen von mitgebrachten Lieblingstexte, -gedichte und -songs kommen wir mit uns in Kontakt. Bitte rutschfeste Socken und bequeme Kleidung mitbringen.

Veranstalterin: Anja Homeyer (Heilpraktikerin)  
E-Mail: anja.homeyer@gmx.net

Gefördert durch:



Wir sorgen seit über 120 Jahren für eine sichere,  
verlässliche und nachhaltige Energieversorgung

www.hertener-stadtwerke.de



IMPRESSUM Herausgeber: Stadt Herten | Der Bürgermeister | V.i.S.d.P.: Alexandra Mielke, Gleichstellungsstelle der Stadt Herten | Kurt-Schumacher-Straße 2, 45699 Herten | Tel. 02366 303-487 | E-Mail: a.mielke@herten.de  
Redaktion: Halime Çakir Nurodoğan, Doris M. König, Rita Ludwig, Doris Prösch | Fotos: Soweit nicht anders angegeben, wurden die Fotos von den Künstleragenturen und Veranstalter\*innen zur freien Nutzung zur Verfügung gestellt.  
Titelgrafik: Leoni Buscher, Recklinghausen | Satz und Druck: Stadtdruckerei Herten | Auflage: 2000

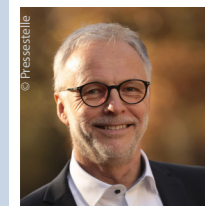
Hertener  
Stadtwerke  
Leistung voller Leben

www.herten.de

FRAUEN  
KULTURTAG  
2024



HERTEN

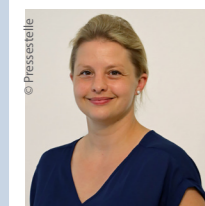


Liebe Hertenerinnen und Hertener,

Sie halten das Programm der Frauenkulturtag 2024 in den Händen. Auch in diesem Jahr spielt Gleichstellung eine zentrale Rolle...

gemeinsamen handwerklichen Gestaltens, in Diskussionsveranstaltungen sowie über Theater und Literatur, zum Ausdruck bringen.

Matthias Müller
Bürgermeister Stadt Hertens



Liebe Interessierte,

die Frauenkulturtag eröffnen in diesem Jahr mit dem Theaterstück „Gleich ≠ gleich“.

Wir freuen uns auf Sie.

Ihre Gleichstellungsbeauftragte
Alexandra Mielke

PROGRAMM

Freitag 1.3. | 15 und 19 Uhr
WELTGEBETSTAG 2024
Ökumenisch, weiblich, stark
St. Antonius, Hertens-Mitte, 15 Uhr | St. Martinus, Westerholt, 15 Uhr | Ev. Kirchengemeinde Ackerstraße, 19 Uhr

Freitag 1.3. | 15 - 18 Uhr
FRAUEN GESTALTEN HOLZ
Ein einfaches Holzschneidwerk wird zu einer besonderen Figur oder sogar einem Engel.

Samstag 2.3. | 11 - 13 Uhr
ALLE DREI TAGE
Jeden Tag versucht in Deutschland ein Mann, seine Frau umzubringen. Alle drei Tage wird eine Frau von ihrem Partner oder Ex-Partner getötet.



Samstag 2.3. | 10 Uhr
Atelier König
Helene-Stöcker-Str. 1
45701 Hertens
Info: 0151 59888529
entgeltfrei

Sonntag 3.3. | 11 Uhr
EMPOWERMENT - WAS FRAUEN STARK MACHT
Internationales Frauenfrühstück
In lockerer Runde stellt der Verein Agisra aus Köln seine Arbeit vor.

Sonntag 3.3. | 12 Uhr
ANDREA BEHN UND KATJA HASSINGER - SIMULTAN
Ausstellungseröffnung
Die Künstlerinnen zeigen eine Auswahl großformatiger Gemälde, die in einem dicht gehängten Fries den Blick auf den Innenraum des Zechegebäudes konzentriert.

Dienstag 5.3. | 16 - 17 Uhr
SELBSTFÜRSORGE
Walk & Talk mit Impulsen aus dem lösungsfokussierten Coaching
Bei einem gemütlichen Spaziergang werfen wir einen liebevollen Blick auf unsere Stärken und Bedürfnisse.

Dienstag 5.3. | 17 - 19 Uhr
EINE TASSE KAFFEE BLEIBT 40 JAHRE IN ERINNERUNG
Lernen Sie das Zubereiten von türkischem Kaffee
Die Damen der Blauen Moschee laden zum türkischen Kaffee ein.

Donnerstag 7.3. | 18 - 22 Uhr
KARTOFFEL TRIFFT KNOBLAUCH PLUS
Internationale Küche mit Überraschungsgast
Unter der Anleitung von erfahrenen Köchinnen bereiten wir marokkanische, türkische und deutsche Gerichte zu.



Donnerstag 7.3. | 19.30 - 21.30 Uhr
STARKE FRAUEN IN DER REGION
Eine Frauenpowerreise durch die Jahrhunderte
Der Vortrag widmet sich Frauen im Ruhrgebiet, die - oft namenlos - den Mut und die Kraft hatten.

Freitag 8.3. | 17 Uhr
Eröffnung der Frauenkulturtag
GLEICH ≠ GLEICH
Ein Theaterstück für Jugendliche und Erwachsene von Raul Bilgen
Melina und Lukas streiten schon bei ihrer ersten Begegnung.

Freitag 8.3. | 19 - 22 Uhr
FRAUEN LADEN FRAUEN EIN
Tischpicknick mit Kneipenpicknick
Ganz einfach und ohne Aufwand! Freundinnen und etwas Leckeres zu essen und trinken mitbringen.

Freitag 8.3. | 19.30 - 21.30 Uhr
DIESER RHYTHMUS, WO JEDE MITMUSS
Trommeln und Percussion für Anfängerinnen
Talentierte oder völlig aus dem Takt? Denn hier geht es um Freude am gemeinsamen Musizieren!

Samstag 9.3. | 10 - 14 Uhr
FRAUEN, FEUER, FASZINATION
Workshop
Frauen und das Element Feuer im Einklang mit der Natur. Wir sammeln wilde Heilkräuter und verarbeiten sie am offenen Feuer zu köstlichen Speisen.

Sonntag 10.3. | 15 - 18 Uhr
JEDE IST IHRES GLÜCKES SCHMIEDIN
Ist das so? Und wenn ja, gibt es für diese Schmiedekunst eine Gebrauchsanweisung?



Montag 11.3. | 11 - 12.30 Uhr
UNENDLICH TAKTVOLL
Von der Kunst des Taktgefühls und richtigen Timings
Frauen sind herzlich eingeladen zum Vorlesen, Zuhören und Unterhalten.

Dienstag 12.3. | 11 - 12.30 Uhr
DIE DOPAMINFALLE
Weibliche Gesundheitsgefahren in sozialen Netzwerken
Können Sie bitte das Handy ausmachen? Diese Frage ist oft eine Provokation für Nutzerinnen der sozialen Netzwerke.

Dienstag 12.3. | 18 - 19.30 Uhr
RESILIENZ
Die Fähigkeit, kraftvoll aus Krisen hervorzugehen
Belastende Situationen meistern - genau das ist manchmal leichter gesagt als getan.

Dienstag 12.3. | 19 - 21.15 Uhr
WAS UNS ZUSAMMENHÄLT
Küchen-Lesung der Hertener Schreibwerkstatt
„Was uns zusammenhält“ ist eines der Schwerpunktthemen in Zeiten wachsender Unsicherheiten.

Mittwoch 13.3. | 18 - 20 Uhr
WOCHENENDE FÜR FRAUEN
Informationsabend für den 23. bis 25. August 2024
Gemeinsam Münster entdecken! Unter diesem Motto geben wir Informationen zum Wochenende vom 23. bis 25. August 2024 zu Unterkunft, Kosten und Aktivitäten.