

Ausgabe 02/2024

Gleichstellung - Gleichberechtigung

FEMOANA



Bildquelle: jacoblund by iStock by Getty Images

Online-Magazin über das Leben von Frauen in der
heutigen Zeit, Chancengleichheit, Diversität und
mehr Sichtbarkeit

Vorwort

Die Auswahl eines passenden Titelbildes ist immer ein ganz besonderer Moment. Es muss nicht nur zum Stil meines Online-Magazins passen, sondern auch dessen Botschaft und meine Arbeit widerspiegeln. Die Sichtung benötigt sehr viel Zeit, doch irgendwann ist das perfekte Bild gefunden. Genau solch einen Moment erlebte ich auch mit dem Titelbild dieser Ausgabe. Es strahlt so viel Freude und Leichtigkeit aus und zeigt eine wunderschöne Frau in der Mitte ihres Lebens.

Mir ist es wichtig, allen Frauen in unserer Gesellschaft eine Stimme und Sichtbarkeit zu geben. Junge und ältere Frauen, kinderlos oder Müttern, mit oder ohne Migrationshintergrund. Alle Frauen unserer Gesellschaft und natürlich auch Männer und diverse Menschen sollen sich mit Femoana und dem Online-Magazin identifizieren können.

Diese Botschaft klingt so einfach und selbstverständlich, doch erleben wir in der Realität oft genug das Gegenteil. Lasst uns eine tolerante und starke Gemeinschaft sein.

Ich wünsche euch nun ganz viel Spaß und Freude mit der neuen Ausgabe.
Viele Grüße

Christine Gast



INHALT

04

NEWS

06

**VERANSTALTUNGS-
KALENDER**

09

GAST BEI

11

BEITRÄGE



20

BUCHVORSTELLUNGEN

24

NEUE STUDIEN

26

MARKTPLATZ

27

**IMPRESSUM/ BILDQUELLEN/
VORSCHAU**



Gleichstellung in der Filmbranche verbessert sich nur langsam

Laut den Angaben von Pro Quote Film, einem Gleichstellungsbündnis, welches sich für die Förderung der Frauenquote in der Filmbranche einsetzt, sieht es mit der Diversität und Gleichstellung im Filmgeschäft noch immer schwierig aus. Während die Zahl an Frauen in der Produktion oder Regiearbeit langsam steigt, seien in anderen Bereichen vor der Kamera noch deutlich zu wenig Frauen vertreten. Besonders kritisch sieht es bei Frauen ab 35 Jahren aus. Diese sind nach wie vor deutlich unterrepräsentiert und verdienen weniger als ihre männlichen Kollegen.

Hoffnung setzt das Gleichstellungsbündnis auf die geplante Reform des Filmförderungsgesetzes. Dieses sieht eine feste Quote bei der Vergabe von Aufträgen und Fördermitteln vor und soll die Diversität und Gleichberechtigung stärken.



Mehr Diversität - erste im Rollstuhl sitzende Nachrichtensprecherin

Wir bleiben in der Fernsehbranche. Seit Februar 2024 präsentiert Mirjam Kottmann eine Nachrichtensendung beim Bayerischen Rundfunk und ist ein tolles Beispiel für mehr Diversität und Inklusion. Sie ist die erste deutsche Sprecherin, die in einem Rollstuhl sitzt.

Die 49-jährige Mirjam, die aufgrund einer Multiple-Sklerose-Erkrankung auf den Rollstuhl angewiesen ist, zeigt auf beeindruckende Weise, wie wichtig mehr Diversität und Chancengleichheit im Alltag, aber besonders auch im TV ist.

Neue App soll MINT-Berufe für Frauen interessanter machen

Das Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Gleichstellung des Landes Sachsen-Anhalt möchte mehr Mädchen und Frauen für Beruf im Bereich Mathematik, Informatik, Naturwissenschaft und Technik (MINT) begeistern. Mit Hilfe aus Mitteln aus dem Europäischen Sozialfonds Plus und der gemeinsamen Zusammenarbeit der Koordinierungsstelle für Genderforschung und Chancengleichheit und der Hochschule Anhalt wurde das Projekt „intoMINTgoesLSA“ gefördert und entwickelt. Ziel der App ist es, das Interesse an MINT-Berufen zu wecken, den Mädchen und Frauen digital leicht zugängliche Informationen zur Verfügung zu stellen und eine Hilfe in der Berufs- und Studienorientierung zu bieten.



Nina Métayer erhält als erste Frau den Titel „Cheffe Pâtissière“

Die 35-jährige Französin Nina Métayer erhielt als erste Frau auf der Welt den Titel „Cheffe Pâtissière“. Sie setzte sich gegen eine starke männliche Konkurrenz durch. Besonders in Frankreich wird die Patisserie sehr von Männern dominiert und Frauen müssen sich nicht nur mit den anspruchsvollen Anforderungen in dieser Berufsbranche auseinandersetzen, sondern auch gegen Vorurteile ankämpfen und doppelt so hart arbeiten.

Nina Métayer hat diese beruflichen Herausforderungen erfolgreich gemeistert und beweist als zweifache Mutter auch noch eindrucksvoll, dass sie Familie und Karriere verbinden kann.

Veranstungskalender

Es gibt so viele tolle Events, Lesungen, Webinare oder Veranstaltungen rund um die Stärkung von Frauen, ihre Rechte und zum Thema Gleichberechtigung. Doch schnell gehen diese Termine in der großen Fülle an Informationen unter. Im Veranstaltungskalender von Femoana findet ihr viele interessante Veranstaltungen auf einen Blick und nach Datum sortiert.

Zeitraum April bis Juni 2024

08.03.-12.04.2024

Ausstellung "Fearless Women" von Oliver Schäfer, Stadtbücherei Haltern

13.-14.04.2024

Kurs "In Balance bleiben - Resilienztraining für Frauen", Bad Nauheim, Nina Wolf

18.04.2024

Online-Workshop "Mit ETF zur Zweitrente", Christine Schremb



18.04.2024

2. Netzwerktreffen von Femoana in der Galerie 360 Oberursel. Ein wundervoller Abend mit interessanten Unternehmerinnen und ganz viel Austausch und neuen Impulsen.
Das Treffen steht unter dem Motto „Speed Dating“. Die Teilnehmerinnen bekommen die Möglichkeit, sich mit jeder einzelnen Unternehmerin auszutauschen, kennenzulernen und zu vernetzen.



19.-21.04.2024

Kreatives Wochenende “Abschalten und Auftanken für Frauen im Grünen”, Spremberg/OT Hornow, Mirjam Zweigler

02.05.2024

Trial Pitch Night, Galerie-360-Oberursel

10.+11.05.2024

Lesung_(Online) “Dringend rotwendig - die menstruelle Revolution”

- 11.05.2024 Lesung "Freigeliebt" in Hürth, Pamela Bechler
- 13.-17.05.2024 Kurs (Bildungsurlaub), "Stressmanagement und Resilienztraining, VHS Wiesbaden, Nina Wolf
- 16.05.2024 Online-Workshop "Mit ETF zur Zweitrente", Christine Schremb
- 24.05.2024 Wohlfühl-Klangbad mit Agi, Eschborn
- 24.05.2024 LandFrauen Mandelsloh, Ausflug "Fahrradfahren und Füttern - Nienburger Land"
- 01.06.2024 Lesung (Online) "Mütter.Macht.Politik", Sarah Zöllner und Aura-Shirin Riedel
- 20.06.2024 Online-Workshop "Mit ETF zur Zweitrente", Christine Schremb
- 22.06.2024 LandFrauen Mandelsloh, Tagesfahrt ins Rosarium Sangershausen
- 23.06.2024 Wohlfühl-Klangbad mit Agi, Eschborn



Zu Gast bei...Female Leadership Petra Ohneberg

Auf ihrem idyllischen Hof in Idstein im Taunus bietet Petra nicht nur ein kleines Paradies für ihre Pferde, Ziegen und Hühner, sondern auch ein ganz besonderes Coaching an. Unter der treffenden Bezeichnung „Erden mit Pferden“ ermöglicht Petra ein pferdegestütztes Coaching für Frauen in herausfordernden Situationen an.



“Erden mit Pferden“ Petra Ohneberg

Alles begann 2009, als Petra ihren Hof in wunderschöner Lage im Taunus entdeckte. Sie wusste sofort, dass dieser Ort etwas ganz besonders war und begann die vorhandenen Ställe umzubauen und das Haus zu renovieren. Ihr Ziel war eine artgerechte Haltung nach den natürlichen Bedürfnissen der Pferde und im Einklang mit der Natur.

Sie absolvierte eine Ausbildung zur Reittherapeutin und machte sich schließlich 2015 mit ihrem Hof komplett selbstständig. Sie kombinierte ihr eigenes Wissen in Mitarbeiterführung aus ihrer früheren Tätigkeit in der Finanzbranche mit der Fähigkeit, Verhaltensweisen bei Pferden lesen und auf Menschen übertragen zu können.

Von 2018 bis 2022 vertiefte Petra ihr Wissen durch zusätzliche Ausbildungen als NLP-Practitioner, NLP-Master und NLP_Trainerin nach DVNLP und entwickelte ihr eigenes Unternehmenskonzept „Erden mit Pferden“.



Inzwischen bietet Petra Events für Firmen im Bereich der Gruppen- und Reflexionsarbeit an und eine Female Leadership Basis-Ausbildung, in der Frauen mehr über die Themen Leadership, Körpergefühl, Transformation und Wahrnehmung erfahren. Die Pferde helfen den Teilnehmerinnen, eine selbstsichere Energie- und Körpersprache zu entwickeln. Eine wichtige Voraussetzung ihrer Arbeit ist die Fähigkeit, bei sich selber anzukommen und im Einklang mit der Natur zu leben.

Petra ist es wichtig, dass die Frauen sich ihrer eigenen Fähigkeiten und Stärke bewusstwerden. Frau und Männer führen von Natur aus anders. Dies sollten Frauen als Chance sehen und sich nicht verbiegen lassen. Auf das eigene Herz und die Intuitionen zu hören, bedeutet weibliche Führung. Dabei möchte Petra die Frauen zusammen mit ihren Tieren unterstützen.

petra-ohneberg.de





Beate Bernhard

„Gib niemals auf, für das zu kämpfen, was du tun willst. Mit etwas, wo Leidenschaft und Inspiration ist, kann man nicht falsch liegen.“

Ella Fitzgerald

(US-amerikanische Jazz-Sängerin)

Frauen in den 1940er und 1950er Jahren

Frauen haben in den letzten Jahrzehnten viel erreicht, wenn es um ihre Rechte oder die Gleichstellung geht. Doch noch immer sind Frauen in einigen Bereichen des Lebens unterrepräsentiert, müssen mit Benachteiligungen leben oder Angst vor körperlicher oder psychischer Gewalt haben.

In einer neuen Beitragsreihe schauen wir gemeinsam einige Jahrzehnte zurück und beleuchten, wie Frauen früher gelebt und mit welchen Schwierigkeiten sie zu kämpfen hatten. Beginnen wir mit den 40er und 50er des letzten Jahrhunderts.

Die 1940er Jahre waren geprägt vom Zweiten Weltkrieg und seinen Folgen. Als sogenannte „Trümmerfrauen“ begannen die überlebenden Frauen die zerstörten Städte zu räumen, während die Männer im Krieg kämpften, gefallen oder vermisst waren. Frauen stellten zu diesem Zeitpunkt die Mehrheit der Bevölkerung dar und übernahmen die Rolle der Ernährerin für ihre Familien. Aus der Not heraus begannen sie in in den Berufen ihrer Männer zu arbeiten und scheuten sich auch nicht vor körperlich schwerer Tätigkeit. Ihnen war bewusst, dass das Geld für Ihre Familien und ihre Hilfe für den Wiederaufbau wichtig waren.



Nach Kriegsende hätten sich bereits grundlegende Voraussetzungen für die spätere Gleichstellung und Rechte von Frauen ändern können. Sie gingen arbeiten, waren selbstbewusster und hatten bewiesen, auch ohne die Abhängigkeit überleben zu können. Doch mit der Rückkehr der Männer aus dem Krieg, beanspruchten diese wieder ihre patriarchalen Rechte und drängten die Frauen zurück in ihre frühere Rolle als Hausfrau und Mutter. Einige Männer nutzten dabei so wirkungsvolle Möglichkeiten wie z.B. ärztliche Gutachten oder die „Zölibatsklausel“, um Frauen ein unabhängiges und selbstständiges Leben zu verwehren.

1949 wurde die Gleichberechtigung von Frauen und Männern im Grundgesetz verankert. Zu verdanken haben wir diesen wichtigen Satz der kämpferischen Durchsetzungsfähigkeit der vier berühmten Mütter des Grundgesetzes (Helene Wessel, Elisabeth Selbert, Helene Weber und Frederike Nadig). Doch die Realität sah leider lange Zeit ganz anders aus. Frauen waren von ihrem Ehemann abhängig und mussten sich seinen Entscheidungen beugen. Sogar über das Vermögen ihrer Ehefrauen konnten Männer alleine entscheiden. Für die meisten Frauen bestand ihr Leben aus der Betreuung und Versorgung der Kinder und ggf. der Pflege von älteren Angehörigen, dem Haushalt und ihrem Mann eine gute Ehefrau zu sein. Besonders die „gute Ehefrau“ klingt sehr provozierend, war in unzähligen Ratgebern für Frauen der 1950er Jahre jedoch ein wichtige Voraussetzung für eine „glückliche Ehe“. Der Fokus lag auf dem Wohlbefinden des Mannes, des alleinigen Ernährers, während die Frau ihre eigenen Ansprüche und Wünsche zurückstellen sollte.

Mit dem Gleichberechtigungsgesetz 1957 gab es für Frauen einen ersten vorsichtigen Schritt zu mehr Selbstbestimmung. Das Gesetz erlaubte ihnen, ohne die Zustimmung ihres Ehemannes, zu arbeiten. Allerdings dürften ihre Pflichten als Ehefrau und Mutter nicht unter der Erwerbstätigkeit leiden.

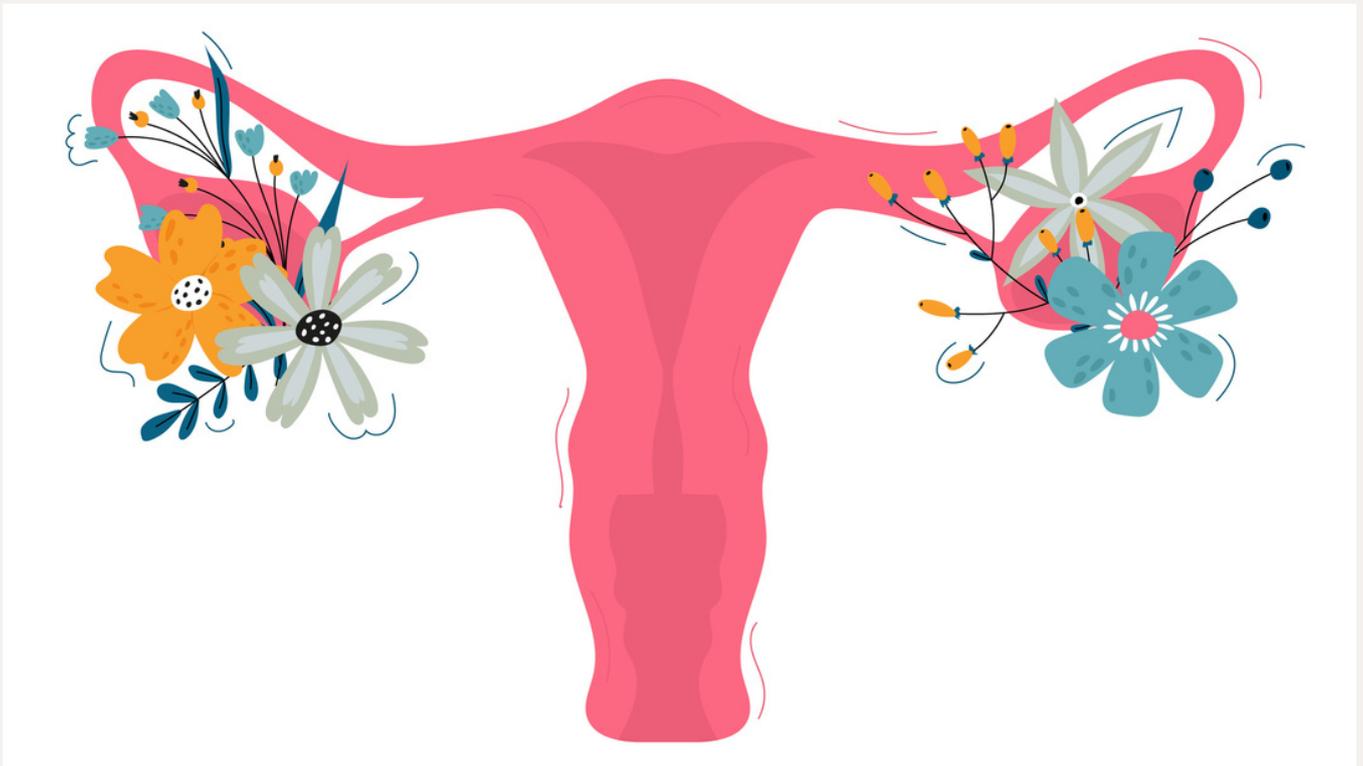
Im nächsten Teil werden wir uns mit dem Leben von Frauen in den 1960er und 1970er beschäftigen und einer Veränderung zu einem neuen Frauenbild.





GASTBEITRAG VON KERSTIN KRAUS

Menstruationskrankenstand,
jetzt! – Warum die
Periode am Arbeitsplatz
enttabuisiert gehört



Stigmatisiert, verniedlicht, ignoriert, manchmal schmerzhaft aber vor allem tabuisiert – die Menstruation. 98% der Frauen* geben an, unter Menstruationsbeschwerden zu leiden. Jedoch ist das Thema noch immer immens tabuisiert und vor allem privatisiert. Trotz wachsenden öffentlichen Diskurses in den vergangenen Monaten, bleibt das Menstruationsbewusstsein am Arbeitsplatz häufig aus. Menstruationskrankenstand kann genau das lösen und Vorurteile professionell bekämpfen.

Was genau ist „Menstruationskrankenstand“?

Die erdbeerwoche GmbH definiert Menstruationskrankenstand als „Krankenstand bei Menstruationsbeschwerden, welche die Arbeitsausführung beeinflussen. Gerechtfertigt wird er mit einer erhöhten Produktivität am Arbeitsplatz sowie eine Verbesserung der allgemeinen Gesundheit, da durch die Zeit zuhause eventuell auf Schmerztabletten bei starken Periodenbeschwerden verzichtet werden kann“.

Obwohl der Begriff für einige neu erscheinen mag, gibt es Menstruationskrankenstand tatsächlich schon eine Weile. Bereits 1922 wurde er in der damaligen Sowjetunion eingeführt. 1947 wurde er dann in Japan anerkannt, 1948 in Indonesien und in den darauffolgenden Jahren dann in vielen weiteren Ländern wie zum Beispiel China, Zambia, Mexiko oder wie vor kurzem in Spanien. Nike führte 2007 als eines der ersten Unternehmen weltweit den Menstruationskrankenstand ein.

Die Menstruation am Arbeitsplatz

International scheint der Menstruationskrankenstand bereits weit verbreitet, doch im DACH-Raum scheitert es noch. Wieso repräsentiert Menstruationskrankenstand einen so wichtigen Schritt?

Basierend auf Umfragen deutscher und australischer Studien sprechen nur 26% der Frauen* offen mit ihren männlichen Kollegen über ihre Periode, da noch vermehrt Angst besteht, als „schwach“ oder „arbeitsunfähig“ wahrgenommen zu werden. 14% der befragten Frauen* gaben bei BBC an, aufgrund ihrer Periode regelmäßig von der Arbeit fernzubleiben, jedoch nennen nur 5% den wahren Grund dafür.

Aufgrund von Schmerzen, starken Blutungen oder mentalen Nebenwirkungen leidet natürlich auch die Qualität der Arbeit, das berichten zumindest 80% der befragten Frauen* laut der Washington Post. 70% gehen außerdem unter Schmerzmittel zur Arbeit, obwohl sie sich nicht arbeitsfähig fühlen (5-20% fallen während der Periode teilweise aus).

Was spricht für den Menstruationskrankenstand? Er führt nachweislich zu mehr Produktivität, Effizienz sowie einem erhöhten Vertrauen zwischen Management und Mitarbeitenden. Der Arbeitsplatz wird öfter weiterempfohlen und gewinnt an Attraktivität. Nicht nur verbessert sich die Gesundheit der Menstruierenden, auch die Bindungsrate der Mitarbeiter:innen wird gesteigert.

Studien belegen allerdings auch negative Auswirkungen auf das Arbeitsumfeld, beispielsweise erhöhter Sexismus und Diskriminierungen gegenüber Menstruierenden a lá „Menstruierende besitzen eine geringere Fähigkeit, ihre Arbeit auszuführen“. Die Privatsphäre der Mitarbeitenden kann außerdem beim Tracking des Menstruationskrankenstandes beeinflusst werden, sofern dies nicht anonym verläuft.

Mein persönliches Fazit

Zeiten ändern sich, und das ist gut so. Noch repräsentieren Arbeitsplätze jedoch keine fairen Arbeitsbedingungen, sei es beim Lohn oder den Büroeinrichtungen. Und seien wir mal ehrlich: die Kontra-Argumente des Menstruationskrankenstandes motivieren umso mehr, ihn einzuführen, um das Stigma endlich zu besiegen. Ich appelliere hiermit an alle Arbeitgeber:innen, ein Vorbild zu sein: für euch selbst, aber vor allem für euer Team. Erkennt die Benachteiligungen Menstruierender an, zeigt eure Unterstützung und macht die Menstruation sichtbar. Es ist verdammt nochmal an der Zeit.

KERSTIN KRAUS VON FEMTALES

Kerstin, 31, kommt ursprünglich aus Rödermark und lebt inzwischen in Wien. Durch ihre ehrenamtliche Content-Arbeit bei der Sorority sowie ihren aktivistischen Blog femtales, setzt sie sich viel dem Thema Gleichberechtigung auseinander und versteht sich als leidenschaftliche Feministin*.



LAG Väterarbeit NRW

2016 wurde die Ländergemeinschaft Väterarbeit in Nordrhein-Westfalen als Verbindungsstelle gegründet. Wie der Name bereits verrät, will die Gemeinschaft die Arbeit von Vätern stärker unterstützen und die Gleichstellung weiter fördern. Neben der Aufmerksamkeit braucht es eine gute Verbindung und Vernetzung zwischen Vätern, Politik und Wirtschaft.

Ich konnte mit dem Vorsitzenden der LAG Väterarbeit NRW, Hans-Georg Nelles sprechen und für ihn liegt in der Väterarbeit ein wichtiger Grundstein bei den Themen Gleichstellung und Chancengleichheit. Mit der Einführung des Elterngelds 2005/2006 stellten die 2 Vätermonate noch eine kleine Revolution dar. Inzwischen findet bei vielen Männern ein Umdenken statt und sie wollen sich aktiv an der Betreuung und Erziehung ihres Kindes beteiligen. Der Weg soll von traditionellen Rollenbildern und dem Patriarchat wegführen und stattdessen die Stärkung von Vätern u.a. in begleitenden, organisatorischen und pädagogischen Fragen erfolgen.

Eltern sollen als Team gesehen werden! Dazu gehört ein besseres Gleichgewicht bei der Betreuungs- und Care-Arbeit. Werden Väter ermutigt und in ihrer Rolle bestärkt, profitieren davon auch Mütter, Kinder und vor allem die gesamte Gesellschaft. Je mehr Väter sich aktiv beteiligen, umso mehr neue Vorbilder für andere Männer entstehen und die Väterfreistellung in Unternehmen wird hoffentlich endlich als lohnende Investition in die Zukunft gesehen.

Als Kompetenzzentrum für Väterarbeit bietet die LAG Väterarbeit viele verschiedene Angebote an. Neben zahlreichen Informationen, Fortbildungen und Vorträgen, finden spezielle Werkstattgespräche statt, bei denen es um den Austausch und die Vernetzung von Vätern zu aktuellen Themen geht.

Als Kompetenzzentrum für Väterarbeit bietet die LAG Väterarbeit viele verschiedene Angebote an. Neben zahlreichen Informationen, Fortbildungen und Vorträgen, finden spezielle Werkstattgespräche statt, bei denen es um den Austausch und die Vernetzung von Vätern zu aktuellen Themen geht. Mehr Informationen unter: [LAG Väterarbeit NRW](#)





Vereinbarkeit von Familie und Beruf

Das große Potenzial von Eltern als Gewinn für Unternehmen

Die Vereinbarkeit von Familie und Beruf ist für die meisten Eltern eine große und zum Teil schwierige Aufgabe. Schwangerschaft, Elternzeit, die Kinderbetreuung und Care-Arbeit bedeuten nicht nur für Eltern, sondern auch für Unternehmen eine Umstellung und Umstrukturierung. Inzwischen erkennt die Wirtschaft, wie wichtig und wertvoll Eltern für Unternehmen sind. Denn die Anforderungen und täglichen Herausforderungen im Alltag von Familien, erfordern ganz besondere Fähigkeiten und Entwicklungen von Eltern. Diese besonderen Skills sind es, die sich auf bestimmte Aufgaben und Bereiche der Arbeitswelt übertragen lassen und von denen Unternehmen profitieren.

Seit 2003 forscht das WorkFamily-Institut zu den Themen Elternkompetenz & Arbeit und stellt seine Ergebnisse u.a. in Publikationen, einer Kompetenz App oder Webinaren für interessierte Unternehmen und Eltern zur Verfügung. Ich durfte mit dem Geschäftsführer und Leiter des Instituts, Joachim E. Lask sprechen und konnte mir einen ersten Einblick über ihre Arbeit und die Bedeutung von elterlichen Skills machen.



In Zeiten von fehlenden Betreuungsmöglichkeiten und einem massiven Fachkräftemangel, der sich in Zukunft durch den demografischen Wandel noch verstärken wird, braucht es neue Konzepte und Wege der Mitarbeiterbindung und -gewinnung. Anders als es den meisten Eltern selber bewusst ist, verfügen sie über besondere Fähigkeiten durch die tägliche Betreuung und Erziehung ihrer Kinder. Dazu gehören z.B. Selbstreflexion, Impulsgebung, kreatives Denken und Konfliktlösungen, die sich je nach Alter der eigenen Kinder noch einmal verändern (Babys haben andere Bedürfnisse, als Kleinkinder oder Teenager). In ihrem Familienleben entwickeln Eltern diese wichtigen Kompetenzen und können sie bei ähnlichen Prozessen und Situationen in der Arbeitswelt einsetzen (z.B. in der Mitarbeiterführung).

So wie Unternehmen von den besonderen Kompetenzen von Eltern profitieren, braucht es natürlich auch entsprechende Angebote und Arbeitsbedingungen, um Eltern als Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen für ein Unternehmen zu gewinnen und an sich zu binden. Als wichtigste Voraussetzung zählt dabei der Wille zur Veränderung. Unternehmen müssen bereit sein, Eltern wirklich unterstützen zu wollen und ihnen entsprechende Angebote im Einklang mit den betrieblichen Möglichkeiten zu bieten. Das können flexible Arbeitsmodelle oder die Möglichkeit von Jobsharing sein, gezielte Benefits oder auch ein ehrliches und offenes Ohr für die Probleme von Eltern mit gemeinsamen Lösungsansätzen.

Zu diesem spannenden und wichtigen Thema wir in den nächsten Monaten das Buch „Elterliche Skills in Organisationen“ von Joachim E. Lask und Nina M. Junker erscheinen. Nähere Informationen zum Institut oder dem Buch erhaltet ihr [hier](#).



Zitat:

„Insbesondere das Verhalten von Männern im Alltag gegenüber als weiblich gelesenen Kindern ist entscheidend dafür, mit welchem Selbstbild diese aufwachsen. Indem Väter bei Söhnen auf Leistung und Erfolg und bei Töchtern vor allem auf das Äußere reagierten, verfestigten sie bei Letzteren die Vorstellung, dass sie Aufmerksamkeit und Anerkennung für ihre (stets an ihre Jugend und damit an ihre gesellschaftliche Harmlosigkeit geknüpfte) Schönheit bekommen statt für ihre Klugheit, Kreativität oder Kompetenz – und dass sie nicht einfach um ihrer selbst willen geliebt werden.“



Mit dem so wichtigen Thema Geschlechtergerechtigkeit hat sich die Journalistin Anne Waak in ihrem Buch „Kümmern und Kämpfen“ auseinandergesetzt. Dabei thematisiert sie u.a. die Rolle des Patriarchats und des Kapitalismus, denn noch immer wird Arbeit in eine gewinnbringende Erwerbstätigkeit und eine zwar notwendige, aber oft als wertlos angesehene Sorgearbeit (Care-Arbeit) unterteilt.

Es geht um die Rolle der Geschlechter, Sexismus und die Erziehung von Kindern. Denn Gleichberechtigung beginnt in jeder Familie und stereotypische Erziehungsmuster wie Kümmern (Mädchen) und Kämpfen (Jungen) legen oft die Grundlagen für das spätere Leben.

Dazu gehört auch, dass Jungen ihre Gefühle in Tränen und Mädchen in Wut ausdrücken dürfen oder die Frage nach genderkonformem Spielzeug (natürlich können Jungen mit Puppen spielen). Die fehlende Gerechtigkeit unter den Geschlechtern zeigt sich auf ganz besondere Weise in den Bereichen körperliche Selbstbestimmung und Sexualität.

Dabei blickt die Autorin auf die biologischen Besonderheiten und spricht über die Menstruation oder über Verhütungsmittel wie die Pille, mit ihren teils schwerwiegenden Nebenwirkungen für die Frau. Es geht aber auch um sexuelle Gewalt und ein falsches Bewusstsein der Geschlechter (Täter-Opfer-Umkehr), welche Frauen zu erhöhter Wachsamkeit und Schutzmaßnahmen erzieht, während Jungen und Männer kaum Berührungspunkte mit diesem wichtigen Thema in Form von Aufklärung, Gesprächen oder Kursen erfahren.

Das Buch „Kümmern und Kämpfen“ ist im Goldmann Verlag erschienen, ISBN 978-3-442-31703-5 und kostet 18,00 Euro.

In Ihrem Buch beschreibt die Familienpsychologin Marianne Nolde, wie Familien auch nach einer Trennung für sich und ihre Kinder den besten Weg miteinander finden können. Als Gutachterin für Familiengerichte hat die Autorin viele Scheidungen und Trennungen miterlebt und weiß auch aus eigener Erfahrung, wie sich eine Scheidung auf das Leben der Kinder und Eltern auswirken kann.

Mit ihrem Ratgeber möchte Marianne Nolde Familien nicht nur Mut machen, sondern spricht auch über die Perspektiven und Sorgen des Kindes, über die Wahl passender Betreuungsmodelle, Kommunikation zwischen den Eltern und Patchwork. Die entscheidende Frage bei einer Trennung lautet nicht, ob sich Eltern trennen, sondern wie eine solche Trennung stattfindet.



Neben der Verarbeitung der missglückten Beziehung und den verletzten Gefühlen, der Enttäuschung und auch einer großen Portion Wut, gehört der Blick in Richtung Zukunft. Als Eltern ist es wichtig, Kindern die nötige Beständigkeit und Sicherheit geben zu können und mit dem Ex-Partner*in einen versöhnlichen Weg zu finden. Ausnahmen bilden die Fälle, in denen ein Kind Schutz vor dem anderen Elternteil benötigt. Der Ratgeber zeigt durch die beruflichen und privaten Erfahrungen der Autorin fachliche Lösungsansätze, wie eine Trennung ohne Rosenkrieg verlaufen kann.

Das Buch „Eltern bleiben nach der Trennung“ ist im Knauer Verlag erschienen, ISBN 978-3-426-21473-2 und kostet 16,99 Euro. Zusätzlich ist es als Hörbuch im pingulett Verlag erhältlich (bei Audible abrufbar).

Zitat:

„Die meisten Kinder, die verstört auf die Trennung reagieren, haben schlicht Angst, dass sie eine wichtige Bindungsperson verlieren. Was in diesem Fall das bestmögliche Heilmittel ist, liegt auf der Hand: Es muss wieder Sicherheit in seinen Bindungen erlangen dürfen, und das funktioniert am besten, wenn das von Trennung betroffene Kind in seinem Alltag erfährt, dass es gar keinen Elternteil verlieren wird, sondern sich „nur“ das Zusammensein mit den Eltern anders gestalten wird. Es bleibt ein Verlust, der aber wenigster dramatisch ist, als wenn das Kind nur noch ein Elternteil an seiner Seite wüsste.“

Zitat:

„Dabei hat sich unser Verständnis vom Frausein in den letzten hundert Jahren stärker verändert als in den tausend davor. Während die Rolle der Frau als abhängige Gehilfin des Mannes und als sein Eigentum Jahrhunderte fast unangefochten gepredigt, gelebt und akzeptiert wurde, gibt es nun schon seit Beginn des 20. Jahrhunderts Stunk. Wir kämpfen gegen das Patriarchat, die männliche Dominanz, an. Wir wollen Veränderung und Gleichberechtigung.“



Mit ihrem Buch möchte Stevie Schmiedel Brücken bauen, wenn es um so wichtige Themen wie den Konflikt innerhalb der Generationen, Feminismus oder Gendern geht. Zu festgefahren sind oft die Vorstellungen in der eigenen Blase des Lebens, von einer Welt, die jeder Mensch anders sieht und wahrnimmt. Die Begriffe „Genderwahn“ oder „Feminismus“ sind zu emotionalen Reizthemen innerhalb unserer Gesellschaft geworden und führen schnell zu hitzigen Diskussionen und Vorurteilen. Die Autorin möchte einen Dialog starten und versucht immer wieder durch gegenseitiges Verständnis in einen Austausch zu gelangen und einen Wechsel der Perspektiven zu ermöglichen. Dabei geht es ihr, neben dem Gendern, auch um den Generationenkonflikt, um Feminismus, Sexismus und Transthematik.

Es sind die Veränderungen des Lebens, die vielen Menschen Angst machen und in Vorurteile umschlagen. Statt als Gesellschaft bestimmte Personengruppen oder Entwicklungen mit Ausgrenzung, Furcht, Unverständnis oder Wut zu begegnen, sollten wir im Wandel auch eine neue Chance sehen. Das Buch ist ein versöhnliches Plädoyer für mehr Toleranz und Verständnis und motiviert auf eine positive Art die Leser und Leserinnen, einen Blick aus der eigenen Blase in unsere wundervolle, bunte Gesellschaft zu werfen und respektvoll miteinander zu leben.

Das Buch „Jedem Zauber wohnt ein radikaler Anfang inne“ ist im Kösel Verlag erschienen, ISBN 978-3-466-37302-4 und kostet 22,00 Euro.

Das Buch von Karen Pickering und Jane Bennett (ins Deutsche übersetzt von Maïke Hopp) beschäftigt sich mit dem Tabuthema Menstruation. Die monatliche Blutung von Frauen soll nicht länger zu einer Benachteiligung oder Scham führen, sondern als ein ganz natürlicher, weiblicher Prozess gesehen werden. Dazu gehören mehr Verständnis und Wissen rund um den weiblichen Körper und seine Biologie, von der Pubertät bis zu den Wechseljahren.

Im Alltag erleben die meisten Frauen immer wieder eine große Angst und Peinlichkeit, wenn es um das Thema Menstruation geht. Diese Scham wird gesellschaftlich über Generationen weitergegeben und von patriarchalen Systemen verstärkt. Es sind kulturelle Vorschriften und gesellschaftliche Normen, die zu einer Stigmatisierung des natürlichen Prozesses im Körper von Frauen führen. Damit sich das Bild über die Periode und der gesellschaftliche Umgang mit der monatlichen Blutung endlich ändert, braucht es aufgeschlossene und aufgeklärte Frauen und Männer.

Mit ihrem Buch möchten die beiden Autorinnen einen Wandel erreichen und das Tabuthema überwinden. Dazu zählen, neben der Aufklärung und einem größeren Verständnis, auch so wichtige Dinge wie Menstruationsrichtlinien für Arbeitsplätze, gezielte Gesundheitsförderung mit Schwerpunkt auf dem menstruellen Wohlbefinden, Bereitstellung von Menstruationsprodukten und deren Versteuerung.

Das Buch „Dringend Rotwendig“ ist im Magas Verlag erschienen, ISBN 978-3-949537-05-9 und kostet 27,00 Euro.



Zitat:

„Das Menstruationstabu hat allerlei ungeschriebene Regeln hervorgebracht, die normalerweise nicht hinterfragt und nicht wahrgenommen werden, bis sie angefochten oder gebrochen werden. Mädchen und Frauen wird – oft von anderen Frauen und Mädchen, aufgrund ihrer kulturellen Prägung oder durch einen sozialen Fauxpas – beigebracht, dass es in den meisten zwischenmenschlichen Beziehungen nicht erwünscht ist, offen und ehrlich über die Periode zu sprechen, selbst wenn dies notwendig ist. Sie verwenden oft Euphemismen („Frauenleiden“) oder entscheiden sich stattdessen für eine gesichtswahrende Lüge (Bauchschmerzen) oder sogar für ein „weitermachen“, wenn es logischer wäre, einfach zu sagen: „Ich habe meine Periode.““



Schwierige Vereinbarkeit von Familie und Beruf bei Ärztinnen

Laut einer Studie der Forschungsgruppe der Kliniken des Universitätsklinikums der Ruhr-Universität Bochum, fehlt es noch immer an einer wirklichen Vereinbarkeit von Familie und Beruf bei Ärztinnen. Befragt wurden insgesamt 2060 Ärztinnen und Ärzte.

Dabei gaben 56 Prozent der Teilnehmerinnen an, durch Elternzeit und die Betreuung von Kindern Einschnitte in ihrer Karriere erlebt zu haben. Bei den befragten Ärzten sahen 54 Prozent hingegen keine Benachteiligung als Vater.

Als Möglichkeiten für mehr Chancengleichheit sahen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer u.a. Job-Sharing-Modelle oder auch Mentoringprogramme für Ärztinnen.

Neue Studien

Frauen weltweit benachteiligt

Kurz vor dem internationalen Frauentag wurde eine neue Studie der UN-Weltbank vorgestellt und die Ergebnisse sind sehr ernüchternd. Wenn es weltweit um die Rechte von Frauen geht, müssen sich diese mit vielen Nachteilen konfrontiert sehen. Frauen besitzen demnach nur etwa 64 Prozent der Rechte, wie Männer.

Die Studie untersuchte u.a. Themen wie Erwerbstätigkeit, Elternschaft, Mobilität, Sorgearbeit, aber auch Gewalt an Frauen. Besonders beim letzten Punkt zeigen viele Staaten noch einen unzureichenden Schutz und Sicherheit von Frauen.



Frauen und Männer der Generation Z beurteilen Feminismus unterschiedlich

Wenn es um die Themen Feminismus und Gleichstellung geht, gibt es in der Generation Z (16–29-jährige Menschen) große Unterschiede zwischen den Geschlechtern. In einer gemeinsamen Untersuchung des Meinungsforschungsinstitut Ipsos und des King´s College London wurden insgesamt 3700 britische Bürgerinnen und Bürger befragt.

Dabei gaben 68 % der Frauen an, Benachteiligungen und Schwierigkeiten als Frau im täglichen Leben wahrzunehmen. Nur 35 % der befragten Männer stimmten dieser Aussage über fehlende Gleichstellung zu. Die positive Wirkung von Feminismus für die gesamte Gesellschaft sehen 46 % der Frauen und 36 % der Männer. Diese sehen in 16 % sogar einen enormen Schaden für die Gesellschaft durch den Feminismus. Diese kritische Haltung von jungen Männern gegenüber dem Feminismus und der Gleichstellung ist ein Risiko für zukünftige gesellschaftliche Entwicklungen und den Zusammenhalt.



Marktplatz

Der Marktplatz ist die perfekte Möglichkeit, frauengeführte Unternehmen, Interessengruppen, Produkte und Informationen von Frauen für Frauen zu präsentieren. Ihr möchtet auch mit einer eigenen Werbeanzeige vertreten sein? Nähere Informationen erhaltet ihr unter: info@femoana.de



2030*

ist eine deutschlandweite Initiative, die uns als Unternehmerinnen stärkt: Wir erhöhen unsere Sichtbarkeit, lernen voneinander und unterstützen uns gegenseitig.




Unser Ziel ist eine Wirtschaft, die von Frauen und Männern gleichberechtigt gestaltet wird.

Sei dabei und erstelle Dein Profil auf  **2030.network**



Sandra Puschmann

Zeit für eine Arbeitswelt 4.0

Workrevolution Frankfurt begleitet lokale Unternehmen dabei, Ressourcen und Potenziale zu entfalten & sich als Team und Organisation zu entwickeln. Mit passgenauen ExpertInnen aus unserem Netzwerk.

<p>Für Unternehmen im Rhein-Main Gebiet</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beratung zu Team- & Organisationsentwicklung, Führungskräftecoaching, New Work • Begleitung von Transformationsprozessen • Workshops & Seminare 	<p>Für Berater, Coaches (Agilisten)</p> <ul style="list-style-type: none"> • lokale Community aus ExpertInnen • Austausch, Vernetzung, Weiterentwicklung • gemeinsame Projekte
--	--

www.workrevolution-frankfurt.de

Femoana Christine Gast



Gleichstellung, Gleichberechtigung und die Sichtbarkeit/Stärkung von Frauen in der heutigen Zeit



- Vorträge und Workshops
- Beiträge und Auftragsarbeiten
- Online-Magazin
- Interviews und Unternehmensvorstellungen
- Speakerin

info@femoana.de www.femoana.de

Impressum

Online-Magazin des Frauennetzwerkes Femoana

Herausgeber

Frauennetzwerk Femoana - Christine Gast,
Kassernstr. 4a, 65719 Hofheim am Taunus,
Telefon 0152/08701466, Email
info@femoana.de, Internet www.femoana.de

Verantwortlich für den Inhalt

Christine Gast, Gründerin und Inhaberin

Konzept, Design, Redaktion und Umsetzung

Christine Gast, Telefon 0152/08701466, Email
info@femoana.de

Der Nachdruck, auch wenn dieser nur auszugsweise geschieht und die elektronische Vervielfältigung von Beiträgen und Fotos darf nur nach Rücksprache und mit Genehmigung der Herausgeberin erfolgen. Eine Quellenangabe ist dabei verpflichtend.

Ausgabedatum

21.03.2024

Erscheinungsweise

Vierteljährlich

Anzeigenpreisliste

Nr. 2 vom 01.03.2024





Bildquellen

Titelbild: jacoblund iStock by Getty Images

Seite 2: Christine Gast

Seite 3: Drazen Zigic iStock by Getty Images (Frauen mit Schild), Miriam Castle-Weiss (Frau mit Hund)

Seite 4: Obregonia D.Toretto /Pexels (Filmklappe), Isil /Pexels (TV)

Seite 5: Ivan Samkov /Pexels (Labor), Diapolisimahes iStock by Getty Images (Kuchen)

Seite 6: Radomir Jordanovic /Pexels

Seite 7: jacoblund iStock by Getty Images

Seite 8: Miriam Castle-Weiss

Seite 9+10: Christine Gast

Seite 11: Miriam Castle-Weiss

Seite 12: Cyano66 iStock by Getty Images

Seite 13: Aleutie iStock by Getty Images

Seite 14: Monica Turlui /Pexels

Seite 15: Tatjana Zabrodina iStock by Getty Images

Seite 16: Bitberry by Daniel Shaked

Seite 17: LAG Väterarbeit NRW

Seite 18: Ketut Subiyanto /Pexels

Seite 19: Joachim E. Lask und WorkFamily Institut

Seite 20: Goldmann Verlag

Seite 21: Knauer Verlag

Seite 22: Kösel Verlag

Seite 23: Magas-Verlag

Seite 24: Tima Miroshnichenko /Pexels (Ärztin), Karolina Grabowska /Pexels (future ist female)

Seite 25: Flavia Jacquier /Pexels

Seite 27: Ioana Motoc /Pexels

Seite 28: Kader D. Kahraman /Pexels

Seite 29: heckmannoleg iStock by Getty Images

Ausgabe 03/2024

Gleichstellung - Gleichberechtigung

FEMOANA



Quelle: heckmannoleg by iStock by Getty Images

Online-Magazin über das Leben von Frauen in der
heutigen Zeit, Chancengleichheit, Diversität und
mehr Sichtbarkeit

In der nächsten Ausgabe erwarten Euch u.a. folgende Themen:

- Die Vorstellung von Annas Tee und Geschenke in Hofheim am Taunus
- Teil 2 der Beitragsreihe über das "Leben von Frauen in den 1960/1970er Jahren"
- Das Titelbild verrät es bereits. Ein Teil der nächsten Ausgabe wird sich mit dem Thema Diversität beschäftigen.
- Es geht weiter mit der Reihe Vereinbarkeit von Familie und Beruf
- Neue Bücherempfehlungen, Veranstaltungstipps u.v.m. warten in der Sommerausgabe von Femoana auf euch