

## vorwort

Unsere Gesellschaft ist derzeit in einer schwierigen Situation. Parolen bestimmen die Debatten, und es manifestiert sich der Eindruck, die lautesten Parolen besetzen die Meinungen. Für unser Zusammenleben brauchen wir jedoch eine Kultur des gemeinsamen Dialoges. Das ist unter anderem mit ein Grund, ein breit gefächertes Frauenprogramm mit Angeboten zu gesellschaftlichen, beruflichen und kulturellen Themen anzubieten. Auch in diesem Jahr hat die Gleichstellungsstelle des Landkreises Merzig-Wadern wieder ein vielseitiges Programm mit Workshops, Seminaren, Ausstellungen und Thementagen für Sie zusammengestellt.

Frauen sind heute beruflich so gut qualifiziert wie nie zuvor. Ihre Qualifikationen, ihre besonderen Fähigkeiten und ihre Erfahrungen sind ein enormes Potenzial. Die berufliche Gleichstellung von Frauen ist deshalb nicht lediglich eine Frage der Gerechtigkeit, sondern vor allem auch eine unverzichtbare Notwendigkeit.

Aber die faktische Gleichstellung und Gleichberechtigung klafft immer noch – und hier vor allem im Erwerbsleben – auseinander. Nach wie vor gibt es eine Diskrepanz zwischen den guten Abschlüssen von Frauen und ihren gewachsenen Qualifikationen einerseits und andererseits der Tatsache, dass die große Mehrheit der Frauen weniger verdient, sich oft in Berufen mit mangelnder Reputation und wenig Zukunftsaussichten wiederfindet, in Teilzeitstellen und nur in geringer Zahl in leitenden Positionen.

In bewährter Weise ist das Frauenprogramm wieder für ein Jahr zusammengefasst und gemeinsam mit Netzwerkpartnerinnen entstanden. Handlich, praktisch und informativ laden wir Sie ein zum Mitmachen an unseren Veranstaltungen. Damit Sie kein wichtiges Ereignis verpassen und für Ihre persönliche Jahresplanung 2020 heißt es: Kalender einstecken und sich erinnern, „...da war doch noch etwas interessantes...“ Oder werfen Sie doch einen Blick auf unsere Homepage [www.merzig-wadern.de](http://www.merzig-wadern.de) unter der Rubrik „Gleichstellungsstelle“. Hier finden Sie die ausführlichen Beschreibungen der einzelnen Angebote und Aktionen. Gerne können Sie mit uns per Mail oder persönlich in Kontakt treten.

Wir freuen uns auf die kommenden Begegnungen mit Ihnen und bedanken uns für Ihr Interesse.

## Herzliche Grüße

**Bernadette Schroeteler**  
Gleichstellungsbeauftragte des Landkreises Merzig-Wadern



# kontakt

## januar

**Mi | 22.01.2020 | ab 13.00 Uhr**

**Beratung in Familie und Partnerschaft →**

Beratung: Renate Bertelt, Juristin und Bernadette Schroeteler, Gleichstellungsbeauftragte

Ort>> Landratsamt Merzig, Zimmer 116, 1.OG

Gebühr: 20 Euro pro Beratung

**Do | 23.01.2020 | 18.00 - 21.00 Uhr**

**Workshop: Von Frauen für Frauen – die neuen Chancen der Digitalisierung**

Referentinnen: Silvia Hemmerling, Organisationspsychologin und Tanja Otto, Digitalstrategin

Ort>> Landratsamt Merzig, Kleiner Sitzungssaal, 3. OG

Gebühr: als Pilotprojekt freier Eintritt

**Landkreis Merzig-Wadern | Gleichstellungsstelle**  
**Bahnhofstraße 44 | 66663 Merzig**

Bernadette Schroeteler | Gleichstellungsbeauftragte, Zimmer 116  
Christa Laug | Sekretariat, Zimmer 117

Telefon 06861/80-320 | 06861/80-321 | Fax 06861/80-104  
gleichstellungsstelle@merzig-wadern.de

## februar

**Di | 04.02.2020 | 17.00 - 19.00 Uhr →**

**Mit Yoga durch das Jahr**

Referentin: Brigitte Konstroffer, qualifizierte Yogalehrerin

Ort>> Landratsamt Merzig, Großer Sitzungssaal, EG

Gebühr: 20 Euro

**Fr | 07.02.2020 | 19.00 - 21.00 Uhr**

**Vortrag mit Diskussion: Moderne Familien nur im Kopf?**

Referentin: Doreen Schrecklinger, Dipl. Sozialpädagogin, Soziologin MA

Ort>> Landratsamt Merzig, Kleiner Sitzungssaal, 3. OG

Gebühr: 5 Euro

**Sa | 08.02.2020 | 14.00 - 18.00 Uhr**

**Workshop: Selbst ist die Frau - Basisworkshop**

Referentin: Birgit Recktenwald, Tischlerin  
Treffpunkt>> vor dem Haupteingang des Landratsamtes Merzig

Gebühr: 25 Euro

**Mo | 10.02.2020 | 15.00 - 19.00 Uhr**

**Kleidertauschparty im Jugendhaus Merzig**

Organisation: Julia Bost, Jugendhaus Merzig

Ort>> Jugendhaus Merzig, Torstraße 28d

**Fr | 14.02.2020 | 16.00 Uhr**

**Aktionstag: ONE BILLION RISING**

Organisation: Bernadette Schroeteler/  
Gleichstellungsbeauftragte, Michaela Ortega-Dax  
(Frauenmantel, Frau im Zentrum e.V.), Zentrum  
Annette Blasius, ADTV-Tanzschule La Danse/Monika Megharbi,  
Margret Tornikidis/Frauenbeauftragte der Stadt Merzig,  
Julia Bost/Jugendhaus Merzig, Trommelgruppe Makulelé  
Ort>> Innenstadt Merzig, vor dem Rathaus



**Sa | 29.02.2020 | 10.00 - 16.00 Uhr**

**Seminar: Achtsamkeit – Ein Schlüssel zum Glück**

Referentin: Stefanie Weber, Dipl. Designerin und Coach

Ort>> Landratsamt Merzig, Kleiner Sitzungssaal, 3. OG

Gebühr: 40 Euro

**Zu folgenden Themen erhalten Sie bei der Gleichstellungsstelle Flyer und Broschüren:**

- Trennung/Scheidung/Neuanfang
- Familie als Stütze – Wenn die Rente der Eltern zum Leben nicht reicht
- Leben ohne Trauschein
- Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz
- Vorsicht K.O.-Tropfen
- Häusliche Gewalt

## märz

**Di | 03.03.2020 | 17.00 - 19.00 Uhr →**

**Mit Yoga durch das Jahr**

Ort>> Landratsamt Merzig, Großer Sitzungssaal, EG

Gebühr: 20 Euro

**So | 08.03.2020 | ab 11.00 Uhr**

**Internationaler Frauentag – Vernissage zur Ausstellung „She's beautiful“. Musikalische Unterhaltung mit "Chanson Pure"**

Dauer der Ausstellung: 08.03 - 26.04.2020

Ort>> Museum Schloss Fellenberg, Merzig, Torstraße 45

**Mi | 11.03.2020 | 10.00 - 16.00 Uhr**

**Seminar: BURNOUT – Nein Danke!**

**Wie wir unsere Grenzen frühzeitig erkennen und ein Ausbrennen vermeiden können**

Referentin: Doris Hauptenthal, Heilpraktikerin für Psychotherapie

Ort>> Landratsamt Merzig, Kleiner Sitzungssaal, 3. OG

Gebühr: 40 Euro

**Do | 12.03.2020 | 18.00 - 20.00 Uhr →**

**Glück ist lernbar - Be happy!**

Referentin: Stefanie Weber, Dipl. Designerin und Coach

Ort>> Villa Fuchs Merzig, Seminarraum 1. OG

Gebühr: 80 Euro für die gesamten 8 Termine

**Do | 19.03.2020 | 19.00 - 21.00 Uhr**

**Vortrag mit Diskussion: Mediation am Arbeitsplatz und/oder im familiären Umfeld – Konflikte als Chance**

Referentinnen: Doreen Schrecklinger, Dipl. Sozialpädagogin, Soziologin MA u. Bernadette Schroeteler,  
Gleichstellungsbeauftragte und Mediatorin

Ort>> Landratsamt Merzig, Kleiner Sitzungssaal, 3. OG

Gebühr: Keine Gebühr

**Do | 19.03.2020 | 18.00 - 20.00 Uhr →**

**Glück ist lernbar - Be happy!**

**Mi | 25.03.2020 | ab 13.00 Uhr →**

**Beratung in Familie und Partnerschaft**

**Do | 26.03.2020 | 18.00 - 20.00 Uhr →**

**Glück ist lernbar - Be happy!**

**Hilfe bei Häuslicher Gewalt**

Frauennotruf Saarland | Nauwieserstraße 19

66111 Saarbrücken | Telefon 0681/36767

Frauenhaus Saarbrücken | Telefon 0681/991800

Frauenhaus Neunkirchen | Telefon 06821/922250

Frauenhaus Saarlouis | Telefon 06831/2200

## märz

**Sa | 28.03.2020 | 14.00 - 18.00 Uhr**

**Workshop: Selbst ist die Frau – Workshop für Fortgeschrittene**

Referentin: Birgit Recktenwald, Tischlerin

Treffpunkt>> vor dem Haupteingang des Landratsamtes Merzig

Gebühr: 25 Euro

**Di | 31.03.2020 | 18.00 - 20.00 Uhr**

**Geführte Meditation für Körper, Geist und Seele**

Referentin: Sarah Kläser, Dipl. Betriebswirtin und Fachberaterin für holistische Gesundheit

Ort>> Landratsamt Merzig, Großer Sitzungssaal, EG

Gebühr: 10 Euro

**Do | 02.04.2020 | 18.00 - 20.00 Uhr →**

**Glück ist lernbar - Be happy!**

**Sa | 04.04.2020 | 10.00 - 15.00 Uhr**

**Kleider-TAUSCH statt Shopping-RAUSCH**

Organisation: Bernadette Schroeteler, Gleichstellungsbeauftragte und Christa Laug

Ort>> Landratsamt Merzig, Großer Sitzungssaal, EG

Gebühr: 5 Euro, diese werden einem Sozialprojekt gespendet

**Di | 07.04.2020 | 17.00 - 19.00 Uhr →**

**Mit Yoga durch das Jahr**

Ort>> Landratsamt Merzig, Großer Sitzungssaal, EG

Gebühr: 20 Euro

**Do | 09.04.2020 | 18.00 - 20.00 Uhr →**

**Glück ist lernbar - Be happy!**

**Mi | 29.04.2020 | ab 13.00 Uhr →**

**Beratung in Familie und Partnerschaft**

**Do | 30.04.2020 | 18.00 - 20.00 Uhr →**

**Glück ist lernbar - Be happy!**

**saart**  
*Künstlerinnen - Treff*  
Termine werden individuell festgelegt und zeitnah bekannt gegeben

## mai

**Di | 05.05.2020 | 17.00 - 19.00 Uhr →**

**Mit Yoga durch das Jahr**

Ort>> Landratsamt Merzig, Großer Sitzungssaal, EG

Gebühr: 20 Euro

**Do | 07.05.2020 | 18.00 - 20.00 Uhr →**

**Glück ist lernbar - Be happy!**

**Di | 12.05.2020 | 19.00 Uhr**

**Filmbeitrag und Informationsabend mit dem Frauennotruf Saar**

Organisation: Bernadette Schroeteler

Ort>> Kino Lichtspiele Losheim, Saarbrücker Str. 16

Der Eintritt ist frei, Spenden erbeten

**Mi | 13.05.2020 | 14.00 Uhr**

**Vortrag: Frauen und Rente: wie bin ich abgesichert?**

Referentin: Sandra Braun, Deutsche Rentenversicherung Saarland

Ort>> Landratsamt Merzig, Großer Sitzungssaal, EG

Die Teilnahme ist kostenlos

**Do | 14.05.2020 | 18.00 - 20.00 Uhr →**

**Glück ist lernbar - Be happy!**

**Sa | 16.05.2020 | 13.30 - ca. 18.00 Uhr**

**Erlebnistag: Höhlenyoga – das besondere Yoga**

Referentin: Brigitte Konstroffer, qualifizierte Yogalehrerin

Treffpunkt>> Parkplatz Schlossberghotel Homburg, Schlossberg-Höhenstr. 1

Gebühr: 40 Euro für Selbstanreisende, 50 Euro incl. Bahnfahrt

**Mi | 27.05.2020 | ab 13.00 Uhr →**

**Beratung in Familie und Partnerschaft**

**Legende:**

→ Fortlaufende Kurse

# sommerpause

vom 6. Juli bis zum 16. August 2020

## Mädchen - Arbeitskreis

Organisation: Bernadette Schroeteler, Gleichstellungsbeauftragte  
Termine werden individuell festgelegt und zeitnah bekannt gegeben

# veranstaltungsorte

**Landratsamt Merzig-Wadern** | Großer Sitzungssaal im EG  
Kleiner Sitzungssaal im 3. OG, Fraktionsraum 4 im EG  
Bahnhofstraße 44 | 66663 Merzig

**Villa Fuchs** | Seminarraum im EG, Seminarraum im 1. OG  
Bahnhofstraße 25 | 66663 Merzig

**Mehrgenerationenhaus** | Am Seffersbach 5, 66663 Merzig

**Kino Lichtspiele** | Saarbrücker Str. 16, 66679 Losheim am See

**Museum Schloss Fellenberg** | Torstraße 45, 66663 Merzig

Nähere Informationen zu den Inhalten der einzelnen Veranstaltungen erhalten Sie unter **06861-80320**

oder unter

[www.merzig-wadern.de](http://www.merzig-wadern.de)

seminare & veranstaltungen

# Frauen verändern die Welt!



programm 2020

juni

juli

august

september

oktober

november

dezember

**Di | 02.06.2020 | 17.00 - 19.00 Uhr →**

**Mit Yoga durch das Jahr**

Ort>> Landratsamt Merzig, Großer Sitzungssaal, EG  
Gebühr: 20 Euro

**Sa | 13.06.2020 | 10.00 - 14.00 Uhr**

**Kleidertauschparty im Jugendhaus Merzig**

Organisation: Julia Bost, Jugendhaus Merzig  
Ort>> Jugendhaus Merzig, Torstraße 28d

**Mi | 17.06.2020 | 10.00 - 16.00 Uhr**

**Workshop: Klang und Stimme**

Referentin: Christine Radünzel, Stimm- und Klangtherapeutin  
Ort>> Landratsamt Merzig, Großer Sitzungssaal, EG  
Gebühr: 40 Euro

**Fr | 19.06.2020 | 18.00 - 21.00 Uhr**

**Workshop: Naturerleben – Räuchern als Balsam für die Seele**

Referentin: Klaudia Landahl, Kräuterpädagogin  
Ort>> Villa Fuchs Merzig, Seminarraum 1. OG  
Gebühr: 15 Euro

**Mi | 24.06.2020 | ab 13.00 Uhr →**

**Beratung in Familie und Partnerschaft**

**Di | 30.06.2020 | 18.00 - 20.00 Uhr**

**Geführte Meditation für Körper, Geist und Seele**

Referentin: Sarah Kläser, Dipl. Betriebswirtin und Fachberaterin für holistische Gesundheit  
Ort>> Landratsamt Merzig, Großer Sitzungssaal EG  
Gebühr: 10 Euro

**Fr | 03.07.2020 - So | 05.07.2020**

**Seminarwochenende: Zeit für sich selbst finden – Kraft tanken, entspannen und gestärkt in den Alltag zurückkehren**

Leitung: Bernadette Schroeteler und Christa Laug  
Ort>> Kloster Springiersbach  
Gebühr: 150 Euro incl. Seminarangebote, 2 ÜN und VP

**Mi | 26.08.2020 | ab 13.00 Uhr →**

**Beratung in Familie und Partnerschaft**

**Di | 01.09.2020 | 17.00 - 19.00 Uhr →**

**Mit Yoga durch das Jahr**

Ort>> Landratsamt Merzig, Großer Sitzungssaal, EG  
Gebühr: 20 Euro

**Di | 01.09.2020 - Fr | 09.10.2020**

**Ausstellung „Demokratie stärken - Rechtsextremismus bekämpfen“**

Organisation: Gleichstellungsstelle Landkreis Merzig-Wadern in Kooperation mit „Omas gegen Rechts“  
Ort>> Landratsamt Merzig, Großer Sitzungssaal, EG  
Der Eintritt ist frei

**Sa | 12.09.2020 | 10.00 - 13.00 Uhr**

**Workshop: Vom Konflikt zur Harmonie**

Referent: Markus Neubert, Aikido Meister  
Ort>> Landratsamt Merzig, Großer Sitzungssaal, EG  
Gebühr: 20 Euro

**Sa | 12.09.2020 | 10.00 - 17.00 Uhr**

**Dem Leben begegnen – Workshop für Mädchen und Frauen**

Ort>> Familienzentrum Merzig  
Details werden in der Presse bekannt gegeben

**Di | 15.09.2020 | 19.00 - 21.00 Uhr**

**Vortrag mit Diskussion: Die Bedeutung von Geld in Partnerschaften**

Referentin: Doreen Schrecklinger, Dipl. Sozialpädagogin, Soziologin MA  
Ort>> Landratsamt Merzig, Kleiner Sitzungssaal, 3.OG  
Gebühr: 5 Euro

**Fr | 18.09.2020 - So | 20.09.2020**

**Seminarwochenende: Die richtige Balance im Alltag finden**

Leitung: Bernadette Schroeteler und Christa Laug  
Ort>> Kloster Springiersbach  
Gebühr 150 Euro incl. Seminarangebote, 2 ÜN und VP

**Di | 29.09.2020 | 18.00 - 20.00 Uhr**

**Geführte Meditation für Körper, Geist und Seele**

Referentin: Sarah Kläser, Dipl. Betriebswirtin und Fachberaterin für holistische Gesundheit  
Ort>> Landratsamt Merzig, Großer Sitzungssaal, EG  
Gebühr: 10 Euro

**Mi | 30.09.2020 | ab 13.00 Uhr →**

**Beratung in Familie und Partnerschaft**

**Di | 06.10.2020 | 17.00 - 19.00 Uhr →**

**Mit Yoga durch das Jahr**

Ort>> Landratsamt Merzig, Großer Sitzungssaal, EG  
Gebühr: 20 Euro

**Do | 08.10.2020 | 10.00 - 16.00 Uhr**

**Seminar: Meine Ziele verwirklichen – so geht`s!**

Referentin: Doris Haupenthal, Heilpraktikerin für Psychotherapie  
Ort>> Landratsamt Merzig, Kleiner Sitzungssaal, 3.OG  
Gebühr: 40 Euro

**So | 11.10.2020**

**Weltmädchentag – Aktionstag**

Organisation: Mädchenarbeitskreis des Landkreises Merzig-Wadern, Bernadette Schroeteler, Gleichstellungsbeauftragte  
Der Veranstaltungsort wird in der Presse bekannt gegeben

**Mi | 28.10.2020 | ab 13.00 Uhr →**

**Beratung in Familie und Partnerschaft**

**Sa | 31.10.2020 | 20.00 Uhr**

**Frauen im Film! „Gegen den Strom“**

Ort>> Kino Lichtspiele Losheim, Saarbrücker Str. 16  
Gebühr: 6 Euro

**Di | 03.11.2020 | 17.00 - 19.00 Uhr →**

**Mit Yoga durch das Jahr**

Ort>> Landratsamt Merzig, Großer Sitzungssaal, EG  
Gebühr: 20 Euro

**Sa | 07.11.2020 | 14.00 - 18.00 Uhr**

**Workshop mit Filmvorführung: Wie finden wir unsere Bestimmung im Leben?**

Referentin: Sarah Kläser, Dipl. Betriebswirtin und Fachberaterin für holistische Gesundheit  
Ort>> Mehrgenerationenhaus Merzig, Seminarraum 3. OG  
Gebühr: 20 Euro

**Mi | 11.11.2020 | 10.00 - 16.00 Uhr**

**Workshop: Selbstbehauptungs- und Selbstsicherheitstraining für Frauen**

Referentin: Irene Stangl, Mediatorin und Trainerin für Gewaltprävention  
Ort>> Landratsamt Merzig, Großer Sitzungssaal, EG  
Gebühr: 40 Euro

**FR | 13.11.2020 | 15.00 - 19.00 Uhr**

**Kleidertauschparty im Jugendhaus Merzig**

Organisation: Julia Bost, Jugendhaus Merzig  
Ort>> Jugendhaus Merzig, Torstraße 28d

**SA | 14.11.2020 | 14.00 - 17.00 Uhr**

**Workshop: Stress im Griff? – Das Problem liegt oft woanders**

Referentin: Andrea Salz, Psych. Beraterin/Personal Coach  
Ort>> Villa Fuchs Merzig, Seminarraum, EG  
Gebühr: 20 Euro

**Sa | 21.11.2020 | 15.00 - 18.00 Uhr**

**Workshop mit Filmbeitrag  
Wie sieht die Zukunft in der Arbeitswelt aus?  
Über den Kulturwandel in der Arbeitswelt**

Referentin: Doreen Schrecklinger, Dipl.-Sozialpädagogin, Soziologin MA  
Ort>> Mehrgenerationenhaus Merzig, Seminarraum 3. OG  
Gebühr: 15 Euro

## Anmeldung

>> per Mail oder telefonisch:  
[gleichstellungsstelle@merzig-wadern.de](mailto:gleichstellungsstelle@merzig-wadern.de)  
Tel.: 06861/80-321