

Interview

Nicole Baltus, die neue
Geschäftsführerin der
Frauenliga

FRAUEN AUS DEM IRAN

Bahar Ebrahim - eine Regisseurin lässt
iranische Frauen zu Wort kommen

BODY POSITIVITY

Katrin Tschorn hält Vortrag
am Weltfrauentag



frauenliga
vie féminine

92 JAHRE FRAUENLIGA

Sonderausstellung im Museum Vieille Montagne

Inhalt

02-03

**EDITORIAL
& IMPRESSUM**

Denise Deller zur
aktuellen **anna-lyse**

04-06

**NEUE
GESCHÄFTSFÜHRERIN
DER FRAUENLIGA**

Interview mit Nicole Baltus

07-10

**HERAUSFORDERUNGEN
IN EINER BERUFLICHEN
MÄNNERWELT**

Frauen in einer
Männerdomäne

11-12

FRAUEN AUS IRAN

Bahar Ebrahim – eine
Regisseurin lässt iranische
Frauen zu Wort kommen

13-14

STUDIENREISE 2024

Helene Bings berichtet über
eine vielseitige Reise nach
Böhmen

15-17

92 JAHRE FRAUENLIGA

Sonderausstellung im
Museum Vieille Montagne

18-21

BODY POSITIVITY

Katrin Tschorn - Rückblick auf
den Weltfrauentag

22

BUCHVORSTELLUNG

Buchtipp für Erwachsene aus
unseren Reihen



Liebe Leser*innen und Mitfrauen (-männer),

ich freue mich, Ihnen unsere erste Ausgabe **anna-lyse** im neuen Jahr zu präsentieren. Wir schreiben das Jahr 2024, und weiterhin bleiben einige Themen im Gespräch, von denen man einst glaubte, sie wären in unserer heutigen Zeit zur Selbstverständlichkeit geworden. Doch viele Themen bleiben wohl Dauerthemen, so unter anderem, dass jede Frau so sein sollte und sein darf, wie sie möchte, dass Frauen offen ihre Meinung ohne Ängste kommunizieren dürfen, und dass Frauen, die nicht der Gesellschaftsnorm entsprechen, was ihr Körpergewicht oder ihr Aussehen anbelangt, sich nicht dafür schämen oder sich zurückziehen. Die Realität sieht leider anders aus.

In dieser Ausgabe kommen viele interessante Frauen zu Wort, die über ihre Geschichten, Erfahrungen, Erlebnisse oder ihre Projekte sprechen. Frauen, die mutig sind, offen ihre Meinung sagen und Themen anstoßen, die die Frauenwelt oder generell unsere Gesellschaft bewegen und beschäftigen. Die Aussagen und Geschichten all dieser Frauen zeigen: Es passiert schon viel, aber wir haben noch einen weiten Weg und eine große Reise vor uns. Schließen wir also gemeinsam nicht die Augen und versuchen etwas zu erreichen, wenn auch in kleinen Schritten. Doch lieber kleine Schritte als gar keine. Was meinen Sie?

Bleiben wir beim Thema Frauen und ihre Rechte. Anlässlich des diesjährigen Weltfrauentags hat die Frauenliga am 08. März eine Ausstellung im Hof Bütgenbach zum Thema Body Positivity veranstaltet. Im Rahmen dieser Ausstellung wurden zahlreiche Fotografien der Body Positivity Kampagne aus dem Jahr 2023 präsentiert. Darüber hinaus gab es einen Vortrag zum Thema von Katrin Tschorn. Sie ist Journalistin und Diplom-Politologin aus Berlin. Seit langem beschäftigt sie sich tiefgehend mit dem Konzept der Body Positivity und hat 2016 die Informations- und Inspirationsplattform "Marshmallow

Mädchen" gegründet, die bereits hunderten Frauen mit großen und kleinen Kurven dabei geholfen hat, endlich "selbstbewusst durchs Leben zu tanzen".

In unserer März-Ausgabe sprechen wir nicht nur über, sondern mit einer sehr interessanten und mutigen Regisseurin, die persische Wurzeln hat: Bahar Ebrahim. Sie ist gebürtig aus Teheran und lebt seit einigen Jahren in Köln. Bahar ist eine leidenschaftliche Filmemacherin, und ihr Herz schlägt für packende und spannende Dokumentationen. Bei ihrer letzten Doku ließ sie 16 Frauen aus ihrer Heimat Teheran zu Wort kommen. Sie liefert mit diesem Film eine eindrucksvolle Betrachtungsweise auf die Lebenseinstellungen dieser Frauen, deren Leben unterschiedlicher nicht sein könnten. Erstaunlich ist die Offenheit dieser im Iran lebenden Frauen, die nicht selbstverständlich ist. Das Ergebnis dieses Films zeigt, wie Bahar Ebrahim es versteht, das Vertrauen von Menschen zu gewinnen und ihnen offen gegenüberzutreten.

Offenheit und Vertrauen sind zwei Komponenten, die nicht nur bei der Produktion eines Films von wichtiger Bedeutung sind, sondern auch bei der Arbeit im Team. Die Frauenliga heißt ein neues Teammitglied willkommen: Nicole Baltus ist die neue Geschäftsführerin der Frauenliga. Nicole ist seit dem 01. März dabei, und wir freuen uns, dass sie da ist. Im Interview sprechen wir mit ihr über viele unterschiedliche Themen, so unter anderem über ihre Ziele, ihre Wünsche, Veränderungen und über ihre Aufgaben als Geschäftsführerin. Nicole möchte unter anderem mehr Aufmerksamkeit für die Frauenliga erzielen. Das Angebot ist vielseitig und hat einiges zu bieten, wovon Menschen, die Hilfe benötigen, profitieren können. Ob Kurse, Coaching für Frauen oder Anlaufstelle für diverse Themen – die Frauenliga ist breit aufgestellt und leistet wichtige Arbeit für die Region. Diesen Aspekt will Nicole zusammen mit dem Team noch intensiver nach außen tragen und für mehr Bekanntheit sorgen. Im Interview erklärt sie auch, was die Frauenliga genau macht und wer sich an sie wenden kann.

So, und jetzt wünsche ich Ihnen ganz viel Freude beim Lesen unserer neuen Ausgabe.

**Denise Deller,
Chefredakteurin**

Impressum

**VERANTWORTLICHE
HERAUSGEBERIN**

Nicole Baltus

ANSCHRIFT

Frauenliga/vie féminine VoG
Neustraße 59B – B-4700 Eupen
Tel.: +32 (0) 87 555418
E-Mail: info@frauenliga.be
www.frauenliga.be
Unternehmensnummer:
0457.760.816

BANKVERBINDUNG

IBAN: BE04 7360 5497 6331
BIC: KREDBEBB

CHEFREDAKTION

Denise Deller

REDAKTIONSTEAM

Denise Deller, Nicole Baltus, Josiane Pelzer und
Helene Bings, Chefredaktion: Denise Deller,
Herausgeberin: Nicole Baltus

LAYOUT UND GRAFISCHE GESTALTUNG

CLOTH. Kreativbureau
Schnellewindgasse 8 - B-4700 Eupen
www.cloth.be

DRUCK

Aldenhoff
Rue des Écoles 36, - 4851 Plombières
www.imprimeriealdenhoff.be

anna-lyse ist die Mitfrauenzeitschrift der
Frauenliga und erscheint 3x pro Jahr. Der Bezug der
Zeitschrift ist im Mitfrauenbeitrag enthalten und ist
Bestandteil der Mitfrauenshaft.

MITFRAUENSCHAFT

Durch Ihre Mitfrauenshaft unterstützen
Sie die Arbeit der Frauenliga/vie féminine.
Die Frauenliga setzt sich aktiv für die
Chancengleichheit zwischen Frauen und
Männern ein. Ziel der Arbeit der Frauenliga
als Erwachsenenbildungseinrichtung ist es,
Frauen in ihrer Entwicklung hin zu einem
selbstbestimmten Leben, demokratischer
Teilhabe und zu finanzieller Unabhängigkeit zu
unterstützen. Der Mitfrauenbeitrag beläuft sich
auf 30 Euro im Jahr.

**VERLÄNGERUNG BZW. KÜNDIGUNG DER
MITFRAUENSCHAFT**

Die Mitfrauenshaft verlängert sich automatisch
um ein weiteres Jahr, wenn nicht drei Monate
vor Ablauf eine schriftliche Kündigung erfolgt.
Die Mitfrauenshaft läuft jeweils von Januar bis
Dezember.

Neue Geschäftsführerin der Frauenliga

„ES GIBT WOHL KAUM ETWAS ERFÜLLENDERES, ALS MIT SEINEM BERUF GLEICHZEITIG ETWAS SINNVOLLES FÜR DIE MENSCHEN UM SICH HERUM ZU BEWIRKEN.“

Nicole Baltus ist seit dem 01. März die neue Geschäftsführerin der Frauenliga. Davor war sie zuletzt als Verantwortliche für Administration und Finanz bei einer VoG im Bereich Familienhilfe tätig. Im Dezember 2023 verließ Hanan El-Khouri die Frauenliga. Jetzt führt Nicole das Team und freut sich auf ihre neue Aufgabe. Im Interview stellt sie sich vor, spricht über ihre Ziele, Ideen, ihre ersten Tage als Geschäftsführerin und gibt uns erste Einblicke in ihre Pläne für die Frauenliga.

Willkommen in der Frauenliga, liebe Nicole! Was sind deine ersten Eindrücke und Gedanken?

Nicole: Ich freue mich sehr hier zu sein und den Posten als Geschäftsführerin auszuführen. Ich habe gleich zu Beginn mit jedem Mitglied aus dem Team ein Einzelgespräch geführt, um alle besser kennenzulernen und mir einen Überblick zu verschaffen, wer hier für was im Einsatz ist. Dabei ist mir eines klar geworden: Ich sehe hier viele engagierte Leute, die großartige Projekte umsetzen! Und ich freue mich wirklich sehr über meinen Weg in die Frauenliga.

Du warst zuvor in einer Gesellschaft für Familienhilfe als Verantwortliche für Administration und Finanz tätig. Was waren dabei die prägendsten Erfahrungen deiner beruflichen Vergangenheit? Und wie passen sie zu deiner neuen Position als Geschäftsführerin der Frauenliga?

Nicole: In der Position der Team- und Projektleitung war es fortlaufend eine Herausforderung, die Strukturen, Abläufe und Zahlen im Blick zu halten. Über diese letzte Position hinaus bringe ich noch etliche Jahre Erfahrung in der Assistenz der Geschäftsführung, Marketing und Eventorganisation mit. Ich denke, dass gerade diese Vielfalt an Erfahrung mir in der neuen Position als Geschäftsführerin zugutekommen wird. Die Frauenliga stemmt jedes Jahr eine Vielzahl an spannenden Projekten, die teilweise sehr unterschiedlich sind,



teilweise aber auch konstant, wie zum Beispiel im Haus der Familie in Kelmis.

Kannst du deine Pläne, vielleicht sogar eine Vision für die Frauenliga skizzieren?

Nicole: Die Frauenliga hatte in der Vergangenheit eine klare Ambition und wird sie auch in der Zukunft haben: die vielfältigen Stimmen der Menschen zu Wort kommen zu lassen und sich für sie zu engagieren. Ich sehe unsere Arbeit als eine Art Plattform, die Geschichten von jungen und reifen Menschen aus unterschiedlichsten sozialen Kontexten Raum gibt. Dies erfüllen wir mit unseren Kursen und Gruppen, die wir anbieten, mit unseren aufsehenerregenden Sonderprojekten und unserem überregionalen Netzwerk.

Wir setzen uns ein für gesellschaftliches Engagement, Solidarität und Demokratie, Kampf gegen Hass und Extremismus, Antisemitismus und Rassismus. Obendrein wäre eine funktionierende Debatten- und Diskussionskultur hier in Ostbelgien sehr wünschenswert.

Als Geschäftsführung hat man viele Aufgaben, zahlreiche Termine und ein gewisses Maß an Verantwortung. Was umfasst deine Tätigkeit?

Nicole: Also langweilig werden meine Tage nicht (lacht). Nein, natürlich habe ich viele Termine auswärts zum Beispiel mit Vertretern des Ministeriums. Dann wird die Beteiligung an diversen Gremien auf mich zukommen. Zudem muss ich die Finanzen im Blick haben, Projekte schreiben, die für den Verein enorm wichtig sind, und mich um personelle Belange kümmern. Dies natürlich in enger Abstimmung und mit sehr guter Unterstützung des Verwaltungsrats.

Warum ist Engagement bei der Arbeit der Frauenliga so wichtig?

Nicole: Wir haben immer noch viel zu tun und vor uns, wenn wir zum Beispiel den erst kürzlichen Weltfrauentag als Beispiel nehmen. Themen, die in der Welt eigentlich selbstverständlich sein sollten, sind es leider immer noch nicht, wie hier zum Beispiel eine positive Einstellung zum eigenen Körper (Body Positivity).

Hinzu kommen Themen wie Gewalt gegen Frauen, bei dem die Quoten leider seit Corona stetig steigen, Gender Pay Gap, Rassismus und noch einige mehr. Dazu braucht es in der Frauenliga ein Team, das anpackt, Themen anstößt, Projekte realisiert, um sich Gehör zu verschaffen und auf Themen und Dinge aufmerksam zu machen.

Wir müssen und wollen auf Dauerthemen wie Diskriminierung, Hass, Rassismus usw. klar Stellung beziehen.

Und wir wollen künftig vor allem auch mehr junge Menschen mit unserer Arbeit erreichen und neue Mitglieder gewinnen.

Wer gehört denn neben dir noch zum Team der Frauenliga und was sind weitere Aufgabenfelder, die wichtig sind für den Verein?

Nicole: Natürlich gibt es einige Kollegen in der Verwaltung, die sich um sehr wichtige Themen kümmern, wie beispielsweise die Buchhaltung und sonstige Administration. Weiterhin haben wir eine Kollegin für PR und Öffentlichkeitsarbeit sowie weitere Mitarbeiter für unsere Kurse, die Hausaufgabenschule und den Kinderhort in Kelmis. Wenn es um größere Projekte geht, schaut aber jeder über den Tellerrand und packt mit an, wenn es nötig ist. Jeder bringt eine Begeisterung für seine Arbeit und die Themen der Frauenliga mit, was eine großartige Dynamik mit sich bringt.

Was bedeutet die Frauenliga für dich - sowohl beruflich als auch persönlich?

Nicole: Ich bin nun fast 46 Jahre auf dieser Welt und habe zwangsläufig schon viele Erfahrungen mit den Themen Geschlechterdiskriminierung und Ungerechtigkeiten erlebt, sei es in der Kindheit, als Mädchen im Haushalt helfen mussten und Jungs mussten es nicht, sei es in der Arbeitswelt, in einem von Männern dominierten Unternehmen, in dem in meinen ersten Berufsjahren ausschließlich Männer in führende Positionen kamen, sei es passiv beim Erleben von Diskriminierung anderer Art.

Die Frauenliga leistet hier einen wichtigen Beitrag, um auf immer noch aktuelle Themen aufmerksam zu machen und sich einzusetzen. Ich kann mich mit diesen Themen sehr gut identifizieren und freue mich sehr, hieran mitarbeiten und somit einen zutiefst sinnvollen Beruf ausüben zu dürfen.

Die Frauenliga ist durchaus ein Begriff in Belgien. Wie erklärst du dir dann, dass die Mitgliedschaften des Vereins nicht weiter steigen? Muss die Frauenliga einen neuen „Anstrich“ bekommen und ihre Außenwirkung verbessern?

Nicole: Ich denke, ja. Wir müssen daran arbeiten, dass wir präsenter und transparenter werden. Wir machen so viele tolle Projekte und Themen, aber wir haben es bisher noch nicht geschafft, dass dies auch bei der Mehrheit der ostbelgischen Bevölkerung bekannt ist. Wir werden uns hier verstärkt einsetzen und daran arbeiten.

Zudem sollte auch unser Konzept breiter werden und attraktive Angebote für Frauen von jung bis alt beinhalten.

„Die Frauenliga hatte in der Vergangenheit eine klare Ambition und wird sie auch in der Zukunft haben.“



Die Frauenliga hat Mitglieder, auch „Mitfrauen“ genannt. Neben Frauen können aber auch Männer Mitglied werden, was viele sicher nicht wissen. Warum sollten Männer „Mitmann“ werden und wo und wie kann man eine Mitgliedschaft erhalten?

Nicole: Eine grundlegende gesellschaftliche Veränderung erreicht man leider nicht nur mit Anprangern von Missständen. Es braucht auch die Überzeugung von innen heraus. D. h., wenn sich Männer klar gegen geschlechtsspezifische Ungerechtigkeiten oder Gewalt gegen Frauen positionieren, brechen sie mit althergebrachten Konventionen, reißen quasi kleine Lücken in eine Mauer und bringen viel mehr Fortschritt, als sie denken.

Von daher freuen wir uns auch sehr über neue „Mitmänner“!

Um Mitglied bei der Frauenliga zu werden, reicht es eine Email an: info@frauenliga.be zu senden. Alle weiteren Schritte werden von hier aus geregelt.

Wenn ich Mitglied bin, was habe ich dann für Vorteile, die andere nicht haben?

Nicole: Unsere Mitglieder erhalten 3 x jährlich unser Magazin „anna-lyse“ mit spannenden Beiträgen. Sie erhalten Rabatte bei unseren Kursangeboten, Ausflügen und Reisen, werden zu allen Events informiert und eingeladen. Zudem sind auch noch gesonderte interne Veranstaltungen für unsere Mitglieder in der Planung.

„...Und wir wollen künftig vor allem auch mehr junge Menschen mit unserer Arbeit erreichen.“



Noch eine etwas persönlichere Frage zum Abschluss: Was macht Nicole denn so privat, wenn sie nicht für die Frauenliga im Einsatz ist, und wie lebt sie?

Nicole: Ich lebe in einer fröhlichen „WG“ mit meiner schon 15-jährigen Tochter und einem kleinen Hund, wandere sehr gerne und male. Zudem führe ich nebenberuflich noch meine „Zwergenstube“ Trageberatung weiter. Auch das ist ein Herzensthema von mir, welches ich nicht aufgeben kann.

Es ist auch irgendwie Frauen-Empowerment, weil es den Müttern so viel hilft und Freiheiten verschafft. Eventuell lassen sich die Gruppeneinheiten auch mit der Frauenliga verbinden. Das ist aber noch Zukunftsmusik und muss weiter durchdacht werden.

Dann meine letzte Frage. Was sind deine Wünsche, Ziele für die Frauenliga?

Nicole: Mein Ziel ist es, dass die Frauenliga für alle Generationen von Frauen ein zentraler Ansprechpartner wird, dass wir sozusagen eine Tür zu einem Netzwerk an Informationen und Kontakten sind.

Zudem wünsche ich mir, dass der Begriff „Feminismus“ wieder salonfähig wird. Es ist nichts Verwerfliches daran, Feminist zu sein - man sollte sogar wieder stolz darauf sein, egal ob Frau, Mann oder divers. Denn auch als gestandener Mann kann man ein Feminist sein.

Die Frauenliga soll eine stabile Institution in Ostbelgien bleiben, die sich weiterhin für Frauenrechte und Gerechtigkeit einsetzt, so wie sie es schon seit fast 100 Jahren getan hat.

Interview: Denise Deller



Meine Herausforderungen in einer beruflichen Männerwelt

Da mein Beispiel in der damaligen Zeit auf die meisten Berufsfelder in Wissenschaft, Forschung oder Technik zutrifft, bleiben sowohl die Branche als auch die genaue Berufsbezeichnung unerwähnt.

Ich feierte meinen 70. Geburtstag, und es war ein denkwürdiges Ereignis. Familie, Kollegen, Freunde und Mentoren aus meiner langen und erfolgreichen beruflichen Laufbahn waren anwesend, um diesen besonderen Tag mit mir zu teilen. Reden wurden gehalten, Anekdoten ausgetauscht und Erinnerungen an inspirierende Momente lebendig.

RÜCKBLICK AUF MEILENSTEINE UND HINDERNISSE

Es war eine Gelegenheit, die Höhepunkte meiner Karriere zu reflektieren – die Meilensteine, Erfolge und auch die Herausforderungen, die ich auf meinem Weg gemeistert hatte. Als Frau in einer von Männern dominierten beruflichen Umgebung stand ich oft vor einzigartigen Schwierigkeiten. Die Unterrepräsentation von Frauen in Führungspositionen und traditionelle Geschlechterrollen können dazu führen, dass Frauen in der Arbeitswelt benachteiligt werden. Doch ich habe mich nie davon abhalten lassen, meine Ziele zu verfolgen.



VORURTEILE UND STEREOTYPEN ÜBERWINDEN

Um erfolgreich zu sein, musste ich mich gegen Vorurteile und Stereotypen behaupten. Die Fähigkeit, in einer Umgebung zu florieren, die nicht immer frauengerecht ist, erfordert Mut, Ausdauer und Entschlossenheit. Diese Herausforderungen werden oft unterschätzt, aber ihre Auswirkungen können signifikant sein. Es ist wichtig, diese Hindernisse anzuerkennen und sich für die Schaffung einer inklusiveren und gerechteren Arbeitswelt einzusetzen.

ENGAGEMENT FÜR GLEICHBERECHTIGUNG UND CHANCENGLEICHHEIT

Mein beruflicher Weg war nicht immer einfach, aber er hat mich geformt und gestärkt. Ich bin stolz darauf, meinen Beitrag zur Förderung von Gleichberechtigung und Chancengleichheit geleistet zu haben. Als Frau habe ich mich nie klein gemacht, sondern bin meinen Weg mit Entschlossenheit gegangen. Ich hoffe, dass meine Erfahrungen andere Frauen ermutigen, ihre Träume zu verfolgen und sich nicht von gesellschaftlichen Normen einschränken zu lassen.

Um erfolgreich zu sein, musste ich mich gegen Vorurteile Mein 70. Geburtstag war nicht nur ein persönlicher Meilenstein, sondern auch eine Zeit, um die Bedeutung der Arbeit für mich und meine Überzeugung für eine gerechtere Arbeitswelt zu betonen. Möge meine Geschichte dazu beitragen, dass Frauen in der Berufswelt weiterhin mutig voranschreiten und ihre Spuren hinterlassen. Als ich mich in die männerdominierte Berufswelt wagte, stand ich vor einer Vielzahl von Herausforderungen. Die Vorurteile und Geschlechterklischees waren allgegenwärtig: "Du hast doch ein Lehramtsstudium begonnen, wieso wirst du nicht Lehrerin? Warum nicht Bank- oder Versicherungsangestellte werden? Schließlich haben diese Berufe viel mit Mathematik zu tun." Doch ich ließ mich nicht beirren.

"Um erfolgreich zu sein, musste ich mich gegen Vorurteile behaupten."



ERFOLGE UND ANERKENNUNG

Trotz der Hindernisse erhielt ich Anerkennung für meine Leistungen. Ich durchbrach Barrieren und bewies meine Fähigkeiten als kompetente Arbeitskraft. In meiner langen beruflichen Laufbahn erlebte ich die Evolution der Informatik, die Automatisierung und den Aufstieg der Künstlichen Intelligenz. Ich kämpfte jahrzehntelang für den Erhalt meines Berufsfeldes und leitete einen Arbeitskreis an der Universität. Mit Unterstützung des Rechenzentrums sorgte ich dafür, dass unsere Berufsgruppe anerkannt wurde und sogar ein Masterstudium möglich wurde.

ÜBERWINDUNG VON HINDERNISSEN

Auf meinem Weg gab es Rückschläge. Teamkollegen wandten sich ab als ich schwanger wurde und sechs Monate sowie sechs Wochen im Team fehlte. Als Ehefrau eines Selbstständigen war ich standortgebunden und für einen Ortswechsel nicht flexibel. Doch ich blieb standhaft und überwand diese Hindernisse, um meine Ziele zu erreichen.

EIN INSPIRIERENDES BEISPIEL

Meine Karriere als Frau in einer männerdominierten Umgebung war geprägt von wichtigen Erfolgen und der Überwindung zahlreicher Hindernisse. Mein Weg ist ein inspirierendes Beispiel für Stärke und Durchhaltevermögen. Meine Leistungen beeinflussten nicht nur die Arbeitskultur, sondern ermutigten auch viele Frauen, ihren eigenen Weg in männlich geprägten Berufsfeldern zu gehen.

RESILIENZ UND DURCHHALTEVERMÖGEN

In einer beruflichen Männerwelt ist Resilienz ein unverzichtbares Gut. Sie ermöglicht es uns, uns an Veränderungen anzupassen, Herausforderungen zu meistern und unbeirrt unsere Ziele zu verfolgen, selbst wenn Hindernisse auftreten.

Resilienz bedeutet, trotz Schwierigkeiten und Enttäuschungen weiterzumachen und gestärkt daraus hervorzugehen. Als Frau in einer männerdominierten Arbeitsumgebung habe ich diese Fähigkeit oft gebraucht. Obwohl der Weg steinig war, habe ich aus jeder Herausforderung gelernt und mich weiterentwickelt.

STANDHAFTIGKEIT IN SCHWIERIGEN ZEITEN

Mein Durchhaltevermögen war meine treue Begleiterin. Es ist die Fähigkeit, auch in den härtesten Zeiten standhaft zu bleiben und unbeirrt an Zielen festzuhalten. Ob dienstlich oder privat – ich habe Widerstände überwunden und mich nicht entmutigen lassen.

DIE ROLLE MEINER MENTOREN

Mentoren spielten eine entscheidende Rolle in meiner beruflichen Entwicklung. Die Maschinenbau- und Elektroingenieure sowie die zahlreichen Gruppensitzungen und Fachseminare gaben nicht nur fachliche Anleitung und Ratschläge, sondern auch wertvolle Einblicke in die Herausforderungen der Branche. Sie stärkten mein Selbstvertrauen und eröffneten mir neue Perspektiven. Dank ihrer Unterstützung konnte ich berufliche Netzwerke aufbauen und den Weg für zukünftige Möglichkeiten ebnen.

UNTERSTÜTZER UND IHRE BEDEUTUNG

Nicht nur Mentoren, sondern auch Unterstützer in meiner Organisation und darüber hinaus haben meine Karriere beeinflusst. Sie verschafften mir Zugang zu Ressourcen, Weiterbildungsmöglichkeiten und beruflichen Chancen. Ihre positiven Auswirkungen auf meine berufliche Entwicklung sind nicht zu unterschätzen.

FÖRDERUNG VON FRAUEN IN DER ARBEITSWELT

Die Unterstützung durch Kollegen und Vorgesetzte war entscheidend, um Arbeitskulturen zu schaffen, in denen Frauen gleichermaßen gefördert und unterstützt werden. Dies hatte nicht nur positive Auswirkungen auf meine individuelle Entwicklung, sondern trug auch zur gesamten Organisation bei. Die Präsenz von Frauen in Schlüsselrollen trägt maßgeblich zu einer vielfältigeren und inklusiveren Arbeitskultur bei. Ihre einzigartigen Perspektiven und Fähigkeiten bereichern den Arbeitsplatz und fördern Innovation und Kreativität.

SENSIBILITÄT UND EMPATHIE IN FÜHRUNGSENTSCHEIDUNGEN

Frauen bringen nicht nur Fachkompetenz mit, sondern auch Sensibilität und Empathie. Diese Eigenschaften beeinflussen Führungsentscheidungen positiv und schaffen eine ausgewogene und menschenbeachtende Arbeitsumgebung.

KULTUR DES RESPEKTS UND DER ZUSAMMENARBEIT

Die Frau hat eine Kultur des Respekts, der Zusammenarbeit und des Teamgeistes gefördert. Ihr Einfluss reicht weit über ihre unmittelbaren Aufgaben hinaus und prägt die gesamte Unternehmenskultur.

DIVERSITÄT UND INKLUSION

Die Frau hat eine Kultur des Respekts, der die Integration von Fachfremden, Frauen und Ingenieuren verschiedener Fachrichtungen und Denkweisen stärkt sowie sich positiv auf das Gemeinschaftsgefühl auswirkt. Dies wiederum steigert die Zusammenarbeit und Leistungsfähigkeit im Team. Frauen in Männerberufen, internationale Studenten und Absolventen fachspezifischer Abschlüsse tragen zur Diversität und Inklusion bei. Die Präsenz von Frauen in Schlüsselrollen ist ein Segen für die Arbeitswelt. Ihre einzigartigen Perspektiven und Ideen bereichern den Alltag und führen zu innovativen Lösungsansätzen und kreativen Arbeitsprozessen.

GLEICHE ENTWICKLUNGSMÖGLICHKEITEN FÜR ALLE

Frauen tragen dazu bei, faire Arbeitsbedingungen zu schaffen und allen Mitarbeitern – unabhängig von Geschlecht, Ethnizität oder kulturellem Hintergrund – gleiche Entwicklungsmöglichkeiten zu bieten. Diese Chancengleichheit ist ein Eckpfeiler einer inklusiven Arbeitskultur.

STARKES GEMEINSCHAFTS-GEFÜHL UND TEAMARBEIT

Die Integration von Frauen stärkt das Gemeinschaftsgefühl. In Teams fördert dies die Zusammenarbeit und Leistungsfähigkeit. Frauen bringen nicht nur Fachkompetenz ein, sondern auch Empathie und Sensibilität.

ERFAHRUNG UND VISION

Trotz meiner beeindruckenden 70 Jahre habe ich ehrgeizige Ziele und Visionen für die nächsten Jahre. Als Mentorin möchte ich jüngeren Frauen in ähnlichen Situationen zur Seite stehen. Ich setze mich aktiv für Gleichberechtigung ein und kämpfe gegen Geschlechterklischees.

INVESTITION IN DIE GEMEINSCHAFT

Meine Zukunftsaussichten spiegeln meine Leidenschaft für soziale Veränderung wider. Ich bin fest entschlossen, eine wichtige Rolle bei der Gestaltung einer inklusiven und vielfältigen Arbeitswelt zu spielen. Meine Pläne zeugen von meiner Entschlossenheit, die Welt um mich herum zu einem besseren Ort zu machen.

Von Josiane Pelzer

Fotos: Josiane Pelzer, privat



Bahar Ebrahim

EINE FILMEMACHERIN, DIE DIE FRAUEN IM IRAN SICHTBAR MACHT



Bahar Ebrahim ist eine renommierte Filmemacherin, die aus dem Iran stammt und seit vielen Jahren in Deutschland lebt. Sie hat einen außergewöhnlichen Lebensweg hinter sich, der von Mut, Leidenschaft und Kreativität geprägt ist. Im Dezember 2023 war sie bei uns zu Gast in unserer Ausstellung „50 Jahre deutschsprachige Gemeinschaft und 92 Jahre Frauenliga“. Sie präsentierte den Trailer zu ihrem Dokumentarfilm „16 Frauen“, der uns einen Einblick in das Leben und die Gefühlswelt von iranischen Frauen gibt. Wir haben mit ihr

über ihren Film, ihre Herkunft und ihre Vision gesprochen.

In einer Welt, die von kulturellen Unterschieden, Geschlechterrollen und individuellen Träumen geprägt ist, erzählt der Dokumentarfilm „16 Frauen“ die inspirierenden Geschichten von sechzehn iranischen Frauen. Diese Frauen sind nicht nur Protagonistinnen eines Films, sondern auch mutige Kämpferinnen, die nach Freiheit, Selbstbestimmung und kreativer Verwirklichung streben.

16 FRAUEN, 16 SCHICKSALE

„16 Frauen“ ist mehr als nur ein Film. Er ist eine Hommage an die Vielfalt des Lebens.“

VOM PHARMAZIESTUDIUM ZUR FILMLEIDENSCHAFT

Bahar Ebrahim wurde 1980 in Teheran geboren, in einer Familie, die Kunst und Kultur liebte. Die Familie, in der Bahar aufwuchs, war ein Kaleidoskop aus Kunst und Realität. Ihr Vater, ein leidenschaftlicher Regisseur, lehrte sie die Magie des Films. Ihre Mutter, eine Künstlerin, öffnete ihr die Augen für die Welt der Farben. Und ihr Großvater? Er wünschte sich, dass Bahars Vater Pharmazie studieren würde. Doch er entschied sich für Film und Regie – eine Entscheidung, die Bahar selbst bis nach Deutschland führte. Dort begann sie selbst Pharmazie zu studieren, doch die Liebe zum Film zog sie magisch an. Heute sieht sie ihren Vater nicht mehr nur als Mentor, sondern Zeit seines Lebens auch als Konkurrenten im Regiegeschäft. Nach sechs Semestern Pharmazie merkte sie, dass das nicht ihr Weg war. Sie brach ihr Studium ab und widmete sich ganz ihrer wahren Liebe: dem Film. Sie begann als Regie-Assistentin zu arbeiten und machte sich bald einen Namen als Dokumentarfilmerin.

„16 Frauen“, der 2022 erschien, ist bisher ihr erfolgreichster Film und gewann mehrere Preise. Die Frauen erzählen in der Dokumentation von ihrem Alltag, ihren Träumen, ihren Herausforderungen und ihren Gefühlen. Dabei zeigen sie uns ein Bild des Iran, das weit entfernt ist von den gängigen Klischees und Stereotypen. Sie zeigen uns eine Gesellschaft, die sich im Wandel befindet, und Frauen, die ihre Stimme erheben, auch wenn sie oft unterdrückt werden.

Einige der Frauen, die Bahar Ebrahim interviewt hat, haben uns besonders berührt. Zum Beispiel die älteren Damen, die über ihre verstorbenen Ehemänner sprechen, ohne dabei Liebe zu erwähnen. Sie erzählen von arrangierten Ehen, die sie akzeptieren mussten, und von ihren unerfüllten Sehnsüchten.

Eine von ihnen wurde mit zehn Jahren mit ihrem Lehrer verheiratet und musste die Schule abbrechen. Ihr größter Wunsch ist es, noch einmal jung zu sein und Liebe zu erfahren. Eine andere Frau hat eine heimliche Leidenschaft für das Malen, die sie erst nach dem Tod ihres Mannes ausleben kann. Sie sagt: „Heute bin ich einsam, aber frei.“ Sie erinnert uns an die berühmte Zeile von Janis Joplin: „Freedom is just another word for nothing left to lose“ (Freiheit ist nur ein anderes Wort für nichts mehr zu verlieren). Sie malt bis spät in die Nacht und zeigt im Film stolz ihre Bilder, die ihr Lebensinhalt sind.

EIN FILM, DER ZUM NACHDENKEN ANREGT

„16 Frauen“ ist mehr als nur ein Film. Er ist eine Hommage an die Vielfalt des Lebens. Sechzehn Frauen öffnen ihre Herzen und sprechen über ihre Vergangenheit, ihre Ängste und ihre unerfüllte Liebe. Sie sind nicht nur Opfer, sondern auch Heldinnen, die sich in einer patriarchalischen Gesellschaft behaupten. Ihre Geschichten sind ein Spiegelbild der menschlichen Seele – voller Stärke, Verletzlichkeit und Hoffnung. Er ist eine Hommage an die iranischen Frauen, die uns ihre Vielfalt, ihre Stärke und ihre Schönheit zeigen. Er ist auch eine Einladung, über unsere eigenen Werte, unser eigenes Leben und unsere eigenen Träume nachzudenken. Er ist schließlich eine Brücke zwischen zwei Kulturen, die oft missverstanden werden. Es ist eine Reise durch die menschliche Seele, eine Ode an die Freiheit und ein Plädoyer für Selbstbestimmung. „Möge dieser Film uns daran erinnern, dass wir alle Teil einer großen Geschichte sind – einer Geschichte, die es wert ist, erzählt zu werden“, so Bahar.

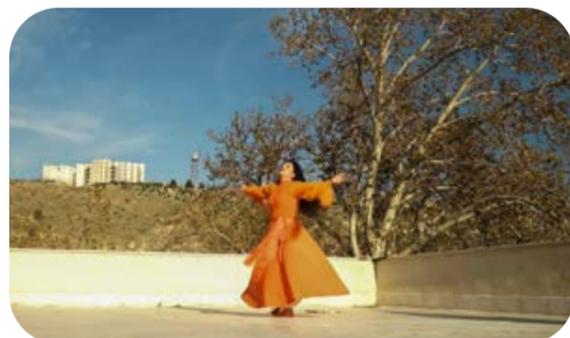


DIE KUNST DES DOKUMENTARFILMS

Was macht einen guten Dokumentarfilm aus? Für Bahar liegt die Antwort in der Authentizität. Die Wurzel einer Idee muss tief in der Realität verankert sein. Ob mit professionellen Kameras oder einfachen Mitteln – der Mensch ist das Herzstück eines jeden Films. Und die Zuschauer? Sie reagieren auf das, was sie sehen. „Ein guter Dokumentarfilm berührt, bewegt und inspiriert“, sagt sie.

Bahar Ebrahim hat es geschafft, das Vertrauen der Frauen zu gewinnen, die sie gefilmt hat, und sie in ihrer Natürlichkeit zu zeigen. Sie hat auf klassische Interviews verzichtet und stattdessen die Frauen in ihren Alltagssituationen begleitet. Die Frauen haben sie bei den Dreharbeiten als Regisseurin kaum bemerkt. Sie hat bewusst darauf geachtet, nicht zu sehr aufzufallen, um keine Probleme mit den Behörden vor Ort zu bekommen.

Von Denise Deller
Fotos: Bahar Ebrahim



Wer den Trailer zum Film „16 Frauen“ sehen möchte hat auf folgenden Seiten dazu die Möglichkeit:

Auf YouTube (Version mit Untertitel auf Englisch)
<https://www.youtube.com/watch?v=wVnBO-eq7A0>

Auf Vimeo (Version mit Untertitel auf Deutsch)
<https://vimeo.com/561396188>

Termine zu Kinovorführungen von „16 Frauen“ in voller Länge sind zur Zeit nicht bekannt.



Entdeckungsreise

5-TAGE IN DIE REGION WESTBÖHMEN/ERZGEBIRGE, VOM 30. SEPTEMBER 2024 BIS 04. OKTOBER 2024

Unsere diesjährige Reise führt in das deutsch-tschechische Grenzgebiet zwischen dem Erzgebirge und dem westböhmisches Bäderdreieck mit den Städten Karlsbad, Franzensbad und Marienbad. Drei Städte, die zum UNESCO-Weltkulturerbe gehören und bekannt sind für ihre jahrhundertealte Bäderkultur, elegante Architektur, exklusive Kurhäuser und böhmische Gemütlichkeit.

Das tschechische Erzgebirge erstreckt sich entlang der deutsch-tschechischen Grenze und besteht aus einer weiten Landschaft mit Nadelwäldern und Hochtorfmooren, die bis auf eine Höhe von 1244 m ü. M. führen, und mitten in diesem Gebiet liegen viele sehenswerte Orte mit einer ganz eigenen Atmosphäre.

Übernachten werden wir in dem märchenhaften Städtchen Loket mit einer wunderschönen Altstadt und einer hoch über dem Ort gelegenen gotischen Burg. Das Familienhotel „Zum Weißen Roß“ gehört zu den ältesten und bekanntesten Hotels Tschechiens und hat schon viele namhafte Gäste bewirtet. Auf uns warten geräumige Zimmer mit modernem Komfort und eine einheimische Gastronomie, die unseren Gaumen mit einem reichhaltigen Frühstücksbuffet und einem 3-Gangmenü am Abend verwöhnen wird.

Hier nun unser Programm. Die Reihenfolge der Ausflüge kann aus organisatorischen und wetterbedingten Gründen vor Ort variieren.

Die Anreise nach Loket erfolgt über den Wallfahrtsort Kappl, bekannt für seine eigenwillige Barockkirche, deren Architektur die Trinität darstellt.

Am nächsten Tag besuchen wir Karlsbad, den größten und bekanntesten Kurort im Bäderdreieck. Ein geführter Spaziergang bringt uns zu den Kolonnaden mit den warmen Quellen und zu anderen Sehenswürdigkeiten, und natürlich lernen wir auch die lokale Spezialität „Becherovka“ kennen. Nach dem Mittagsimbiss geht es weiter zu einem Ausflug ins Erzgebirge/Fichtelgebirge zu Orten wie Schloss Ostrov mit einer beeindruckenden Porzellanausstellung, Sankt Joachimsthal und Oberwiesenthal/Fichtelberg, und zurück nach Loket.



Am 3. Tag steht Marienbad auf dem Programm, der wohl schönste Kurort der Region, wo wir die singende Fontäne und die orthodoxe Kirche bestaunen können. Nach dem Mittagessen geht es weiter über Bad Königswart und einem kurzen Besuch des Schlosses Kanzler Metternichs weiter zur Abtei Waldassen. Herzstück der Abtei ist der weltberühmte Bibliotheksaal mit lebensgroßen, geschnitzten Holzfiguren, barocken Stuckarbeiten und einem beeindruckenden Deckengemälde.

Am vierten Tag unserer Reise begeben wir uns ins Egerland. Wir beginnen mit dem Ort Cheb (Eger), bekannt für seine bunten Kaufmannshäuser. Nun bleibt noch Franzensbad, das kleinste und vielleicht feinste der drei Bäder Tschechiens, das besonders bei Frauen sehr beliebt ist und wo wir unseren Mittagsimbiss einnehmen werden. Die Rückkehr nach Loket erfolgt dann über die Bauerndörfer des Egerlandes mit Burg Seeberg, Maria Kulm und Doubrava, wo man die typische Egerländer Bauernarchitektur bewundern kann.

Zurück in die Heimat geht es über die Region Bayreuth. Angedacht ist ein kurzer Aufenthalt in der Region, jedoch muss kurzfristig je nach Verkehrslage darüber entschieden werden. Ostbelgien erreichen wir gegen Abend.

Begleitet werden wir an allen Tagen von „Olina“, einer hervorragenden deutschsprachigen Gästebegleiterin, die in Prag studiert hat, aber in der Region Westböhmen zu Hause ist. Olina ist nicht nur kompetent, sondern auch sehr zuvorkommend, spritzig in ihrer Art und immer gut gelaunt. Wir kennen Sie schon seit vielen Jahren. Die Besichtigungen werden so geplant, dass anstrengende Steigungen oder Treppen möglichst vermieden werden und es genügend Zeit für Pausen zwischendurch gibt.

Von: Helene Bings

Fotos: Wikimedia Commons

IM REISEPREIS INBEGRIFFEN SIND DIE FOLGENDEN LEISTUNGEN:

- die Busfahrt im komfortablen Reisebus der Firma Goenen
- 4 Übernachtungen im 3*-Hotel „Zum Weißen Ross“ in Loket/Elbogen mit Halbpension (Frühstücksbuffet und 3-Gang-Menü)
- Vom ersten bis zum vierten Tag jeweils ein Mittagsimbiss
- Ganztägige Reiseleitung an allen Tagen durch unsere Begleiterin Olina.
- alle im Programm aufgeführten Besichtigungen, Führungen und Eintritte
- ein zusätzliches Frühstück auf der Hinreise sowie ein zusätzliches Mittagmahl oder Abendessen (je nach Fahrtstrecke) auf der Rückfahrt.



DIE PREISE

665,00 Euro im Doppelzimmer
715,00 Euro im Einzelzimmer

+ 50,00 Euro für nicht Mitfrauen



92 Jahre Frauenliga

SONDERAUSSTELLUNG IM MUSEUM VIEILLE MONTAGNE

Das Museum Vieille Montagne im ostbelgischen Kelmis zeigt derzeit eine spezielle Sonderausstellung, die die Arbeit der Frauenliga in den Fokus rückt. Die Idee für diese Ausstellung entstand, als der Museumsleiter Jan Sabri Cetinkaya im Dezember 2023 die Jubiläumsausstellung der Deutschsprachigen Gemeinschaft und die 92-jährige Geschichte der Frauenliga besuchte.

ZEITZEUGEN GESCHICHTE AUS 92 JAHREN

Im Rahmen dieser Veranstaltung präsentierte die Frauenliga im vergangenen Winter in Kelmis im Haus der Familie und im Jugendzentrum eine beeindruckende Zeitzeugen-Geschichte. Ein eigens dafür eingerichteter Raum ermöglichte den Besuchern einen Einblick in die bewegte Vergangenheit. Als Jan Sabri Cetinkaya die Zeitungsartikel, den Zeitzeugenfilm und das Archivmaterial sah, war für ihn klar: Im Jahr 2024 werden wir im Museum Vieille Montagne eine Ausstellung daraus gestalten. Gesagt, getan. Die Planung nahm ihren Lauf, und nun ist es endlich soweit.

AUSZÜGE AUS DER KAMPAGNE BODY POSITIVITY

Bis zum 12. Mai 2024 haben Menschen aus der Region die Gelegenheit, die Ausstellung zu besuchen. Neben den eindrucksvollen Zeitzeugenaussagen aus unserem selbst produzierten Film und den Zeitungsartikeln präsentiert das MVM auch Auszüge aus unserer erfolgreichen Kampagne „Body Positivity“ aus dem letzten Jahr. Viele Frauen haben sich bereit erklärt, im Rahmen dieser Kampagne ein klares und wichtiges Zeichen zu setzen. Ziel der Kampagne war es, die Akzeptanz und Wertschätzung aller Körperformen und -größen zu fördern. Sie zielt darauf ab, Schönheitsstandards zu



hinterfragen und den Fokus weg von unrealistischen Idealen zu lenken.

FRAUENLIGA WICHTIGER BESTANDTEIL DER REGION

Diese Ausstellung ist für die Frauenliga von großer Bedeutung und stellt eine verdiente Anerkennung für unsere langjährige Arbeit dar. Seit mehr als 92 Jahren setzen wir uns für Gleichberechtigung und Frauenrechte ein und sind ein unverzichtbarer Bestandteil des gesellschaftlichen Lebens in der Region.

MUSEUM VIEILLE MONTAGNE: EIN ORT DER GESCHICHTE UND VIELFALT

Das Museum befindet sich in einem ehemaligen Direktionsgebäude der "Vieille Montagne" und bezeugt die bewegte Vergangenheit von Kelmis. Seit seiner Gründung im Jahr 1818 hat es sich zu einem wichtigen kulturellen Anlaufpunkt entwickelt. Dabei stehen die besondere Geschichte von Neutral-Moresnet, der Bergbau und die beeindruckende Mineraliensammlung im Fokus.



EIN NEUER STANDORT MIT HISTORISCHER BEDEUTUNG

Im Jahr 2014 ergriff die Gemeinde Kelmis die Gelegenheit und erwarb das beeindruckende ehemalige Direktionsgebäude der Vieille Montagne an der Lütticher Straße. Von hier aus wurden die Bergbauaktivitäten in und um Kelmis koordiniert, bevor es als Wohngebäude genutzt wurde. Dieser Schritt ermöglichte es, die Geschichte von Kelmis in einem modernen Stil am authentischen Ort präsentieren zu können. Der Name, "Vieille Montagne", bezieht sich einerseits auf den Tagebau am Altenberg, andererseits ist es aber auch ein alter deutscher Name für den Ort Kelmis und der Name internationalen Aktiengesellschaft. Damit unterstreicht das Museum seine internationale Bedeutung und verknüpft die Geschichte von Kelmis mit einem bedeutenden Kapitel der Industriegeschichte.

UMBAUARBEITEN UND FASZINIERENDE EINBLICKE

Die Umbauarbeiten begannen im Jahr 2016, und am 14. September 2018 öffnete das Museum Vieille Montagne schließlich seine Türen für die Öffentlichkeit. Die Dauerausstellung, gestaltet vom Komitee und dem renommierten Büro Zeitkontext aus Aachen, bietet Besuchern einen faszinierenden Einblick in die Geschichte und Vielfalt dieser Region. Von den Bergwerken bis zur kulturellen Entwicklung – hier wird Vergangenheit lebendig und greifbar.

EIN LEBENDIGER TREFFPUNKT FÜR DIE DREILÄNDERECK-REGION

Das Museum Vieille Montagne ist mehr als nur ein Ort der Erinnerung. Es ist ein lebendiger Treffpunkt für Menschen aus allen Ecken der Dreiländereck-Region und darüber hinaus. Hier kommen Geschichte, Kultur und Gemeinschaft zusammen, um die Vergangenheit zu bewahren und die Zukunft zu gestalten. Besucher können sich auf spannende Veranstaltungen, interaktive Workshops und eine einzigartige Atmosphäre freuen.

Ob Sie ein Geschichtsliebhaber, ein Kulturinteressierter oder einfach neugierig sind – das Museum Vieille Montagne lädt Sie ein, Teil seiner Geschichte zu werden und die Vielfalt dieser Region zu entdecken.

"Die Vergangenheit zu bewahren und die Zukunft zu gestalten."



Foto: Martin Roehn



i **ÖFFNUNGSZEITEN DER AUSSTELLUNG 92 JAHRE FRAUENLIGA**

Immer von Dienstag bis Freitag von 10:00 bis 17:00 Uhr und am Samstag sowie Sonntag von 11:30 bis 17:00 Uhr ist das Museum MVM geöffnet.

ADRESSE DES MUSEUMS
Lütticher Straße 278, 4720 Kelmis

EINTRITTSPREISE

- Erwachsene 7,50 Euro.
- Ermäßigt 6,00 Euro.
- Gruppen (ab 8 Personen) 5,00 Euro pro Person.

Weitere Informationen zum Museum und zur Ausstellung gibt es unter mvm-kelmis.be und auf unserer Frauenliga Seite frauenliga.be unter Aktuelles.

Von: Denise Deller
Fotos: Frauenliga

Bin ich schön? Wie Body Positivity Frauen emanzipiert

„91 % der Frauen in Deutschland haben wegen eines negativen Körpergefühls schon einmal ihre Gesundheit gefährdet.“

„Bin ich schön?“ – Welche Frau hat sich das noch nicht gefragt? Die Antwort ist meist eine enttäuschende. Doch warum? Patriarchale Schönheitsideale haben unseren Blick verengt. Und das hat ganz reale und manchmal sogar katastrophale Auswirkungen auf unser Leben, die uns nicht immer bewusst sind. Einen Gegenentwurf zum Schönheitskult stellt die Body Positivity dar.

Dass diese nicht nur ein Marketing-Schlagwort ist, sondern Frauen vom Kampf um Schönheit löst und so ein essenzieller Baustein der Emanzipation ist, zeigte Kathrin Tschorn aus Berlin gleich zweimal im Rahmen zweier Veranstaltungen der Frauenliga in einem sehr spannenden und informativen Vortrag unter dem Titel „Bin ich schön?“.

ÜBER KATHRIN TSCHORN – BODY POSITIVITY EXPERTIN

Kathrin Tschorn ist Journalistin und Diplom-Politologin aus Berlin. Seit über einem Jahrzehnt beschäftigt sie sich sehr intensiv mit dem Konzept der Body Positivity und hat 2016 die Informations- und Inspirationsplattform Marshmallow Mädchen (marshmallow-maedchen.de) gegründet. Durch ihre Plattform konnte sie bereits hundert Frauen mit großen und kleinen Kurven dabei helfen, selbstbewusst durchs Leben zu gehen.



Anlässlich des Jubiläums 92 Jahre Frauenliga und 50 Jahre deutschsprachige Gemeinschaft - folgte Kathrin Tschorn unserer Einladung und hielt einen Vortrag im Dezember 2023 in Kelmis zum Thema Body Positivity.

SPANNENDE UND PERSÖNLICHE EINBLICKE

Kathrin Tschorn spricht in ihrem Vortrag von eigenen Erfahrungen und den Erfahrungen vieler anderer Frauen, mit denen sie im Austausch ist. Es sind Erfahrungen und Alltagsbeispiele, die viele der Zuhörenden im Dezember 2023 zum Nachdenken anregten. Darüber hinaus folgte im Anschluss an ihren Vortrag die ein oder andere Diskussion, was zeigt – die Menschen beschäftigen sich mit dem Thema und setzen sich damit auseinander.

„Jede Frau ist schön so wie sie ist.“

AKTIV ÜBER BODY POSITIVITY SPRECHEN

Im Fokus ihrer Arbeit und ihrer Vorträge steht für Kathrin Tschorn der Austausch mit den Menschen, um ein Bewusstsein für den eigenen Körper zu schaffen. Über Body Positivity zu lesen oder zu hören, reicht nicht aus. Es muss aktiv in der Gemeinschaft darüber gesprochen werden.

Aufgrund der positiven Resonanz und des großen Interesses an ihrem Vortrag im Dezember luden wir die Body Positivity Expertin erneut zu unserer Veranstaltung zum Weltfrauentag am 08. März ein.

WELTFRAUENTAG GANZ IM ZEICHEN VON BODY POSITIVITY

Kathrin Tschorn folgte am 08. März ohne zu zögern unserer erneuten Einladung. Sie nahm sich vor ihrem Vortrag Zeit und besuchte die Ausstellung unserer Body Positivity Kampagne im Hof Bütgenbach. Sie war sichtlich beeindruckt von den vielen und vielseitigen Fotografien. Die Fotoarbeiten von Anna Wawra und Verena Zimmermann zeigen die unterschiedlichen Frauen in ihrer ganzen Schönheit. Kathrin Tschorn weiß, dass es nicht selbstverständlich ist, dass Frauen sich gerne und so offen ohne Hemmungen zeigen, wie sie sind. Zum Vortrag von Kathrin Tschorn kamen viele interessierte Frauen nach Bütgenbach, die im Anschluss zahlreiche Fragen an die Experten stellten und mit ihr auch teils in die Diskussion gingen. Ein Erfolg, der zeigt – wir befinden uns auf dem richtigen Weg. Auch wenn es noch viel zu tun gibt.



♥
DEAR
BODY
i love
you!



AUSZÜGE AUS DEM VORTRAG „BIN ICH SCHÖN?“

Nur 4 % der Frauen weltweit finden sich selbst schön. 91 % der Frauen in Deutschland haben wegen eines negativen Körpergefühls schon einmal ihre Gesundheit gefährdet, z.B. gehungert oder Arztbesuche vermieden. In Europa unternehmen zu jeder Zeit ungefähr 60 Prozent der (mehrgewichtigen) Frauen Versuche, ihr Gewicht zu reduzieren. Das alles hat System, um Frauen im Patriarchat beschäftigt zu halten. (Erfolgreiche) dicke Frauen werden oftmals auf ihr Frausein und ihr Gewicht reduziert. Das grundsätzliche Problem: Schönheitsideale sind immer patriarchal und vom Male Gaze (männlicher Blick) geprägt. Mehrgewichtige Frauen sind doppelt diskriminiert; nicht-weiße, behinderte oder Frauen mit einem anderen Diskriminierungsmerkmal trifft es noch um einiges härter. Dicke Körper werden in allen Bereichen des Lebens diskriminiert. In Deutschland wird Dicksein als häufigste Ursache für Stigmatisierung geschätzt. 71 % der Deutschen sagen „Dicke sind unästhetisch“; 8 % meiden Kontakt zu

dicke Menschen aktiv. Frauen sind dabei öfter von Gewichtsdiskriminierung betroffen, Frauen mit einem BMI von 30 bis 35 dreimal häufiger als Männer. Laut einer aktuellen Studie ist Gewicht (= Schlanksein) für die Karriere von Frauen wichtiger als ein Uni-Abschluss – bei Männern gibt es diesen Zusammenhang nicht.

DIE BODY POSITIVITY GEGENBEWEGUNG

Body Positivity ist Teil der Gegenbewegungen, weil die Diätkultur (der Fokus auf ein bestimmtes Körperbild als „moralisch überlegen“) ein integraler Bestandteil des Patriarchats ist. Die Body-Positivity-Bewegung begann und wird bis heute getragen von fetten Frauen, oft schwarz und oft queer. Sie war schon immer eng verwoben mit feministischen Themen. Sie ist ein Anti-Diskriminierungs-Baustein unter vielen wichtigen Bausteinen. Body Positivity macht Diskriminierung sichtbar, hinterfragt die Prämissen dieser und bringt Menschen in die Position, sich zu wehren.

BODY POSITIVITY: WARUM WIR UNS NICHT ÜBER UNSERE KÖRPER DEFINIEREN LASSEN SOLLTEN

In einer Welt, die von sozialen Medien durchdrungen ist, sind Körperbilder allgegenwärtig. Wir scrollen durch Instagram, TikTok und Facebook und sehen makellose Körper, perfekt inszenierte Selfies und retuschierte Fotos. Doch hinter den glänzenden Oberflächen verbirgt sich oft ein dunklerer Aspekt: der immense Druck, den soziale Medien auf uns ausüben, um dem vermeintlichen Schönheitsideal zu entsprechen.

WIE WIR SCHÖNHIT NEU DEFINIEREN

Trotz des Drucks und der Verzerrungen gibt es eine positive Bewegung: Body Positivity. Diese Bewegung setzt sich dafür ein, alle Arten von Körper zu akzeptieren – unabhängig davon, ob sie den üblichen Schönheitskriterien entsprechen. Dabei geht es nicht mehr nur um das Gewicht, sondern auch um andere vermeintliche Makel wie Falten, Narben, eine Glatze oder starke Körperbehaarung. Unter dem Hashtag #bodypositivity finden sich auf Instagram mehr als zehn Millionen Fotos, auf denen sich Menschen mit einem Körper abseits der Norm zeigen.

Jede Frau ist schön so wie sie ist und darf und sollte dies auch zeigen. Denn zu unserem Körperbild gehört, egal wie unser Körper für uns aussieht, wie es sich anfühlt, in ihm zu leben, und wie wir ihn bewerten – niemand hat das Recht, darüber zu urteilen. Wichtig ist, dass man sich wohlfühlt in seiner Haut. Nur das zählt.

Von Denise Deller

Fotos von Kathrin Tschorn: Merlin Jörg Noack – Noack-Fotografie, Fotograf



Buchtipp für Erwachsene aus unseren Reihen



DIESES MAL: BUCHTIPP VON NICOLE: "EINE FRAGE DER CHEMIE"

In Island gibt es einen Brauch namens "Jolabokafloð", was übersetzt so viel wie "die weihnachtliche Bücherflut" bedeutet. Dieser Brauch besteht darin, sich gegenseitig zu Weihnachten Bücher zu schenken und die meiste Zeit an den Festtagen dann lesend zu verbringen, oft mit einer heißen Schokolade in der Hand und ganz viel Gemütlichkeit.

Da meine engste Familie ausnahmslos aus "Leseratten" besteht, traf dieser Brauch unseren Geschmack, und wir haben ein wenig Island nach Belgien gebracht.

Eines der Bücher, welches ich an Heiligabend unter dem Weihnachtsbaum fand, war "Eine Frage der Chemie" von Bonnie Garmus.

Ein unglaublich mitreißendes und warmherziges Buch über eine Frau, die mich in allen Facetten mitgerissen hat.

Die Geschichte stammt aus einer Zeit, in der es grundsätzlich unüblich war, dass Frauen arbeiten, erst recht nicht studieren und als Chemikerin praktizieren. Eine Zeit, in der Unterdrückung, Ignoranz, Plagiat und sogar Vergewaltigung übliche Mittel waren, um Frauen auf "Ihre Plätze" zu verweisen.

Eine Frage der Chemie beschreibt eine Frau, die sich dagegen erhebt, die nach einem schweren Schicksalsschlag ungewöhnliche Wege beschreitet, um Frauen aufzurütteln und zu motivieren, ihre Wege außerhalb von Ehe und Familie zu gehen. Eine Frau, die sich nicht unterkriegen und schon gar nicht in alte Rollenbilder hineinpressen lässt.

Dieses Buch kommt mit einer großen Portion Ironie, Humor und Liebenswürdigkeit daher. Es macht stellenweise wütend, fassungslos und lässt einen genau so schmunzeln, mitfühlen und gelegentlich auch herzlich lachen.

Es regt zum Nachdenken an und hallt lange nach. Eines der besten Bücher, die ich in den letzten Jahren gelesen habe!

Von Nicole Baltus

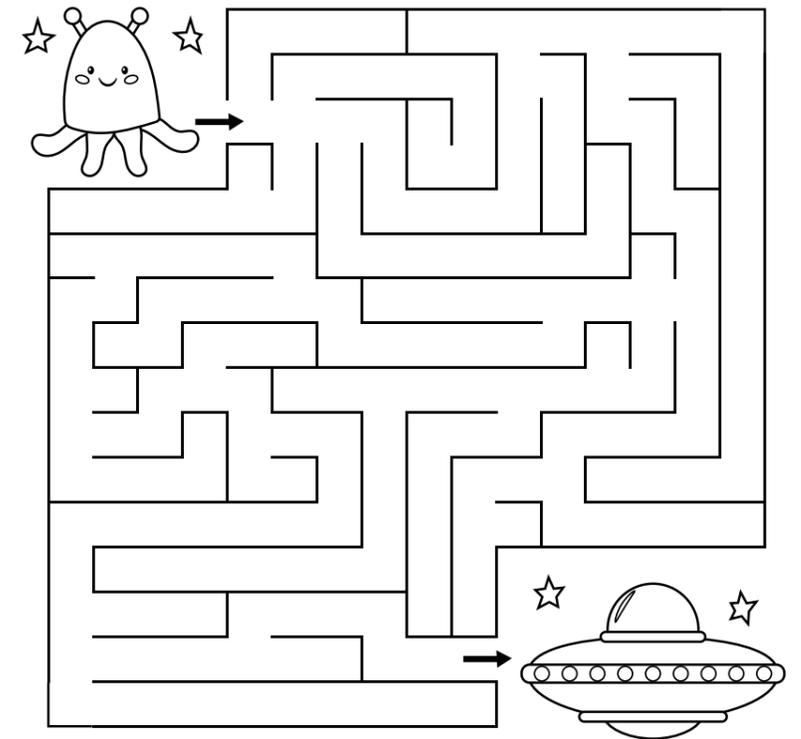
Quelle: www.piper.de

Fotos: Piper Verlag

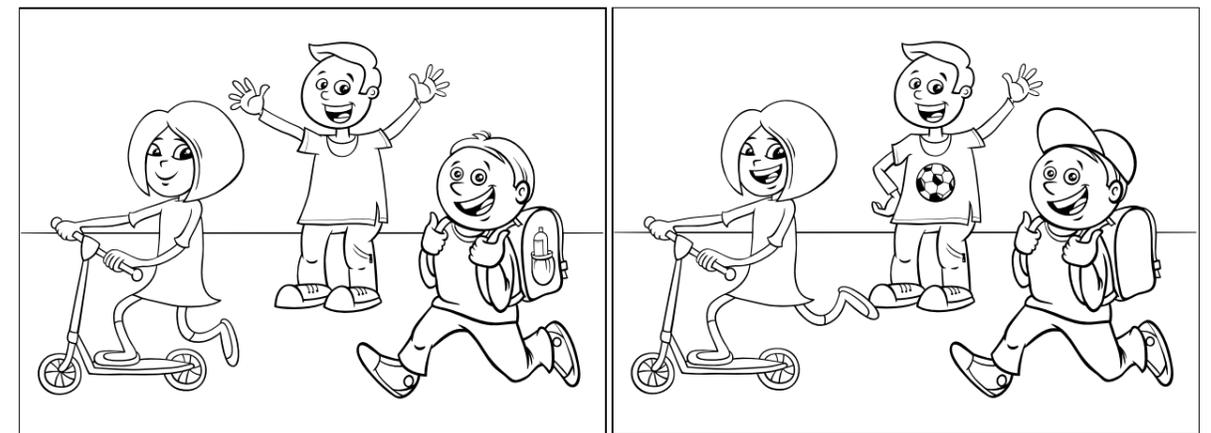


Für unsere kleinen Lesefreunde!

FINDE DEN WEG



FINDE DIE 6 UNTERSCHIEDE



DAS HAUS DER FAMILIE SUCHT EHRENAMTLICHE

FÜR DEN KINDERHORT UND
DIE HAUSAUFGABENSCHULE



Du möchtest Dich ehrenamtlich engagieren,
hast Freude an der Arbeit mit Kindern und
bringst Geduld und kulturelle Offenheit mit?

DANN FREUEN WIR UNS AUF DEINE NACHRICHT!
INFO@HAUS-DER-FAMILIE.BE
+32 (0) 87 / 555 418



KONTAKTDATEN

Frauenliga/vie féminine VoG
Neustraße 59B – B-4700 Eupen
Tel.: +32 (0) 87 555418
E-Mail: info@frauenliga.be
www.frauenliga.be
Unternehmensnummer:
0457.760.816

BANKVERBINDUNG

IBAN: BE04 7360 5497 6331
BIC: KREDBEBB

