

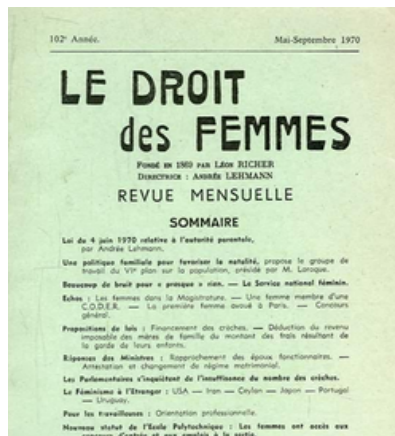
anna -

lyse

1-2026/Nr. 89



PB-PP
BELGIE(N) - BELGIQUE



frauenliga
vie féminine

FRAUENORTE

OSTBELGIEN

Inhalt

2-3

Editorial &
Impressum
Zur aktuellen
anna-lyse

4-6

Ausstellung zur
Geschichte der
Frauenrechte

7-8

Frauenorte
Ostbelgien

9-10

Lebens-
geschichte

11-12

QuoVadis

13

Kochabend

14

Erster UKO -
UniQ
Küchentisch
online

15-16

Pille für den
Mann

17-18

Studienreise

19

Kurse im Herbst

20-22

Programm

23

Kindertraum

24

Sommer-Camp

Impressum

VERANTWORTLICHE HERAUSGEBERIN

Nicole Baltus

ANSCHRIFT

Frauenliga/vie féminine VoG
Rathausplatz 5 - 4 - 4700 Eupen
Tel.: +32 (0) 87 55 54 18
E-Mail: info@frauenliga.be
www.frauenliga.be
Unternehmensnummer:
0457.760.816

BANKVERBINDUNG

IBAN: BE04 7360 5497 6331
BIC: KREDBEBB

CHEFREDAKTION

Julia Palm

REDAKTIONSTEAM

Nicole Baltus, Julia Palm, Claudia Ernst

LAYOUT UND GRAFISCHE GESTALTUNG

Frauenliga Eupen - Julia Palm

DRUCK

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

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

MITFRAUENSCHAFT

Durch Ihre Mitfrauenschaft 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 selbst bestimmten Leben, demokratischer Teilhabe und zu finanzieller Unabhängigkeit zu unterstützen. Der Mitfrauenbeitrag beläuft sich auf 30 Euro im Jahr.

VERLÄNGERUNG BZW. KÜNDIGUNG DER MITFRAUENSCHAFT

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



Liebe Leserinnen und Leser,

wo kommen wir her – und wohin gehen wir? Diese Fragen ziehen sich wie ein roter Faden durch die aktuelle Ausgabe der anna-lyse.

Mit dem Projekt „Frauenorte Ostbelgien“ richten wir den Blick bewusst zurück: auf Frauen, die unsere Region geprägt haben, deren Geschichten jedoch allzu oft im Hintergrund geblieben sind. Geschichte wurde lange vor allem aus einer männlichen Perspektive erzählt – umso wichtiger ist es, diese Lücken zu schließen. Frauen sichtbar zu machen heißt nicht nur, ihnen den Platz zu geben, den sie verdienen, sondern auch, unsere gemeinsame Vergangenheit neu und vollständiger zu verstehen.

Gleichzeitig schauen wir nach vorne. Mit dem neuen Projekt QuoVadis – „Wohin gehst du?“ – greifen wir eine Frage auf, die viele Menschen in unterschiedlichen Lebensphasen begleitet. Ob nach einer Pause, in Zeiten des Umbruchs oder auf der Suche nach neuen Perspektiven: QuoVadis schafft Raum für Orientierung, stärkt Kompetenzen und eröffnet konkrete Wege in die Zukunft. Es steht exemplarisch für das, was unsere Arbeit ausmacht – Menschen zu begleiten, zu ermutigen und in ihrer Selbstbestimmung zu stärken.

Zwischen diesen beiden Polen – Vergangenheit sichtbar machen und Zukunft gestalten – bewegt sich diese Ausgabe. Die Geschichte der Frauenrechte in Belgien erinnert uns daran, wie viel bereits erreicht wurde, aber auch, dass Gleichstellung immer ein Prozess bleibt. Persönliche Lebensgeschichten geben diesen Entwicklungen ein Gesicht und zeigen, wie eng gesellschaftlicher Wandel und individuelle Erfahrungen miteinander verwoben sind.

Diese anna-lyse lädt dazu ein, genauer hinzusehen: auf das, was war, auf das, was ist, und auf das, was noch möglich wird.

Wir wünschen Ihnen eine inspirierende Lektüre.

Herzliche Grüße

Julia Palm

AUSSTELLUNG ZUR GESCHICHTE DER FRAUENRECHTE IN BELGIEN

Für den Weltfrauentag 2026 haben wir eine Ausstellung zu den Frauenrechten in Belgien und zur Geschichte des Weltfrauentags organisiert. Die Besucher waren begeistert, deshalb möchten wir Euch den Inhalt nicht vorenthalten. In dieser Ausgabe der anna-lyse: die Geschichte der Frauenrechte in Belgien. In der nächsten Ausgabe folgt der Weltfrauentag.

1830

Die belgische Verfassung wird abgeändert, gewährt Frauen jedoch keinerlei politische Rechte

1888/1892

Marie Popelin darf trotz Jura-Abschluss nicht als Anwältin arbeiten. Dies führt 1892 zur Gründung der „Ligue belge du droit des femmes“ – der ersten organisierten Frauenrechtsbewegung

1864

Eröffnung der ersten Sekundarschule für Mädchen

1900

Ehefrauen erhielten das Recht, ohne Zustimmung ihres Mannes einen Arbeitsvertrag zu unterzeichnen und über einen Teil des Lohnes (3.000 Franken/Jahr) zu verfügen.

1906

Innerhalb der Christlichen Arbeiterbewegung entstehen „Frauenligen“



1910

Clara Zetkin schlägt auf der sozialistischen internationalen Frauenkonferenz in Kopenhagen die Etablierung eines Weltfrauentages vor.

1911

feierten auch Länder wie Dänemark und Deutschland den Frauentag, um bessere Arbeitsbedingungen, gleiche Bezahlung und das Wahlrecht zu fordern.

1920

Frauen erhalten das kommunale Wahlrecht (mit Einschränkung)

1921

Frauen erhielten das passive Wahlrecht auf nationaler Ebene – Marie Janson zog als erste Frau in den Senat ein – allerdings durch Kooptation, nicht durch eine direkte Volkswahl.

1923

Werbung und Information über Verhütungsmittel bleibt verboten, nicht aber der Verkauf

1929

Lucie Dejardin wurde als erste belgische Abgeordnete für die sozialistische Partei in die Abgeordnetenversammlung gewählt

1948

Das allgemeine Wahlrecht für Frauen auf nationaler Ebene wird eingeführt. Belgien war damit eines der letzten Länder Europas

1957

Vertrag für Lohngleichheit zwischen Männern und Frauen

**1958**

Abschaffung der „Gehorsamspflicht“ der Ehefrau. Frauen erlangen die volle Geschäftsfähigkeit und dürfen ohne Erlaubnis des Mannes ein eigenes Bankkonto eröffnen.

1962

Ehegattenbesteuerung wird eingeführt

1965

Erste Ministerin: Marguerite de Riemaeker-Legot

1966

Der Streik der „Frauen von Herstal“ wird legendär. 3000 Arbeiterinnen streiken elf Wochen lang für „Gleichen Lohn für gleiche Arbeit“. Dies gab den Anstoß für die europäische Lohnausgleichsdebatte

1971

Verbot, Arbeitnehmerinnen aufgrund von Schwangerschaft oder Heirat zu entlassen

1973

Informationen und Werbung für Verhütungsmittel erlaubt

1974

Gleichberechtigte Elternschaft den Kindern gegenüber

1976

Ein neues Gesetz zur ehelichen Gütergemeinschaft stellt sicher, dass Männer und Frauen in der Ehe finanziell komplett gleichberechtigt sind

1977

UN verkünden offiziell den 8. März zum Internationalen Tag der Frauen

**1994**

Vergewaltigung in der Ehe wird explizit unter Strafe gestellt.

2002

Die Gleichstellung von Frau und Mann wird in die Verfassung aufgenommen. Es werden Quoten für Wahllisten eingeführt (Paritätsgesetz). Listen müssen abwechselnd mit Männern und Frauen besetzt sein.

2012

Belgien verabschiedet ein wegweisendes Gesetz zur Bekämpfung des „Gender Pay Gaps“. Unternehmen müssen regelmäßig Berichte über ihre Lohnstrukturen vorlegen.

2023

Belgien verabschiedet als eines der ersten EU-Länder das „Stop - Femizid-Gesetz“, das geschlechtsspezifische Tötungen als eigenes Delikt erfasst und den Schutz der Opfer massiv verbessert.

1989

Vergewaltigung in der Ehe wird anerkannt und verurteilt

1990

Nach jahrzehntelangem Kampf wird die Abtreibung unter Bedingungen straffrei gestellt. Ein Abbruch bleibt bis zur zwölften Schwangerschaftswoche straffrei, wenn es soziale, kriminologische oder medizinische Gründe dafür gibt. Ab der zwölften Schwangerschaftswoche darf eine Schwangerschaft nur noch aus medizinischen Gründen abgebrochen werden. Um das Gesetz zu ermöglichen, trat König Baudouin für 36 Stunden zurück, da er die Unterschrift aus Gewissengründen verweigerte.

**2007**

Scheidungsreform: Abschaffung der Scheidung nach Schuldprinzip, einseitig beschlossene Scheidung wird akzeptiert

2009

Auf den ersten beiden Plätzen der Wahllisten zu den Regionalwahlen müssen jeweils beide Geschlechter vertreten sein.

Text: Claudia Ernst
Fotos: Privat

Frauen sichtbar machen – Geschichte neu erzählen

FRAUENORTE OSTBELGIEN

Das Projekt „Frauenorte Ostbelgien“ stellt sich vor

Geschichte ist das Fundament unserer Gesellschaft – doch allzu oft wurde sie vor allem aus männlicher Perspektive erzählt. Mit dem neuen Projekt „Frauenorte Ostbelgien“ möchten wir genau hier ansetzen: Wir machen das Wirken von Frauen in unserer Region sichtbar und geben ihren Geschichten den Platz, den sie verdienen.

Das Projekt knüpft an die erfolgreiche Initiative „Frauenorte NRW“ an, die bereits seit Jahren bedeutende Wirkungsstätten von Frauen in Nordrhein-Westfalen sichtbar macht. Inspiriert von diesem Ansatz wollen wir nun auch in Ostbelgien Orte identifizieren, an denen Frauen Geschichte geschrieben haben – sei es in Politik, Bildung, Kultur, Wirtschaft oder im sozialen Engagement.

Warum Frauenorte?

Viele Frauen haben unsere Gesellschaft nachhaltig geprägt, doch ihre Leistungen sind oft weniger bekannt oder geraten in Vergessenheit. „Frauenorte Ostbelgien“ setzt genau hier an: Durch die Kennzeichnung und Aufarbeitung dieser Orte schaffen wir ein öffentliches Bewusstsein für weibliche Lebensleistungen und eröffnen neue Perspektiven auf unsere gemeinsame Geschichte.

Dabei geht es nicht nur um die Vergangenheit. Das Projekt möchte auch aktuelle Diskussionen über Gleichstellung, Sichtbarkeit und gesellschaftliche Teilhabe anstoßen. Frauenorte werden so zu Lern- und Begegnungsräume – für alle Generationen.



Zusammenarbeit mit dem Zentrum für Förderpädagogik

Ein besonderer Baustein unseres Projekts ist die enge Kooperation mit dem Zentrum für Förderpädagogik. In den vergangenen Jahren hat das Zentrum mit dem Projekt „Gegen das Vergessen“ eindrucksvoll gezeigt, wie wichtig Erinnerungsarbeit ist – und wie lebendig sie gestaltet werden kann.

Diese Erfahrung fließt nun in „Frauenorte Ostbelgien“ ein. Gemeinsam entwickeln wir inklusive und kreative Zugänge zur Geschichte: Schülerinnen und Schüler werden aktiv in die Recherche eingebunden, setzen sich mit Biografien auseinander und tragen dazu bei, Erinnerungsorte neu zu entdecken und zu gestalten. So wird Geschichte nicht nur vermittelt, sondern gemeinsam erarbeitet und erlebt.

Ein Projekt für die Region – und mit der Region

„Frauenorte Ostbelgien“ versteht sich als offenes Projekt, das von Beteiligung lebt. Vereine, Schulen, Institutionen und interessierte Bürgerinnen und Bürger sind eingeladen, ihr Wissen einzubringen, Vorschläge für Frauenorte zu machen oder sich aktiv an der Umsetzung zu beteiligen.

Denn jede Geschichte zählt – und oft beginnt sie direkt vor unserer Haustür.

Unser Ziel

Wir möchten ein nachhaltiges Netzwerk von Frauenorten schaffen, das die Vielfalt weiblicher Lebenswege sichtbar macht und langfristig im kollektiven Gedächtnis unserer Region verankert wird. Durch Informationstafeln, Veranstaltungen, digitale Angebote und Bildungsprojekte sollen diese Orte zugänglich und erlebbar werden.

„Frauenorte Ostbelgien“ ist mehr als ein Erinnerungsprojekt: Es ist ein Schritt hin zu einer gerechteren, vollständigeren Geschichtsschreibung – und eine Einladung, unsere Vergangenheit neu zu entdecken. Gemeinsam schreiben wir Geschichte weiter.

Bald online!

www.frauenorte-ostbelgien.be



Ihre Geschichten sind gefragt!

Kennen Sie Frauen aus Ostbelgien, deren Wirken nicht in Vergessenheit geraten darf? Gibt es Persönlichkeiten, Orte oder Geschichten, die unbedingt Teil des Projekts „Frauenorte Ostbelgien“ werden sollten?

Dann freuen wir uns sehr über Ihre Hinweise! Helfen Sie uns dabei, verborgene Geschichten sichtbar zu machen und das Bild unserer gemeinsamen Vergangenheit zu vervollständigen.

Teilen Sie Ihr Wissen mit uns – denn jede Erinnerung zählt. Schicken Sie Ihre Vorschläge und Geschichten an:

info@frauenliga.be

Lebensgeschichte von Marie Hélène Poth

Erzählt von ihrer Tochter Josiane Pelzer

Als die Textilindustrie in der Deutschsprachigen Gemeinschaft, in der Gegend von Verviers und Aachen, noch florierte, begann die Lebensgeschichte meiner Mutter.

Sie war gebürtige Kelmiserin – oder Altenbergerin, oder aus La Calamine, je nachdem, wie die Zeiten gerade waren. Sie war eine sehr gute Schülerin und träumte von einem finanziell gesicherten Leben. In ihrer Familie war Wohlstand bis dahin ein Fremdwort gewesen. Meine Großmutter verlor ihren Verlobten im Ersten Weltkrieg, mein Großvater kehrte erst 1921 aus russischer Kriegsgefangenschaft zurück. Er hatte als Gefangener auf einem riesigen, abgelegenen Bauernhof gearbeitet – und man hatte ihm nicht einmal mitgeteilt, dass der Krieg längst vorbei war.

Die Familie lebte in einfachen Verhältnissen etwas außerhalb des Dorfes. Das Wasser musste jeden Morgen von einer Quelle auf einer Wiese geholt werden, Strom kam erst sehr spät ins Haus. Als die Galmeigrube keinen Ertrag mehr brachte, wechselte mein Großvater die Arbeitsstelle und wurde Textilarbeiter in Verviers. Neben seiner Fabrikarbeit bewirtschaftete er einen großen Garten, hielt Kaninchen und Hühner und ging, sobald es möglich war, in den Wald, um Holz für den Herd zu sägen. Meine Großmutter half oft bei ihrer Cousine in Lontzen auf dem Bauernhof aus, wo viele Kinder versorgt werden mussten. Dennoch reichte das Geld kaum zum Leben. Nicht selten bestand das Abendbrot für die Kinder nur aus einem Ei oder einem halben Hering.

Als meine Mutter fast vierzehn Jahre alt war, wurde ihr eröffnet, dass ihre Schulzeit bald enden würde – trotz einer bestehenden Studienb orse für die Kinder der Familie. Jammern half nicht, ebenso wenig ihre guten Zeugnisse. Mit 13 Jahren und 10 Monaten fuhr sie mit dem Fahrrad nach Herbesthal zur Firma Bailly und begann dort als Lehrling in Wechselschicht in der Textilindustrie.

Von diesem Tag an drehte sich fast ihr gesamtes Berufsleben um diese Firma. Sie lernte von Grund auf alles, was in einer Textilfabrik zu tun war. Sie arbeitete an Spulen und Webmaschinen, doch ihre besondere Vorliebe galt der Krempelmaschine – in der DG oft Drosseurmaschine genannt. Dort legte sie die großen Walzen ein. In der Krempelmaschine wird das Fasermaterial gereinigt, parallelisiert und zu einem Flor ausgebreitet. Der Drosseur ist dabei das letzte große Walzenelement, bevor der Flor zum Vlies verdichtet und als Band abgelegt wird. Diese Arbeit faszinierte sie.



Mit Beginn des Zweiten Weltkriegs musste sie in Aachen in einer Textilfabrik arbeiten. Dort wurden Garn und Stoffe für Uniformen, Decken und Zelte hergestellt. Sie arbeitete als Spinnerin und musste sich dem Tempo der Maschinen anpassen. Ihre Tätigkeit bestand aus sich ständig wiederholenden Handgriffen: Spulen überwachen, Fäden bei Bruch anknüpfen, Spulen wechseln. Pausen waren selten. Die Fabrikhallen waren laut, heiß, staubig und schlecht belüftet. Eine hohe Luftfeuchtigkeit sollte das Reißen der Fäden verhindern, führte jedoch zu gesundheitlichen Problemen wie Rheuma und Atemwegserkrankungen. Die Arbeiterinnen standen unter strenger Kontrolle; selbst Toilettengänge waren oft nur mit Erlaubnis möglich. Um die Arbeitskraft zu erhalten, wurden kurze sportliche Übungen während der Arbeitszeit eingeführt – sogenannte „Kurzpausen“, die der Leistungssteigerung dienen sollten.

Später arbeiteten auch russische Zwangsarbeiterinnen in der Fabrik. Trotz aller Umstände entstanden zwischen ihnen und den Kolleginnen mitunter lebhaftes Gespräche mit Händen und Füßen.

Als meine Mutter schwanger wurde, nahm sie heimlich Garnreste von den Spulen und strickte oder häkelte während der Arbeit Babysachen. Eines Tages, während eines Bombenalarms in Aachen, musste sie in einen Bunker flüchten – dort setzten die Wehen ein. Mit Mühe schaffte sie es, teils mit der Straßenbahn, teils zu Fuß, nach Hause. Im siebten Monat brachte sie viel zu früh meine Schwester zur Welt. Nach der Babypause war der Krieg beendet, und sie kehrte zur Firma Bailly nach Herbesthal zurück. Dort fühlte sie sich zuhause und lernte den jungen Firmenchef Robert Bailly, der die Textilverarbeitung von der Picke auf lernen musste, an. Sie arbeitete dort bis nach meiner Geburt.

Als sie nach einer weiteren Babypause wieder anfang, hatte die Firma teilweise auf Teppichproduktion umgestellt. Sie stand erneut an der Krempelmaschine. Doch ihr Gesundheitszustand verschlechterte sich dramatisch: Ihre roten Blutkörperchen verschwanden nahezu vollständig. Nach Krankenhausaufenthalt und monatelanger Ursachenforschung nahm sie die Arbeit wieder auf – und erneut verschlechterte sich ihr Zustand. Schließlich stellte sich heraus, dass sie allergisch auf den roten Farbstoff reagierte, der in der Teppichproduktion verwendet wurde. Sie wechselte noch einmal nach Aachen in eine Spinnerei und Weberei, doch dort fehlte ihr die innere Verbundenheit zur Arbeit. Eines Tages erschien der Firmenchef von Bailly persönlich bei ihr und bat sie zurückzukehren – diesmal in die kleine Fabrik in Hergenrath.

An diese Zeit erinnere ich mich gut. Mittwochnachmittags, wenn ich aus der Schule in Eupen kam, ging ich dorthin. Meine Mutter und die Arbeiter/innen erklärten mir begeistert jeden einzelnen Produktionsschritt. Ich war fasziniert von den Maschinen – und ich bin überzeugt, dass diese Eindrücke meinen späteren beruflichen Weg in der Forschung im Maschinenbau entscheidend geprägt haben.

Meine Mutter blieb der Textilindustrie treu, bis auch dieses Unternehmen schließen musste. Mit den gesundheitlichen Folgen ihrer jahrzehntelangen Arbeit musste sie leben: Ihr Rücken war völlig verschlissen, sie erhielt zwei Stangen im Rücken, geflickte und einen künstlichen Wirbel. Beide Hüften und ein Knie wurden ersetzt. Ihre chronische Bronchitis und ihre schwache Lunge begleiteten sie bis ins hohe Alter – und dennoch wurde sie 96 Jahre alt. Ihre letzten Worte waren: „Ich habe mein Ziel erreicht: ein Leben in der Textilindustrie, damit meine beiden Töchter studieren konnten und ein leichteres Leben haben.“



Drei Kelmiser Textilarbeiterinnen, befreundet seit der Schule bis zum 90. Geburtstag

PROJEKTSTART "QUOVADIS" – ORIENTIERUNG SCHAFFEN, ZUKUNFT GESTALTEN

Mit großer Freude dürfen wir den Start unseres neuen Projekts QuoVadis bekannt geben. Seit dem 01.03.2026 ist, unter der Leitung von Nicole Baltus (Frauenliga) und Liliane Mreyen (VHS) ein engagiertes Team aus vier Coaches – Tatiana Sereda, Tanja Wilden, Sandra Duisberg und Evelyn Düll – aktiv dabei, die inhaltlichen und organisatorischen Grundlagen zu erarbeiten und ein vielseitiges, praxisnahes Kursangebot zu entwickeln. Anastasiya Ilnytska unterstützt das Team in der ESF-Verwaltungsarbeit.

Das Projekt wird in Kooperation mit der VHS-Bildungsinstitut VoG umgesetzt und durch Mittel des ESF (Europäischer Sozialfonds) gefördert. Diese starke Partnerschaft ermöglicht es, ein nachhaltiges und professionell begleitetes Angebot bereitzustellen, das sich eng an den Bedürfnissen der Teilnehmenden orientiert.

Doch was genau verbirgt sich hinter QuoVadis?

Der Name – lateinisch für „Wohin gehst du?“ – ist Programm: QuoVadis unterstützt Menschen dabei, sich beruflich und persönlich neu zu orientieren, Perspektiven zu entwickeln und konkrete Schritte in Richtung Zukunft zu gehen.

Das Projekt richtet sich insbesondere an Personen, die sich in einer Phase des Umbruchs befinden – sei es nach einer beruflichen Pause, auf der Suche nach einer neuen Tätigkeit oder mit dem Wunsch, sich weiterzuentwickeln. Ziel ist es, Orientierung zu geben, Potenziale sichtbar zu machen und Wege in Arbeit oder Qualifizierung zu eröffnen.



Struktur des Projekts: Theorie trifft Praxis

Ein besonderes Merkmal von QuoVadis ist die klare und praxisnahe Struktur:

12 Wochen Theoriephase

In dieser ersten Phase erarbeiten die Teilnehmenden gemeinsam mit den Coaches wichtige Grundlagen für ihre persönliche und berufliche Entwicklung. Inhalte sind unter anderem:

- Selbstreflexion und Analyse der Lebenssituation
- Stärken- und Kompetenzanalyse
- Entwicklung beruflicher Perspektiven
- Bewerbungstraining und Kommunikation
- Vorbereitung auf den Arbeitsmarkt

Die Teilnehmenden erhalten Raum, sich intensiv mit ihren Zielen auseinanderzusetzen und neue Perspektiven zu entwickeln.

12 Wochen Praktikumsphase

Im Anschluss folgt die praktische Umsetzung: In einem individuell passenden Praktikum können die Teilnehmenden ihre Fähigkeiten erproben, Berufsfelder kennenlernen und wertvolle Erfahrungen sammeln.

Diese Phase ist besonders wichtig, um:

- Einblicke in den Arbeitsalltag zu gewinnen
- Kontakte zu Unternehmen zu knüpfen
- eigene Stärken in der Praxis zu testen
- mögliche berufliche Wege konkret zu erproben

Die Kombination aus Theorie und Praxis schafft eine nachhaltige Grundlage für den weiteren beruflichen Weg.

Ganzheitliche Begleitung

Während des gesamten Projekts werden die Teilnehmenden intensiv begleitet. Die vier Coaches unterstützen nicht nur fachlich, sondern auch persönlich – mit viel Erfahrung, Empathie und einem offenen Ohr für individuelle Anliegen.

Neben Gruppenangeboten spielen auch Einzelcoachings eine wichtige Rolle, um gezielt auf persönliche Situationen eingehen zu können. Der respektvolle Austausch in der Gruppe stärkt zusätzlich das Selbstvertrauen und fördert gegenseitige Motivation.

Entwicklung, die wirkt

QuoVadis verfolgt einen ganzheitlichen Ansatz: Es geht nicht nur um die Vermittlung von Wissen, sondern vor allem um die Stärkung von Selbstvertrauen, Eigenverantwortung und Handlungskompetenz. Die Teilnehmenden lernen, ihre Fähigkeiten realistisch einzuschätzen, Chancen zu erkennen und aktiv zu nutzen.

Durch die enge Verzahnung von Theorie und Praxis entstehen echte Entwicklungsschritte – mit dem Ziel, langfristige Perspektiven zu schaffen.

Ein vielversprechender Start

Ein wichtiger Meilenstein steht bereits bevor: Am 20.04.2026 startet die erste Gruppe. Für die Teilnehmenden beginnt damit eine spannende und intensive Zeit voller neuer Erfahrungen, Erkenntnisse und Möglichkeiten.

Mit QuoVadis schaffen wir ein Projekt, das Orientierung gibt, Mut macht und konkrete Wege eröffnet.

Wir wünschen Tatiana, Tanja, Sandra, Evelyn, Nicole, Liliane, Anastasiya und allen Teilnehmenden einen erfolgreichen Start und viel Erfolg auf diesem gemeinsamen Weg!

Text: Julia Palm
Foto: Tanja Wilden



V.l.n.r: Nicole Baltus (Frauenliga), Liliane Mreyen (VHS), Anastasiya Ilnytska (Frauenliga), Sandra Duisberg (Coach VHS), Evelyn Düll (Coach VHS), Tatiana Sereda (Coach Frauenliga), Tanja Wilden (Coach Frauenliga)

06/06/2026
18.00 - 20.30 UHR

KOCHABEND

IM HAUS DER FAMILIE

GESUND UND GÜNSTIG

GEMEINSAM KOCHEN WIR EINFACHE, GESUNDE UND PREISWERTE GERICHTE. IM MITTELPUNKT STEHEN VEGETARISCHE REZEPTE UND DIE AYURVEDISCHE KÜCHE – EINE ERNÄHRUNGSWEISE AUS INDIEN, DIE AUF AUSGEWOGENE, FRISCHE ZUTATEN UND BEKÖMMLICHE GEWÜRZE SETZT. LECKER UND ALLTAGSTAUGLICH.

Unkostenbeitrag: 12.50 € pro Person

INFORMATIONEN UND ANMELDUNG:
HAUS DER FAMILIE
PATRONAGESTRASSE 27 A, 4720 KELMIS
087 / 78 88 02
INFO@HAUS-DER-FAMILIE.DE
WWW.HAUS-DER-FAMILIE.BE

Erster UKO - UniQ Küchentisch Online

Unser erster UKO (UniQ Küchentisch Online) im Rahmen des Projekts UniQ - Netzwerk für Ein-Eltern-Familien ist erfolgreich und in angenehmer Runde am 19.03.2026 gestartet.

Im Gespräch ging es vor allem um alltagsnahe Themen. Besonders wichtig war die Frage nach Betreuungs- und Unterbringungsmöglichkeiten für Kinder in den Ferien - hier kam der Hinweis auf das Oster-Camp im Haus der Familie richtig gut an.

Außerdem wurde deutlich, dass großes Interesse am Generationen-Kennenlernen besteht. Die Idee, verschiedene Altersgruppen stärker miteinander zu vernetzen, wurde sehr positiv aufgenommen.

Schön war auch der persönliche Austausch: Wir konnten zwei der vier Kinder von Nicole D. kennenlernen, was die Runde nochmal lebendiger gemacht hat.

Ein gelungener Auftakt mit offenem Austausch, guten Impulsen und Lust auf mehr.

Text: Julia Palm

Fotos: Canva



Der nächste UKO-Küchentisch findet am Mittwoch, 22.04.2026 um 20.30 Uhr statt. Möchtest Du auch Teil des UKO werden? Dann melde Dich gerne - wir nehmen Dich in den Verteiler auf!



„60 Jahre später: Jetzt sind die Männer dran“

Die Pille für den Mann – kommt sie jetzt wirklich?

Die Pille für den Mann lässt schon seit Jahrzehnten auf sich warten – während Frauen seit den 1960er-Jahren ganz selbstverständlich täglich ein kleines Hormonpräparat einnehmen.

Oder anders gesagt: Seit über 60 Jahren liegt die Verantwortung für hormonelle Verhütung größtenteils bei einer Hälfte der Menschheit – die andere Hälfte arbeitet noch an einer Alternative.

Doch jetzt gibt es neue Hoffnung: Eine erste hormonfreie Antibabypille für den Mann hat die klinische Sicherheitsprüfung bestanden.

Was steckt hinter YCT-529?

Der Wirkstoff YCT-529 ist ein vielversprechender Kandidat für eine neue Form der männlichen Verhütung – und das ganz ohne Hormone.

Statt den Hormonhaushalt zu beeinflussen, blockiert das Mittel gezielt ein Protein, das für die Spermienproduktion notwendig ist.

Das Ergebnis: Die Spermienbildung wird vorübergehend gestoppt.

Der entscheidende Vorteil:

Der Testosteronspiegel bleibt unbeeinflusst – und damit hoffentlich auch Dinge wie Stimmung, Gewicht und Libido.

Oder kurz gesagt: Verhütung ohne hormonelles Chaos.

Wie weit ist die Forschung?

In einer ersten klinischen Studie wurde YCT-529 an 16 Männern getestet.

Das Ergebnis:

- keine schwerwiegenden Nebenwirkungen
- gute Verträglichkeit

Aktuell läuft bereits eine größere Folgestudie in den USA, die nun vor allem die Wirksamkeit der Pille beim Menschen untersuchen soll.

Denn so vielversprechend die bisherigen Ergebnisse auch sind – bis zur Marktreife ist es noch ein Stück.



Foto: Canva

Wie wirksam ist die Pille?

In Tierversuchen mit Mäusen und Affen zeigte sich eine sehr hohe Wirksamkeit:

- In 99 % der Fälle wurde eine Schwangerschaft verhindert
- Nach dem Absetzen war die Fruchtbarkeit innerhalb von 4 bis 6 Wochen wiederhergestellt

Das klingt vielversprechend – allerdings gilt: Ob diese Ergebnisse direkt auf den Menschen übertragbar sind, wird aktuell erst untersucht.

Keine Nebenwirkungen – wirklich?

Ein großer Vorteil von YCT-529 ist, dass es nicht in den Hormonhaushalt eingreift.

Das unterscheidet die neue Pille deutlich von vielen bisherigen Ansätzen – und natürlich auch von der Antibabypille für Frauen.

Denn dort gehört eine ganze Liste möglicher Nebenwirkungen praktisch zum Standardprogramm:

- erhöhtes Risiko für Thrombosen
- Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Stimmungsschwankungen
- Gewichtszunahme
- und je nach Präparat sogar ein erhöhtes Risiko für bestimmte Krebsarten

Man könnte also sagen: Frauen haben in den letzten Jahrzehnten eine bemerkenswerte Toleranz gegenüber Nebenwirkungen entwickelt – aus Mangel an Alternativen.

Bei Männern hingegen reichten in der Vergangenheit oft schon vergleichsweise milde Beschwerden, um Studien wieder einzustellen.

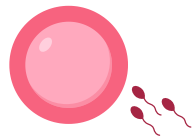
Warum frühere Pillen für Männer scheiterten

Ganz neu ist die Idee nicht:

Schon seit Jahren wird an Verhütungsmitteln für Männer geforscht.

Viele dieser Ansätze basierten jedoch auf Hormonen – mit ähnlichen Nebenwirkungen wie bei Frauen:

- Akne
- Gewichtszunahme
- Stimmungsschwankungen
- Veränderungen der Libido



Die Folge: Vielversprechende Studien wurden häufig abgebrochen.

Die Frage „Gibt es Nebenwirkungen?“ war damit oft schon die entscheidende.

Welche Alternativen werden noch erforscht?

Neben YCT-529 gibt es weitere Ansätze:

Hormonelle Präparate:

Sie funktionieren ähnlich wie die Pille für Frauen, stehen aber weiterhin wegen Nebenwirkungen in der Kritik.

Hormon-Gele:

Diese werden auf die Haut aufgetragen und beeinflussen die Spermienproduktion über den Hormonhaushalt.

Polymer-Gele:

Hierbei wird ein Gel in den Samenleiter injiziert, das diesen blockiert – eine Art reversible Vasektomie.

Allerdings ist diese Methode bisher wenig benutzerfreundlich.

Wie stehen Männer zu neuen Verhütungsmethoden?

Eine Umfrage aus dem Jahr 2023 zeigt:

- Rund 50 % der Männer haben Bedenken wegen möglicher Nebenwirkungen
- Gleichzeitig ist ein großer Teil grundsätzlich bereit, Verantwortung zu übernehmen

Oder anders gesagt:

Das Interesse ist da – die Skepsis auch.

Und ganz ehrlich: Ein leichtes Schmunzeln auf Seiten vieler Frauen dürfte dabei kaum zu vermeiden sein.

Ein überfälliger Fortschritt?

Mit YCT-529 könnte erstmals eine hormonfreie, gut verträgliche Pille für den Mann Realität werden.

Noch ist das Präparat nicht zugelassen, und die laufenden Studien müssen erst zeigen, ob es auch beim Menschen zuverlässig wirkt. Doch sollte sich der aktuelle Trend bestätigen, könnte die Verhütung in Zukunft deutlich gerechter verteilt werden.

Nach über 60 Jahren wäre das – so könnte man sagen – ein ziemlich überfälliger Schritt.

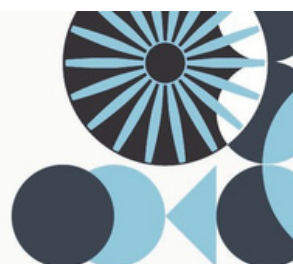
Text: Claudia Ernst

Fotos: Canva



IHR BÜRO-
ARBEITSPLATZ
IM HERZEN
VON EUPEN

Rathausplatz 5 • Eupen
Tel.: 0475 832 143 • ra5.be





Unsere diesjährige Studienreise führt uns nach Franken in das Gebiet zwischen den Städten Bamberg, Nürnberg, Coburg, Bayreuth und Regensburg. Eine Region die nicht nur beeindruckenden Bauwerke und malerische Altstädte bietet, sondern auch spannende Einblicke in Gesellschaft, Kunst und Alltagsleben vergangener Jahrhunderte erlaubt. Jede Stadt erzählt ihre eigene Geschichte – manchmal laut und prunkvoll, manchmal leise und im Verborgenen.

Bamberg - Frauengeschichten einer Stadt

Die Geschichte Bamberg ist auch die Geschichte seiner Frauen. Ein Rundgang zeigt die unterschiedlichen Lebenswelten von Bürgerinnen, Handwerkerinnen, als „Hexen“ verfolgten Frauen und adeligen Stifterinnen. Selbst Symbolfiguren wie das „Bamberger Apfelweibla“ stehen für diese oft verborgene, aber prägende weibliche Perspektive.

Bayreuth - Glanz des Barock

Höhepunkt ist das Markgräfliches Opernhaus Bayreuth (1744–1748), seit 2012 UNESCO-Welterbe und einzigartiges barockes Hoftheater. Bauherrin war Wilhelmine von Bayreuth; den prunkvollen Innenraum schuf Giuseppe Galli Bibiena. Nach 1753 entstand zudem das Neue Schloss Bayreuth, das ebenfalls ihre künstlerische Handschrift trägt.

Vierzehnheiligen - Wallfahrt und Barock

Die Basilika Vierzehnheiligen ist eine bedeutende barocke Wallfahrtskirche, den Vierzehn Nothelfern geweiht und für ihr lichtdurchflutetes Innere bekannt.

Coburg - Wiege eines Königshauses

Coburg ist Ursprung der Dynastie Sachsen-Coburg und Gotha und damit auch des belgischen Königshauses. Die Altstadt spiegelt die Bedeutung des 19. Jahrhunderts wider.

Forchheim - Fachwerk und fränkische Idylle

Forchheim besticht durch restaurierte Fachwerkhäuser und das malerische Viertel „Klein Venedig“. Enge Gassen und historische Plätze vermitteln fränkische Stadttradition.

Regensburg - 2000 Jahre Geschichte

Die Altstadt von Regensburg mit Regensburger Dom, Steinerne Brücke, Porta Praetoria und Altes Rathaus Regensburg zeugt vom Reichtum der Handelsstadt. Eine Strudelrundfahrt auf der Donau startet nahe der Historischen Wurstkuchl und führt entlang der geschichtsträchtigen Ufer.

Nürnberg - Spielzeugträume und Technikgeschichte

Das Spielzeugmuseum Nürnberg zeigt Puppenstuben, Eisenbahnen und Dampfmaschinen und verdeutlicht den Zusammenhang von Spielzeug, Technik und Gesellschaft.

Die Reise durch Franken verbindet Architektur, Geschichte und Kultur – und macht regionale Identität in ihrer ganzen Vielfalt erlebbar.

Haben Sie Lust auf eine abwechslungsreiche Reise in eine der schönsten Regionen Deutschlands, dann begleiten Sie uns nach Franken!

Im Reisepreis inbegriffen sind folgende Leistungen:

- die Busfahrt im komfortablen Reisebus
- 4 Übernachtungen im 3*-Hotel mit Halbpension
- vom ersten bis zum vierten Tag jeweils ein Mittagsimbiss
- Ganztägige Reiseleitung an allen Tagen, alle im Programm aufgeführten Besichtigungen, Führungen und Eintritte

Preis pro Person:

790 € im Doppelzimmer
850 € im Einzelzimmer
+ 50 € für nicht Mitfrauen

Anmeldung & Infos:

www.frauenliga.be

info@frauenliga.be

087 / 55 54 18



DO IT YOURSELF
**HANDWERKSWISSEN KOMPAKT
FÜR FRAUEN IN 2 MODULEN**
10/10/2026 + 17/10/2026



Entspannt
durch die *Menopause*

HERBST 2026
ST. VITH



Mehr Infos und Anmeldung:
www.frauenliga.be
info@frauenliga.be
087 / 55 54 18



Programm

Infos und Anmeldung:

info@frauenliga.be / +32 (0) 87 / 55 54 18

Termine, Details und neue Kursangebote werden immer zeitnah auf unserer Homepage und auf Social Media veröffentlicht!

Wir sind die Erde - Ökofeministische Kämpfe für ein besseres Leben

Filmreihe (Rathausplatz 5):

04.05.26 - 19.00 Uhr

Gegen den Strom

28.05.2026 - 19.00 Uhr

Ni les femmes ni la terre + Women against the bomb

Workshop

06.06.2026 - 10.00 bis 16.00 Uhr

Ökofeministisches Engagement gemeinsam erforschen

Klarahaus, Hufengasse 2 A

Handwerkswissen kompakt für Frauen in 2 Modulen

10.10.2026 + 17.10.2026

Anmeldung bereits möglich:

www.frauenliga.be

info@frauenliga.be

087 / 55 54 18

Herbst 2026

Themenabende - Entspannt durch die Menopause in St. Vith

HAUS DER FAMILIE

Patronagestr. 27 A, 4720 Kelmis

Infos: Tel. 087 78 88 02;

info@haus-der-familie.be

Kinderhort:

Ihr braucht mal eine Pause oder habt Termine und möchtet Eure Kleinen gut betreut wissen? Euer Kind braucht Zeit, um sich einzugewöhnen, und Ihr möchtet gerne dabei bleiben? Ihr möchtet Euch in entspannter Atmosphäre mit anderen Eltern austauschen? Dann seid Ihr bei uns im Haus der Familie genau richtig! Wir kombinieren ab sofort unseren Kinderhort mit dem Eltern-Kind Treff, so dass Ihr frei entscheiden könnt, ob Ihr dabei bleiben oder Euer Kind in unsere Betreuung geben möchtet.

Mo., Di., Mi., Do.,: 08:30 – 12:30 Uhr

3,50 € pro Betreuung für Geringverdiener mit Nachweis des ÖSHZ oder BIM Status

4.50 € für alle anderen

System 10er Karte: 30 € – mit Nachweis des ÖSHZ oder BIM Status

40 € für alle anderen

Alter der Kinder: 4 Monate bis 6 Jahre

Hausaufgabenbetreuung:

Kelmis: montags, dienstags, donnerstags, freitags 15.30 bis 16.30 Uhr und 16.30 bis 17.30 Uhr

Hergenrath: montags, dienstags, donnerstags, 15.00 bis 16.30 Uhr

Programm "Kindertraum":

Eine Vielfalt an künstlerischen, naturbezogenen, kulturellen und pädagogischen Aktivitäten zur kreativen Entwicklung, Stärkung des Selbstbewusstseins und Verbesserung der Bildungschancen.

Mittwochs 14.00 - 16.00 Uhr, sowie Ausflüge an Samstagen. Aktuelles Programm auf www.haus-der-familie.be

**Kochabend im Haus der Familie
06.06.2026 - 18.00 Uhr**

Gesund und günstig

Gemeinsam kochen wir einfache, gesunde und preiswerte Gerichte. Im Mittelpunkt stehen vegetarische Rezepte und die ayurvedische Küche – eine Ernährungsweise aus Indien, die auf ausgewogene, frische Zutaten und bekömmliche Gewürze setzt. Lecker und alltagstauglich. Unkostenbeitrag: 12.50 € pro Person

Informationen und Anmeldung:
Haus der Familie
Patronagestraße 27 A, 4720 Kelmis
087 / 78 88 02
info@haus-der-familie.de
www.haus-der-familie.be

FERIENANGEBOTE

Themenbezogene Ferienwochen mit Betreuung und Aktivitäten von 08:30 - 16:30 Uhr.

Für Kinder von 2,5 bis 12 Jahre.

13.04. - 17.04.2026 Osterlager

13.07. - 17.07.2026 + 17.08. - 21.08.2026 Sommercamp

02.11. - 08.11.2026 Herbstlager

FRAUENGRUPPEN

Eupen: im Viertelhaus Cardijn

Frauenerzählcafé mittwochs 09.30 - 11.30 Uhr

Kelmis: im Haus der Familie

Sprachencafé Kelmis mittwochs 09.00 - 11.00 Uhr

Herbstblumen, jeden 4. Mittwoch im Monat, 18.30 - 21.30 Uhr

Verantwortliche: Elly Savelsberg-Generet

Flotte 60er, jeden 2. Dienstag im Monat, 19.00 - 22.00 Uhr

Verantwortliche: Anne Marie Braun

Dolce Vita, jeden 3. Mittwoch im Monat, 19.00 - 22.00 Uhr

Verantwortliche: Chantal Aussems und Jeanine Extra

St. Vith: im Patchwork

Von Frau zu Frau, mittwochs von 09.30 - 11.30 Uhr

Lokalgruppe

Verantwortliche: Rita Manz: 0470 / 24 52 18

SPRACHKURSE:**Englisch Kurs:**

Ihr habt mal Englisch gelernt, aber keine Gelegenheit, es zu sprechen? Hierfür bieten wir Euch unseren Englisch Konversationskurs.

Mittwochs, 18:00 – 19:30 Uhr

Niveau: Fortgeschrittene

Ort: Haus der Familie – Kelmis

**Gesundheitshelfer**

Er erleichtert den Zugang zur Gesundheitsversorgung für alle! Er informiert, begleitet und unterstützt in sämtlichen Fragen rund um die Gesundheitsversorgung. Die Sprechstunde findet jeden ersten Freitag im Monat von 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr statt und wird von Olivier De Rycke von der Community Health Workers geleitet.

Anmeldungen erfolgen bitte bis spätestens einen Tag zuvor per E-Mail oder Telefon im Haus der Familie: info@haus-der-familie.be - 087 / 78 88 02

Soziojuristische Beratung zum Aufenthaltsrecht

Soziojuristische Beratung zum Aufenthaltsrecht.

Die Beratung bietet Informationen und persönliche Unterstützung zu allen Fragen des belgischen Aufenthaltsrechts.

Die Beratung wird von Info-Integration des Belgischen Roten Kreuz angeboten. Nur nach Terminvereinbarung:

an jedem 2. und 4. Donnerstag im Monat, 10:00 bis 12:00 Uhr

Terminvergabe: : +32 (0) 87 76 59 71 oder info-integration@roteskreuz.be

KARRIEREBERATUNG & COACHING FÜR FRAUEN

Du möchtest dich beruflich weiterentwickeln, neu orientieren oder stehst gerade vor einer schwierigen Situation im Job? Wir begleiten dich individuell und auf Augenhöhe. Gemeinsam erarbeiten wir klare Strategien, die zu dir und deinem Lebensweg passen – damit du deine Ziele selbstbewusst erreichen und Hindernisse überwinden kannst.

Unsere erfahrenen Coachinnen arbeiten mit anerkannten, zertifizierten Methoden und schaffen einen geschützten Raum, in dem du deine nächsten Schritte in deinem Tempo entwickeln kannst.

Einzelcoaching: nach Terminvereinbarung

Preise:

- Mitfrauen: 45 €
- Andere: 60 €
- (jeweils für 1,5 Stunden)

Neu ab September!**Englisch School: Zeichnen und Sprechen (8-10 Jahre)**

In diesem kreativen Kurs lernen Kinder spielerisch Englisch durch Kunst, Dialoge und interaktive Aufgaben. Sie entwickeln sprachliche Grundlagen, stärken ihr Selbstvertrauen und bringen ihre Ideen zeichnerisch und mündlich zum Ausdruck. Teamarbeit, Kreativität und Fantasie stehen dabei im Mittelpunkt.

Wann: mittwochs, 16:30–17:30 Uhr

Ort: Patronagestraße 27, Kelmis

Preis: 70 € pro Monat

Anmeldung & Infos: Tel. +32 470 12 07 20

Anmeldungen zu allen Veranstaltungen, Workshops und Reisen:

www.frauenliga.be

info@frauenliga.be

087 / 55 54 18



für Kinder zwischen 6 und 12 Jahre

taucht ein in die Welt der Schokolade



09.05.2026

Besuch des Schokoladenmuseums Darcis in Verviers

ab 14.05.2026

jeden Mittwoch bis Ende Juni - Ateliers rund um Schokolade

Jetzt zur neuen Staffel
anmelden!



Haus der Familie
Patronagestraße 27 A, 4720 Kelmis
087 / 78 88 02
info@haus-der-familie.de
www.haus-der-familie.be



bürgerfonds
ostbelgien.




**KIDS-SUMMER
CAMP**
IM HAUS DER FAMILIE



**JETZT
ANMELDEN!**

**13/07/26 - 17/07/26
+
17/08/26 - 21/08/26**



Ostbelgien Mit Unterstützung der Dienstleistungs-Gemeinschaft Belgien

Informationen und Anmeldung:
Haus der Familie
Patronagestraße 27 A, 4720 Kelmis
087 / 78 88 02
info@haus-der-familie.de
www.haus-der-familie.be

Für Kinder von
2,5 - 12 Jahre
Preis: 75 €
Geschwisterkind: 65 €



KONTAKTDATEN

Frauenliga/Vie Féminine VoG
Rathausplatz 5 / 4 - 4700 Eupen
Tel.: +32 (0) 87 55 54 18
E-Mail: info@frauenliga.be
www.frauenliga.be
Unternehmensnummer:
0457.760.816

BANKVERBINDUNG

IBAN: BE04 7360 5497 6331
BIC: KREDBEBB

Ostbelgien 