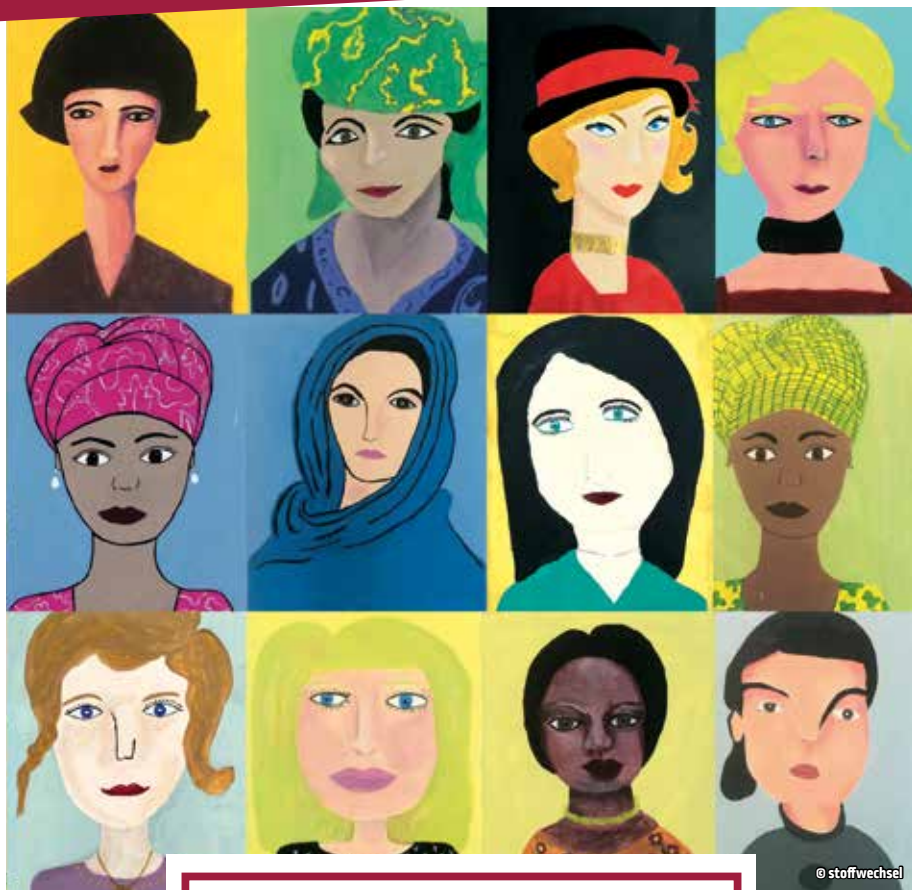


Großer Frauen-Info-Tag | 07. März 2026 | 11:00 bis 16:00 Uhr | Volme Galerie Hagen



INTERNATIONALER
Frauentag
2026

AKTIONEN | VERANSTALTUNGEN | FILME

vom 26.02. bis 23.04.2026
in Hagen

Das aktuelle Programm



Demokratie braucht SIE – SIE braucht Demokratie

Der Internationale Frauentag am 8. März ist seit mehr als einem Jahrhundert ein Tag des Innehaltens, des Sichtbarmachens und des gemeinsamen Handelns. Er erinnert uns daran, dass Gleichberechtigung keine Selbstverständlichkeit ist, sondern jeden Tag neu erkämpft, verteidigt und gestaltet werden muss. Auch in Hagen nehmen wir diesen Tag zum Anlass, um auf bestehende Ungerechtigkeiten aufmerksam zu machen, Haltung zu zeigen und miteinander ins Gespräch zu kommen.

Das diesjährige Hagener Motto **„Demokratie braucht SIE – SIE braucht Demokratie“** bringt dabei einen zentralen Zusammenhang auf den Punkt. Eine lebendige Demokratie lebt von der gleichberechtigten Teilhabe aller Menschen. Frauen bringen ihre Perspektiven, Erfahrungen und Kompetenzen tagtäglich in unsere Stadtgesellschaft ein – im Beruf, in Familien, im Ehrenamt, in Wirtschaft, Verwaltung, Politik und Zivilgesellschaft. Gleichzeitig wissen wir, dass Frauen nach wie vor strukturelle Benachteiligungen erleben: bei Einkommen und Karrierechancen, in der Vereinbarkeit von Familie und Beruf oder bei politischer Repräsentanz. Darüber hinaus sind sie häufiger von Gewalt und Diskriminierung betroffen. Eine Demokratie, die diesen Ungleichheiten nicht entschlossen entgegentritt, bleibt unvollständig.

Gerade in Zeiten gesellschaftlicher Umbrüche, zunehmender Polarisierung und wachsender Unsicherheiten ist es wichtiger denn je, die Rechte von Frauen zu stärken und ihre Stimmen hörbar zu machen. Demokratie braucht engagierte Frauen – und Frauen brauchen eine Demokratie, die sie schützt, fördert und ernst nimmt. Denn Gleichstellung geht am Ende uns alle etwas an.

Das Hagener Frauen Netzwerk (HFN), koordiniert durch die Gleichstellungsstelle der Stadt Hagen, leistet hierzu seit vielen Jahren

wertvolle Arbeit. Mit dem Frauen-Info-Tag in der Volme Galerie und den zahlreichen begleitenden Veranstaltungen rund um den Internationalen Frauentag schaffen die beteiligten Organisationen Räume für Information, Austausch, Vernetzung und gegenseitige Stärkung. Sie machen auf unterschiedliche Lebensrealitäten aufmerksam, geben Impulse und ermutigen Frauen und Mädchen, ihre eigenen Wege selbstbewusst zu gehen. Sie sind Anlaufstelle für Betroffene, Interessierte und Engagierte und setzen sich für das gemeinsame Ziel ein, Menschen in ihrer Vielfalt, Individualität und Einzigartigkeit wertzuschätzen und geschlechtliche Identität, soziale Herkunft, ethnische Zugehörigkeit, Religion und Alter von Frauen, Mädchen, nicht-binären sowie trans* Menschen zu respektieren.

Als Oberbürgermeister unserer Stadt und Schirmherr des Frauen-Info-Tages ist es mir ein persönliches Anliegen, das Thema Gleichstellung weiter voranzubringen und die Arbeit der vielen haupt- und ehrenamtlich Engagierten zu unterstützen. Ich lade Sie herzlich ein, die Angebote zum Internationalen Frauentag zu nutzen, miteinander ins Gespräch zu kommen und gemeinsam Zeichen für Gleichberechtigung, Respekt und demokratische Teilhabe zu setzen. Ich wünsche allen Veranstaltungen anlässlich des Internationalen Frauentages ein gutes Gelingen und Ihnen anregende Begegnungen, neue Impulse und stärkende Erfahrungen.

Hagen, im Februar 2026



Dennis Rehbein
Oberbürgermeister



Frauen-Info-Tag

Demokratie braucht SIE – SIE braucht Demokratie



Samstag, 07. März 2026
11:00 bis 16:00 Uhr



Aktionsfläche Volme Galerie
und Ladenlokale
Friedrich-Ebert-Platz 3 | 58095 Hagen



kostenlos



Snacks von der Hellenisch Orthodoxen Mission Deutschlands e.V.

Das Hagener Frauen Netzwerk stellt sich in seiner Vielfältigkeit vor. Durch zahlreiche Infomaterialien gewähren die aktiven Hagener Netzwerker*innen Einblicke in ihre Arbeit und ihr soziales Engagement und regen zu Gesprächen an.

Das Hagener Frauen Netzwerk freut sich auf spannende und informative Begegnungen und lädt Sie herzlich ein, dabei zu sein.

Rahmenprogramm:

Begrüßung:

Dennis Rehbein, Oberbürgermeister der Stadt Hagen und Schirmherr des Frauen-Info-Tages.

Im Anschluss:

*Kreative Mitmach-Aktionen für die Besucher*innen.*

Für Getränke und Snacks sorgt die Hellenisch Orthodoxe Mission Deutschlands e.V. gegen Spende.

Musikalische Beiträge der Max-Reger-Musikschule Hagen.

*Demokratie braucht SIE –
SIE braucht Demokratie.*



Folgende Veranstalter*innen sind mit einem Informationsstand am Frauen-Info-Tag am Samstag, 07.03.2026 von 11:00 bis 16:00 Uhr und/oder einer Veranstaltung zum Internationalen Frauentag vertreten:

- Agentur für Arbeit Hagen
- agentur mark GmbH
- AllerWeltHaus Hagen e.V.
- Amnesty International Gruppe Hagen
- AWO-Beratungsstelle für Schwangerschafts-probleme und Familienplanung
- AWO-Integrationsagentur UB Hagen-Märkischer Kreis
- AWO-Suchtberatung UB Hagen-Märkischer Kreis
- Autorin Dr. Birgit Ebbert
- BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN Kreisverband Hagen
- Caritasverband Hagen e.V.
- Caritasverband Hagen - Integrationsagentur
- CDA (CDU)
- CDU - Frauen Union Hagen
- DER PARITÄTISCHE - Förderverein für soziale Arbeit Ennepe-Ruhr/Hagen e.V. - Beratungsstelle für hörgeschädigte und gehörlose Menschen in Hagen
- DGB-Frauen Hagen
- Diakonie Mark Ruhr gGmbH
- donum vitae Hagen e.V.
- Emil Schumacher Museum
- Evangelische Frauenhilfe Bezirksverband Hagen
- Evangelische Frauenbildung Hagen
- FernUniversität Hagen
- Frauen helfen Frauen Hagen e.V.
- Frauenverband Courage e.V.
- Freiwilligenzentrale Hagen
- Gleichstellungsbeauftragte des Wirtschaftsbetriebes Hagen - WBH
- Gleichstellungsstelle der Stadt Hagen
- Hagen ist BUNT e.V. - Das soziale Küchenstudio
- Hagener Heimatbund e.V.
- Hagener Bloggerin Minzi Aysel
- Hellenisch Orthodoxe Mission Deutschlands e.V.
- Jobcenter Hagen
- Katholische Frauengemeinschaft Deutschlands
- Kino Babylon im Kulturzentrum Pelmke
- Kommunale Drogenhilfe der Stadt Hagen
- Kulturzentrum Pelmke
- Künstlerin Waltraud Schroll
- Künstler Nuri Irak
- Max-Reger-Musikschule
- NAWID NRW
- Omas gegen Rechts
- Perspektiv gGmbH
- Polizei Hagen - Opferschutz
- prisma Bildungsplattform e.V.
- Raum und Perspektive - Systemisches Coaching und Weiterbildung
- Rat am Ring
- Rathaus Apotheke Dr. Fehske
- SichtWeise - Evangelische Beratungsstelle
- Soroptimist International Club Hagen
- Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Hagen - SKF
- SPD - Arbeitsgemeinschaft der sozialdemokratischen Frauen
- Stadtbücherei Hagen
- Synergy e.V.
- Thalia Buchhandlung Hagen
- Volkshochschule Hagen - VHS
- Volme Galerie
- VOLME Kulturforum e.V. Hagen
- WildWasser Hagen e.V. - Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt
- ZONTA Club Hagen Area
- ZWAR Frauengruppe

Veranstalter*innen: Hagener Frauen Netzwerk

Theaterabend „Salomé – Who?“

26 Donnerstag, 26. Februar 2026
18:00 Uhr

📍 Museumsplatz 1 | 58095 Hagen

€ kostenlos

i Anmeldung unter info@esmh.de
oder ☎ **02331 3060066**

Jung, schön, zum Objekt der Begierde gemacht: Salomé. Oscar Wilde gab ihr eine Stimme, Roswitha Lüder eine Gestalt – sinnlich, stark, selbstbestimmt. Zwischen Lüders farbgewaltigen Lithografien entfaltet sich ein intensives Zweipersonenstück mit Johanna Polley und Camilla Pölzer, das Macht, Begehren und weibliche Selbstermächtigung neu befragt. Sylvie Niemann führt Regie und war beratend als Dramaturgin beteiligt. Die Schauspielerinnen begegnen der Figur Salomé auf radikal zeitgenössische Weise – zwischen Text, Bewegung und Bild.

Veranstalter*innen:
Emil Schumacher Museum, Hagen



Weltgebetstag für Frauen aller (!) Konfessionen
...Kommt! Bringt eure Last.

6 Freitag 06. März 2026
Uhrzeiten bitte der Tagespresse entnehmen

📍 Bitte der Tagespresse entnehmen

€ kostenlos

Der Weltgebetstag wird in über 120 Ländern in ökumenischen Gottesdiensten jeweils am ersten Freitag im März begangen. Die Weltgebetstags-Ordnung für dieses Jahr haben Frauen unterschiedlicher christlicher Konfessionen aus Nigeria in Westafrika geschrieben. Viele nigerianische Frauen müssen ein Leben voller Lasten stemmen – Armut, Gewalt gegen Frauen, bewaffnete Konflikte, terroristische Überfälle, mangelnde Gleichberechtigung, große Sorge um die Kinder. All das bewältigen sie im Glauben und im Vertrauen auf Gott, jeden Tag beginnen sie neu „with the Grace of God“, in der Gnade und unter dem Schutz Gottes. Auch uns laden sie ein „schwere Lasten Jesus zu Füßen zu legen und in seiner Verheißung Ruhe zu finden“.

Veranstalter*innen:
Evangelische Frauenhilfe Bezirksverband Hagen, Katholische Frauengemeinschaft Deutschlands Bezirk Hagen

Frauenfrühstück in „Luthers Waschsalon“



06 Freitag, 6. März 2026 | 10:00 Uhr

Luthers Waschsalon
Körnerstraße 75 | 58095 Hagen

kostenlos

Veranstalter*innen:
DGB-Frauen Hagen

Frauen in Kunst und Kultur: „Die Malerin im Birkenwald“

Lesung aus dem Roman „Die Malerin im Birkenwald“ mit der Bochumer Autorin Dr. Birgit Poppe

*Musikalische Umrahmung durch
Musiker*innen der Max-Reger-Musikschule*

06 Freitag, 06. März 2026 | 19:00 Uhr

Stadtbücherei Hagen
Springe 1 | 58095 Hagen

kostenlos

Ella will Künstlerin werden. Als Frau von der Düsseldorfer Kunstakademie ausgeschlossen, begibt sie sich zum Malen in das Künstlerdorf Worpswede. Paula Modersohn-Becker wird ihr großes Vorbild. Kunst oder Konvention? Sicherheit oder freie Leben? Ella muss eine Entscheidung treffen.

Veranstalter*innen:
Stadtbücherei in Kooperation
mit der Max-Reger-Musikschule



Frauen-Info-Tag

Demokratie braucht SIE
SIE braucht Demokratie

07 Samstag, 07. März 2026
11:00 bis 16:00 Uhr

Aktionsfläche Volme Galerie
und Ladenlokale
Friedrich-Ebert-Platz 3
58095 Hagen

kostenlos

Snacks von der Hellenisch
Orthodoxen Mission Deutschlands e.V.

Informationsstand mit offenem Mikrofon

07 Samstag, 07. März 2025
11:00 bis 16:00 Uhr

Auf dem Friedrich-Ebert-Platz 3
58095 Hagen
(vor der Volme Galerie)

kostenlos

Wir sagen NEIN zu Krieg und Faschismus,
wir sagen JA zum Leben!
Kundgebung mit offenem Mikrofon, Info-
ständen, Kaffee und Kuchen vor der Volme
Galerie auf dem Friedrich-Ebert-Platz.

Veranstalter*innen:
Frauenverband Courage e.V.

Frauen-Info-Tag

DGB Matinée in der Pelmke - Brunch und Kabarett

08 Sonntag, 08. März 2026
10:00 Uhr Brunch gegen Spende
11:45 Uhr Begrüßung
12:00 Uhr Kabarett (MaDamm)

Kulturzentrum Pelmke
Pelmkestraße 14 | 58089 Hagen

Eintritt frei.
Es werden Spenden für das Frauenhaus
Hagen gesammelt.

Bitte beachten: Es ist eine
ausdrückliche Anmeldung jeweils für den
Brunch und für die Matinée notwendig.
Die Anmeldungen für den Brunch sind auf
50 Personen begrenzt, für die
Matinée auf 100. Kostenlose Eintritts-
karten für beides sind beim DGB erhältlich,
solange der Vorrat reicht: hagen@dgb.de
oder ☎ 0 23 31 - 38 60 40.



MaDamm:

Trübe Tassen im Klarspülprogramm. Gegen Kalkablagerungen und Kaputismus. Musikkabarett mit den Kabarettistinnen Victoria Wiese und Rita Zimmermann. Auch chromblitzende Hochleistungskaffeemaschinen können eklige braune Brühe produzieren. Und die bleibt, auch wenn sie Schlückchen für Schlückchen aus trüben Tassen getrunken wird, ungenießbar ekelig. So viele arbeiten an einer lebenswerten Gegenwart und Zukunft, aber wir lassen uns von Kaputismus und Miserabilismus beeindrucken, verfallen in Angststarre oder panische Erregungszustände. Mit Trübsinn und Teelbeutelsprüchen verhindern wir nicht den gigantischen globalen Polterabend der Kerle. Zwei Schritte vor, einen zurück. Tri Tra Trullala! Her mit dem Zaubertrank der Punk Punk Punk Pensionistas, dem Mutmix von Miraculix, der Superwoman Softpower, witziger Zitronensäure und weiser Essigessenz. Holen wir das den Frauen zugeschriebene Care und Kehren aus dem Dornröschenschlaf. Stellen wir endlich Sorge und Sorgfalt für alle auf den ihnen gebührenden gesellschaftlichen Ehrenplatz mit der entsprechenden Entlohnung. Und wenn Sie irgendwo einen Leoparden sehen, egal ob lebendig oder aus Eisen und Stahl, nehmen Sie sofort Reißaus!

www.frauenkabarett.de

Veranstalter*innen:
DGB-Frauen Hagen



Stadtrundgang auf den Spuren vergessener Frauen in Hagen

08 Sonntag, 08. März 2026 | 11:00 Uhr

📍 Treffpunkt: Rathausurm
Friedrich-Ebert-Platz | 58095 Hagen

€ kostenlos

i Anmeldung über www.vhs-hagen.de
Telefon 02331 207-3622. Kurs-Nr.: 1437

Zum Internationalen Frauentag bietet die VHS einen besonderen Stadtrundgang an, der nicht nur für Frauen interessant ist. Auch in Hagen haben sich Frauen in die Geschicke der Stadt eingemischt. Viele der Aktivitäten sind heute kaum bekannt, weil Geschichte bekanntlich oft von Männern geschrieben wurde und Frauen erst im 20. Jahrhundert öffentlich aktiv sein durften. In Hagen waren das nicht nur Milly Steger, Eva Niestrath-Berger und Liselotte Funcke. Die Hagener Autorin Dr. Birgit Ebbert hat sich auf die Spuren engagierter Frauen wie Agnes Hilda von Hymmen und Auguste Elbers, Else Blauel und Minna Hartig, Anna Oeventrop und andere geheftet. Bei dem ca. 60-minütigen Rundgang durch die Innenstadt erzählt sie bei den Orten, die mit den Frauen verbunden sind, von ihren Entdeckungen.

Veranstalter*innen:
VHS Hagen

Öffentliche Führung „Informelle Intervention“

08 Sonntag, 08. März 2026 | 12:15 Uhr

📍 Emil Schumacher Museum
Museumsquartier Hagen
Museumsplatz 1 | 58095 Hagen

€ Museumseintritt zzgl. 5 € Führungsentgelt

Die Intervention nähert sich der Frage nach der heutigen Sichtbarkeit von Künstlerinnen anhand exemplarischer Positionen: Miriam Cahn, Sandra Vásquez de la Horra, Fatia Pindra und Aneta Kajzer. Ihre Werke sind bewusst an unterschiedlichen Stellen in die Sammlungspräsentation eingeschrieben – zwischen Arbeiten von Emil Schumacher, Cy Twombly, K. O. Götz, Norbert Kricke und weiteren männlichen Künstlern des Umfelds. Dadurch entstehen Reibungsflächen: Die zeitgenössischen Positionen durchbrechen Blickordnungen, verschieben Perspektiven und laden ein, ihre künstlerischen Handschriften im Verhältnis zur historischen Kunstauffassung zu entdecken. Damit greift das Museum den Diskurs um weibliche Positionen in der Kunst bis in die heutige Gegenwart hinein auf und setzt ihn im Dialog mit der historischen Avantgarde fort.

Veranstalter*innen:
Emil Schumacher Museum, Hagen

Kinofilm Es gibt so schöne Frauenfilme! Lasst euch überraschen!

08 Sonntag, 08. März 2026 | 17:30 Uhr

📍 Kino Babylon Kulturzentrum Pelmke
Pelmkestraße 14 | 58095 Hagen

€ 8,50 € | 6,50 € ermäßigt

Veranstalter*innen:
Frauen helfen Frauen e.V. in Kooperation mit
Kino Babylon

„Mein Körper, meine Sexualität, meine Rechte und ich!“

Ein Workshop für Frauen* mit Behinderung, zu den Themen: Körperwissen, Sexualität, Rechte und Identität.

06 Montag, 09. März 2026
09:30 bis 14:30 Uhr

📍 WildWasser Hagen e.V. - Fachstelle
gegen sexualisierte Gewalt
Eugen-Richter-Str. 46 | 58089 Hagen

€ 5,00 €

i Unser Raum ist leider nicht barrierefrei, Eingang und Toilette sind jeweils über zwei Stufen zu erreichen. Auf Nachfrage senden wir Fotos zur Räumlichkeit, damit eine Teilnahme besser eingeschätzt werden kann.

Viele Frauen* haben Fragen und Unsicherheiten zu dem, was unter SEXUALITÄT verstanden wird. Manchmal sind es fehlende Kenntnisse oder aber Mythen, die verunsichern, in anderen Fällen sind es Schamgefühle, die es uns erschweren, Antworten zu erhalten. Wir möchten uns in gemütlicher und geschützter Atmosphäre mit tollen Materialien, Übungen und Gesprächen den Themen Weiblichkeit, Sexualität und Rechte nähern. Auch Fragen, die mitgebracht werden, möchten wir aufgreifen, zum Beispiel: Was ist eigentlich Sex und wie geht das? Muss ich alles machen, was mein Freund/meine Partnerin will? Was genau bedeutet lesbisch, schwul, heterosexuell eigentlich?

Veranstalter*innen:
WildWasser Hagen e.V. - Fachstelle gegen
sexualisierte Gewalt

Offene Sprechstunde

Zurück in den Beruf - gewusst wie
Für Mütter und Väter, die den
Wiedereinstieg in den Beruf planen

10 Dienstag, 10. März 2026
09:00 bis 12:00 Uhr

📍 Jobfuture
Graf-von-Galen-Ring 18 | 58095 Hagen

€ kostenlos

i Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Einmal raus aus dem Beruf und das war's? Nein, der berufliche Wiedereinstieg kann gelingen und bietet eine Chance, den eigenen Berufsweg zu überdenken und neu auszurichten. Viele Frauen, aber auch Männer steigen in ihrem Leben zeitweise aus der Berufstätigkeit aus. In den meisten Fällen übernehmen sie in der Zeit Familienverantwortung. Aber auch eine Kündigung, Krankheit, Pflege von Angehörigen oder ein Ortswechsel können zu einer Berufsunterbrechung führen. In dieser Zeit haben sie neue Seiten an sich kennengelernt und neue Erfahrungen gesammelt, die auch oft beruflich genutzt werden können. Nehmen Sie sich Zeit, um dies herauszufinden. Gut geplant ist halb gewonnen! Die Agentur für Arbeit Hagen und das Jobcenter Hagen helfen Ihnen dabei, Antworten auf diese Überlegungen zu finden und stehen Ihnen auf dem Weg zu Ihrem beruflichen Wiedereinstieg mit Beratung zur Seite. Wir freuen uns auf Sie!

Veranstalter*innen:
Agentur für Arbeit Hagen und Jobcenter Hagen

Wann:
Dienstag, 10. März 2026
von 9 – 12 Uhr

Wo:
JobFuture
Graf-von-Galen-Ring 18
58095 Hagen

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich!

Zurück in den Beruf - gewusst wie

Einladung zur Offenen Sprechstunde für Mütter und Väter, die den Wiedereinstieg in den Beruf planen.

Einmal raus aus dem Beruf und das war's? Nein, der berufliche Wiedereinstieg kann gelingen und bietet eine Chance, den eigenen Berufsweg zu überdenken und neu auszurichten. Wir zeigen Ihnen wie.

Rundgang: Kaffee, Cafés und Emanzipation

12 Donnerstag, 12. März 2026
16:00 bis 18:00 Uhr

Max-Reger-Musikschule | Elbershallen
Dödterstr. 10 | 58095 Hagen

€ kostenlos

Das Thema Kaffee kann auf sehr unterschiedliche Arten und Weisen betrachtet werden. Bei diesem Spaziergang wird er sowohl unter lokalhistorischen als auch unter emanzipatorischen Gesichtspunkten beleuchtet. Wo waren früher die wichtigsten und bekanntesten Hagener Cafés in der Innenstadt? Gab es Röstereien in Hagen – wenn ja, wo waren sie? Welche Rolle haben sie als Frauentreffpunkte gespielt (im Gegensatz zu den Kneipen, die für Frauen früher eher tabu waren)? Wann gab es die ersten Eiscafé? Wie hat sich die Café-Szene im Verlauf der vergangenen Jahre gewandelt? Die Tour mit Claudia und Michael Eckhoff (AllerWeltHaus bzw. Hagener Heimatbund) endet am AllerWeltHaus, wo fair gehandelter Kaffee eine wichtige Rolle spielt. Auch das hat viel mit Frauen und Geschlechtergerechtigkeit zu tun.

Veranstalter*innen:

AllerWeltHaus Hagen und
Hagener Heimatbund e.V.

Training „Starkes Ich: Weibliche Kraft und innere Ressourcen“

13 Freitag, 13. März 2026
15:00 bis 19:30 Uhr

Märkischer Ring 120 | 58095 Hagen

€ kostenlos

i Anmeldung erforderlich unter:
kontakt@synergy-hagen.de
Das Training wird auf Ukrainisch
durchgeführt.

Dieses Training ist ein Raum, in dem wir über weibliche Stärke, innere Widerstandskraft und das Vertrauen in die eigene Kraft sprechen.

Ziel des Trainings:

Frauen dabei zu unterstützen, ihre inneren Ressourcen zu entdecken, ihr Selbstwertgefühl zu stärken und das Gefühl von Selbstvertrauen und eigener Bedeutung wiederzufinden. Durch Kunsttherapie, Körperübungen und inspirierende Geschichten von Frauen, die Herausforderungen gemeistert und daraus neue Stärke geschöpft haben, werden die Teilnehmerinnen spüren, wie in ihnen die Energie des Lebens, der Kreativität und des Glaubens an sich selbst erwacht.

Leitung: Alikha Chekhovska –
praktizierende Psychologin,
Sexologin und Expertin für
Verhaltensanalyse. Seit 2023
unterstützt sie ukrainische
Frauen in Deutschland und
arbeitet in der Praxis von
Dr. Weber in Wuppertal.



Veranstalter*innen:
Synergy e.V.

Selbstfürsorge durch klare Grenzen Impulsvortrag, Vermittlung von Hintergrundwissen und Techniken, anschließender Austausch, exklusiv für Frauen

18 Dienstag, 17. März 2026
18:30 bis 20:30 Uhr

Café Zum Buntspecht
Lange Str. 98 | 58089 Hagen

€ kostenlos

i Um Anmeldung wird gebeten:
kontakt@raumundperspektive.de

Grenzen setzen ist eine grundlegende Fähigkeit im Rahmen der Selbstfürsorge und Notwendigkeit, um sich im Alltag vor Überlastung zu schützen. Gleichzeitig ist das Setzen von Grenzen häufig schwierig und von Unsicherheiten begleitet. Auf der Arbeit ist Dir wieder die meiste Arbeit aufgebrummt worden, der Verabredung mit Freunden hast Du nicht abgesagt obwohl Du Dich heute gar nicht danach fühlst. Den Spruch des Arbeitskollegen fandest Du nicht besonders witzig und der Mann vom Nachbartisch stört Eure Runde und merkt es nicht. Die Aufteilung der gemeinsamen Aufgaben Eurer Familie zwischen Dir und Deinem Partner wünschst Du Dir in Zukunft anders... Das Setzen von Grenzen ist ein hoch individuelles, emotionales und gesellschaftliches Thema. Was ist erlaubt, was angemessen, welche Beziehung braucht welchen Tonfall? Wo genau ist es mir eigentlich zu viel und was hält mich davon ab, häufiger für mich und andere einzustehen? An diesem Abend werden wir uns die grundlegende psychologische Basis zum Grenzen setzen anschauen und ich gebe Einblick in alltagsnahe Techniken, die Dich im Umgang mit schwierigen Emotionen und Gesprächen stärken können. Im Anschluss gehen wir in einen offenen Austausch über Erfahrungen, Stolpersteine und hilfreiche Verhaltensweisen.

Veranstalter*innen:

Clio Peters, Raum und Perspektive –
Systemisches Coaching und Weiterbildung

Tischgespräche Interkulturelles Frauenfrühstück

18 Samstag, 21. März
10:00 bis 12:00 Uhr

AllerWeltHaus Hagen e.V.
(im ehemaligen Café Mundial)
Potthofstr. 22 | 58095 Hagen

€ kostenlos

i Anmeldung erforderlich unter:
bueyuekburc@caritas-hagen.de
und **anna.stenz@allerwelthaus.org**

Es wird darum gebeten, etwas zum Frühstück beizusteuern (z.B. eine landestypische Speise, Käse, Obst, Gemüse, etc.). Für Getränke wird gesorgt.

Das Frühstück findet im Rahmen der Internationalen Wochen gegen Rassismus statt, die in diesem Jahr unter dem Motto „100% Menschenwürde. Zusammen gegen Rassismus und Rechtsextremismus“ stehen.

Es soll ein zwangloser Raum sein – zum Austauschen, Kennenlernen und gemeinsamen Lachen. Bei Kaffee, Tee und hoffentlich vielen Leckereien können wir über das sprechen, was uns bewegt und vielleicht gemeinsame Wege entdecken.

Wir würden uns sehr freuen, wenn Sie etwas für Sie Typisches zum Frühstück beisteuern könnten – ganz wie es Ihnen passt: etwas Süßes, Herzhaftes oder einfach das, was Sie gerne teilen möchten.

Außerdem freuen wir uns über künstlerisch-kreative Beiträge, gerne auch passend zum Thema „Menschenwürde“. Wenn Sie ein Gedicht, ein Lied oder ähnliches vortragen wollten, freuen wir uns sehr!

Save the date: Das nächste Frauenfrühstück findet am 27.06.2026 statt! Infos darüber erhalten Sie über die Veranstalter*innen.

Veranstalter*innen:

AllerWeltHaus Hagen e.V. und
Caritasverband Hagen e.V.

Plakatausstellung „Gemeinsam gegen Sexismus“ des gleichnamigen Bündnisses

18 25.03.–08.05.2026
Öffnungszeiten:
Montag: 10:00 bis 16:00 Uhr
Dienstag–Donnerstag:
10:00 bis 18:00 Uhr
Freitag: 10:00 bis 14:00 Uhr

Universitätsbibliothek der
FernUniversität in Hagen
Gebäude 6
Universitätsstraße 23 | 58097 Hagen

Es fallen keine Teilnahme-
oder Eintrittskosten an.

Sexismus ist manchmal leicht zu erkennen,
oft begegnet er uns jedoch erst auf den
zweiten oder dritten Blick. Er ist im Alltag
vieler Menschen, in den Medien und in
gesellschaftlichen Debatten präsent. Doch was
bedeutet Sexismus eigentlich, welche Ursachen
hat er – und wie lässt er sich erkennen?

Die Ausstellung möchte hierzu aufklären und zur
Auseinandersetzung mit dem Thema anregen.
Der Auftakt der Ausstellung wird durch einen
Online-Vortrag begleitet (Anmeldedaten folgen).
Die Ausstellung endet mit einer Veranstaltung,
in deren Rahmen die FernUniversität Hagen
dem Bündnis „Gemeinsam gegen Sexismus“
offiziell beitrifft.

Veranstalter*innen:

Gleichstellungsstelle der
FernUniversität in Hagen in Kooperation
mit der Universitätsbibliothek

KLANG der FRAUENKRAFT

28 Samstag, 28. März 2026 | 18:00 Uhr

Evangelische Familienbildung Hagen
Eppenhauser Straße 152 | 58093 Hagen

3,00 €

Anmeldung erforderlich unter:
kontakt@synergy-hagen.de

Diesen Abend widmen wir der Stärke, dem
Talent und der Meisterschaft ukrainischer
Frauen und laden Sie herzlich ein, Kunst und
Kreativität mit uns zu genießen und ukrainische
Spezialitäten zu schmecken. Seit dem Anfang
des Russlands Angriffskriegs gegen die Ukraine
waren viele ukrainische Frauen gezwungen,
die Ukraine zu verlassen und in Deutschland
ein neues Leben zu beginnen. Trotz aller
Herausforderungen entwickeln sie sich weiter
und entfalten sich in Kunst, unterrichten und
unterstützen andere, indem sie ihre Kultur
bewahren und in die deutsche Gesellschaft
integrieren. Die ukrainischen Musikerinnen
und Lehrerinnen der Max-Reger-Musikschule –
Nina Suslova (Geige), Anna Khomenko (Gitarre)
und Yevheniia Ilina (Klavier) – präsentieren ein
Konzertprogramm mit Werken ukrainischer
und deutscher Klassiker, moderner Musik und
ukrainischer Folklore. Die Stücke beleuchten
das Thema der Frau als Quelle von Kraft, Kampf,
Liebe und Kreativität. Nach dem Konzert können
die Besucher*innen ukrainische Leckereien
gegen eine symbolische Spende probieren und
Kunsthandwerke, hergestellt von ukrainischen
Frauen, erwerben. Die Veranstaltung soll die
Vielseitigkeit ukrainischer Frauen zeigen – ihre
Fähigkeit, zu schaffen und Brücken zwischen
Kulturen zu bauen. Die gesammelten Spenden
werden zur Unterstützung der kulturellen,
künstlerischen und informativen Aktivitäten
des ukrainischen Frauennetzwerks Synergy e.V.
verwendet.

Veranstalter*innen:

Evangelische Familienbildung Hagen in
Kooperation mit Synergy e.V.

Frauen-Bowlingturnier

1 01. April 2026 | 16:45 bis 18:00 Uhr

Bowling Room Hagen
Dödterstraße 10 | 58095 Hagen

kostenlos

Anmeldung erforderlich per E-Mail an
Ehrenamt@prisma-bp.de

Ein fröhlicher Bowling-Abend für Frauen, um
in entspannter Atmosphäre neue Kontakte zu
knüpfen, gemeinsam zu lachen und den All-
tagsstress hinter sich zu lassen. Alle Frauen sind
herzlich willkommen – egal ob Anfängerin oder
Profi!

Veranstalter*innen:

prisma Bildungsplattform e.V.

Internationaler Frauentag 08. März 2027 – Fotoprojekt zum Mitmachen

Hagen ist lebendig und voller verschiedener
Lebensentwürfe. Doch wer sind die Frauen,
die hier leben, arbeiten und träumen? Für
das Fotoprojekt „Heimat gesucht. Frauen
gefunden.“ suchen wir Frauen, die Lust
haben, sich in einem authentischen Port-
rät fotografieren zu lassen und ihre Ge-
schichte zu erzählen.

Die Fotos sollen im Rahmen des Internationalen
Frauentags 2027 in einer Ausstellung veröffent-
licht werden.

Wen wir suchen?

- Frauen jeden Alters (ab 18 Jahren)
- Frauen mit und ohne Zuwanderungsgeschichte
- Frauen aus allen Lebensbereichen,
Kulturen und Berufen



- **Wichtig:** Du musst kein Model sein. Es geht
um authentische Menschen mit einer
natürlichen Ausstrahlung!

Du hast Interesse oder noch Fragen?

Dann kontaktiere uns: Integrationsagentur des
Caritasverbandes Hagen e.V.: Anna Büyükbürc;
bueyuekbürc@caritas-hagen.de oder
AllerWeltHaus Hagen e.V.: Anna Stenz;
Anna.stenz@allerwelthaus.org

Kleiner Stadtpaziergang: Textilgeschichte(n) zwischen Emilienplatz und Springe

23 Donnerstag, 23. April 2026
16:00 bis 18:00 Uhr

Emilienplatz/Ecke Mollstraße
(Finanzamt) | 58095 Hagen

kostenlos

Anmeldung erforderlich unter:
☎ 02331 20736 22 oder unter
www.vhs-hagen.de

Fast in Vergessenheit geraten ist die Tatsache,
dass die Textilbranche früher eine beachtliche
Bedeutung im Tal der Volme hatte. Dies ist vor
allem mit zwei Familien verknüpft: Moll (seit
der Mitte des 18. Jahrhunderts) und Elbers (seit
den 1820er-Jahren). Dass die Molls, Zuwanderer
aus dem Bergischen Land („Sie sind über die
Wupper gegangen“), viele Spuren hinterlassen
haben, ist heute vor allem noch an mehreren
Straßennamen ablesbar. Der Emilienplatz bei-
spielsweise ist nach Emilie Moll benannt. Noch
wesentlich präsenter ist das Wirken der Familie
Elbers etwa durch die ehemalige Fabrikanlage,
die an sie erinnert. Bei dieser kleinen „Wande-
rung“ mit Stadtheimatspfleger Michael Eckhoff
(Vorsitzender Hagener Heimatbund e.V.) wird
die textile Vergangenheit im Volmetal unter die
Lupe genommen.

Veranstalter*innen:

AllerWeltHaus Hagen,
Hagener Heimatbund e.V. und VHS Hagen

VERANSTALTER*INNEN



Unser besonderer Dank gilt den
Firmen Glas Hess und BackWerk



Koordination:
Gleichstellungsstelle der Stadt Hagen



Herausgeberin:
Hagen – Stadt der FernUniversität
Gleichstellungsstelle der Stadt Hagen
Rathausstraße 11 | 58095 Hagen
Tel. 02331 207-26 85 und -26 88
E-Mail: gleichstellungsstelle@stadt-hagen.de

Druck und Gestaltung:
Hagen - Stadt der FernUniversität
Hausdruckerei
Rathausstraße 11 | 58095 Hagen

Impressionen aus 2025

