



Gleichstellungsstellen
im Kreis Wesel

Internationaler Frauentag

8. März 2021

Literatur- und
Filmempfehlungen

zusammen
stark



INHALTSVERZEICHNIS



4 Biografisches

6 Gesellschaft

10 Gesundheit

12 Liebe und Beziehung

14 Beruf und Finanzen

16 Romane



22 Filme

30 Dokumentationen

Impressum

Gleichstellungsstellen im Kreis Wesel

Cover:
Kerstin Hampel,
Mediengestalterin
Stadt Wesel

Gestaltung:
Jacqueline Rittershaus
Stadt Moers
Gleichstellungsbeauftragte
Rathausplatz 1
47441 Moers
02841-201 333

Stand: Februar 2021

Liebe Frauen,

die besten Wünsche zum Internationalen Frauentag 2021!

„Zusammen stark“ ist unser Motto für diesen bedeutenden Welttag 2021.

„Zusammen stark“ steht für Zusammengehörigkeit. In den letzten 100 Jahren haben wir Frauen zusammen sehr viel erreichen können. 2020 zeigte sich jedoch bei einer „Zeitreise namens Corona“, wie schnell Frauen zurück in ihre traditionellen Rollen versetzt werden können.

Deshalb ist es wichtig, dass wir auch die nächsten 100 Jahre ins Visier nehmen, um die Errungenschaften der Vergangenheit zu festigen und die Umsetzung des gesetzlichen Anspruchs aus Artikel 3 Absatz 2 des Grundgesetzes „Frauen und Männer sind gleichberechtigt“ weiter einzufordern.

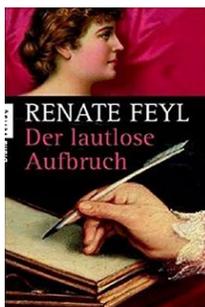
Der Internationale Frauentag erinnert uns daran, was wir Frauen zusammen bisher erreicht haben und was wir gemeinsam noch erreichen können. Deshalb wollen wir ihn, gerade auch in diesen schwierigen Zeiten, mit Ihnen feiern – natürlich coronakonform. Aus diesem Grund haben wir für Sie eine Broschüre zusammengestellt, die spannende, ergreifende, aber auch humorvolle Literatur- und Filmempfehlungen von, über und für Frauen beinhaltet.

Hier finden Sie alles für Ihren persönlichen und individuellen Frauentag.

Lassen Sie sich also inspirieren und feiern Sie gemeinsam mit uns den Internationalen Frauentag 2021.

Ihre Gleichstellungsbeauftragten im Kreis Wesel

BIOGRAFISCHES



DER LAUTLOSE AUFBRUCH

Renate Feyl

Die Autorin erzählt von den Frauen, die nicht gewillt waren, ihr Leben in der ihnen zugedachten Rolle, in Einfachheit und Unterordnung zu verbringen. Allen, von Maria Sibylle Merian bis Lise Meitner, ist gemeinsam, dass sie sich durch wissenschaftliche Leistungen einen Platz in der Geschichte sicherten.



DIE DREI LEBEN DER HANNAH ARENDT

Ken Krimstein

Hannah Arendt ist die wahrscheinlich wichtigste Denkerin des 20. Jahrhunderts. Ken Krimstein hat ihr Leben und Denken jetzt in einer Graphic Novel kondensiert und dabei ganz nebenbei eine hervorragende und unterhaltsame Einführung in Arendts Philosophie und Politische Theorie geschaffen.



EINE ZIERDE IN IHREM HAUSE

Asta Scheib

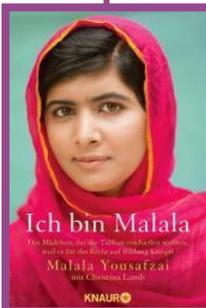
Otilie von Faber(-Castell) ist sechzehn Jahre alt, als sie 1893 zur Alleinerbin der Bleistiftfabrik A.W. Faber wird. Die Romanbiographie erzählt die Geschichte einer ungewöhnlichen Frau, die gegen alle gesellschaftlichen Zwänge um die Freiheit kämpft, ihr eigenes Leben zu leben.



GRENZENLOS: MEIN LEBEN ALS ÄRTZIN IN KRIEG UND FRIEDEN

Vera Kühne

Eine junge Ärztin berichtet engagiert von ihren Hilfseinsätzen in verschiedenen Krisengebieten. Stationen sind Haiti, Afghanistan, Sudan. Schwierigkeiten und Pannen vor Ort wechseln dabei mit durchaus beglückenden Erlebnissen und Begegnungen. Ihr kurzweilig erzählter Bericht schildert eine zupackende, flexible und für fremde Kulturen aufgeschlossene Frau, die einen eigenen ungewöhnlichen Weg geht.



ICH BIN MALALA

Malala Yousafzai

Die fünfzehnjährige Malala wurde am 9. Oktober 2012 auf ihrem Schulweg von pakistanischen Taliban-Kämpfern niedergeschossen, weil sie sich den Schulbesuch nicht verbieten ließ. Bis heute setzt sie sich für Kinderrechte, insbesondere der Mädchen, ein.



DIE GESCHICHTE DER FRAU

Feridun Zaimoglu

Was wäre, wenn die Geschichte der Menschheit von Frauen erzählt worden wäre? Der Autor unternimmt einen Versuch aus der Perspektive zehn sehr unterschiedlicher Frauen wie z. B. Antigone, Zipporah, die Frau des Propheten Moses, die von allen Nibelungen betrogene Brunhild, eine Revolutionärin von 1948 u.a.m.

GESELLSCHAFT

ES GEHT NUR GEMEINSAM!

Jutta Allmendinger

Die Berliner Soziologin hat ein neues Buch geschrieben, das sich mit Kampf um mehr Geschlechtergerechtigkeit beschäftigt. Sie greift darin auch auf Entwicklungen in ihrer eigenen Biografie zurück.



„ICH HABE NICHTS GEGEN FRAUEN, DU SCHLAMPE!“ Mit Liebe gegen Hasskommentare

Sarah Bosetti

Die Kolumnistin bekommt fast täglich Hasskommentare und nutzt diese als kreatives Rohmaterial. In diesem Buch sammelt sie die schlimmsten Kommentare, macht aus ihnen pointierte, charmante Liebesgedichte – und setzt damit ein kluges, scharfzüngiges und sehr unterhaltsames Zeichen gegen den Hass in unserer Gesellschaft.



ALICE IM NIEMANDSLAND Wie die deutsche Frauenbewegung die Frauen verlor

Miriam Gebhardt

Inzwischen scheint der deutsche Feminismus zusammengeschrumpft auf eine Medienfigur - Alice Schwarzer. Kaum eine junge Frau will sich heute noch Feministin nennen, obwohl Deutschland bei der Verwirklichung der Gleichberechtigung in vielen Bereichen Schlusslicht ist. Höchste Zeit für die Frauenbewegung also, sich neuen Themen und neuen Persönlichkeiten zuzuwenden.



DAS ANDERE GESCHLECHT

Simone de Beauvoir

Die universelle Standortbestimmung der Frau, die aus jahrtausendealter Abhängigkeit von männlicher Vorherrschaft ausgebrochen ist, hat nichts an Gültigkeit eingebüßt. Die Scharfsichtigkeit der grundlegenden Analyse tritt in der Neuübersetzung noch deutlicher hervor.

UNTENRUM FREI

Margarete Stokowski

Die Autorin erzählt, wie es ist, als Mädchen in Deutschland aufzuwachsen. Sie schreibt von unzulänglichem Aufklärungsunterricht, von Gewalterlebnissen, von Sex und von Liebe und zeigt: Noch immer besteht mit Blick auf die Geschlechtergerechtigkeit eine kollektive Schiefelage.



ALTE WEISSE MÄNNER Ein Schlichtungsversuch

Sophie Passmann

Die Autorin interviewt einflussreiche Männer aus Politik, Wissenschaft, Funk und Fernsehen, um ihre Meinung und Haltung zu Macht, Privilegien, Feminismus, Quoten und Sexismus zu erfahren. Gut lesbares Buch, das feministische Themen auf unterhaltsame Weise nahebringt.

GESELLSCHAFT



SPRACHE UND SEIN

Kübra Gümüşay

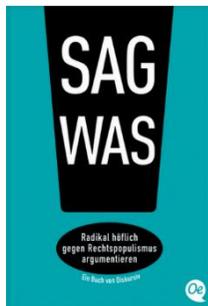
In ihrem ersten Buch geht die Autorin der Frage nach, wie Sprache unser Denken prägt und unsere Politik bestimmt. Sie zeigt, wie Menschen als Individuen unsichtbar werden, wenn sie immer als Teil einer Gruppe gesehen werden und sich nur als solche äußern dürfen. Dieses Buch folgt einer Sehnsucht: nach einer Sprache, die Menschen nicht auf Kategorien reduziert. Nach einem Sprechen, das sie in ihrem Facettenreichtum existieren lässt.

SAG WAS!

Philip Stefan

Rechtspopulismus nimmt immer mehr zu. Doch wie identifiziert man rechtes Gedanken-gut und vor allem:

Wie geht man damit um? Diesen Fragen widmet sich der hoch gelobte junge Verein „Tadelverpflichtet! e.V.“ mit seiner Bildungsinitiative "diskursiv", die dieses praxisnahe Band mit Gesprächstaktiken, Tipps und Lösungsvorschlägen herausbringt.



SPRICH ES AN!

Philip Stefan und Tobias Galke

Sprache ist wichtig! WIE du etwas sagst, bestimmt WAS du sagst. Dieses

Buch hilft dir, rechtspopulistische Sprache zu erkennen und ihre Wirkung zu verstehen. Alltagsnahe Beispiele zeigen dir, wie du schwierige Situationen richtig einschätzen und radikal höflich reagieren kannst und wie es dir gelingt, Sprache konstruktiv zum Thema zu machen.

SO SEHEN SIEGERINNEN AUS

Konflikte meistern durch Balance, Haltung und Selbstvertrauen

Katrin Klewitz

Auseinandersetzungen gehören im Leben einfach dazu. Die Frage ist also: Wie reagieren wir souverän und selbstbewusst auf Angriffe und Provokationen und gehen gewinnbringend damit um? Von weiblichen Archetypen können wir uns jede Menge anschauen und so unsere eigenen Kräfte entdecken. Mit dem Heldenmut der Ritterin und der Nervenstärke der Schützin kann jede Frau Konfliktsituationen entspannt meistern und so ihre Ziele erreichen.



WEIBLICH, LEDIG, GLÜCKLICH – SUCHT NICHT

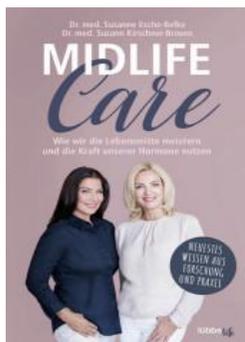
Eine Streitschrift
Gunda Windmüller

Über die Kunst, glücklich single zu sein – ein Debattenbuch mit hohem Identifikationspotential. Ein leidenschaftliches Plädoyer für ein Umdenken unseres Bildes von der bemitleidenswerten Singlefrau. «Was macht die Liebe? Hast du schon mal Online-Dating probiert?» Das ist gut gemeint, es schwingt aber immer mit: Was stimmt nicht mit dir? Die wichtigere Frage lautet jedoch: Was stimmt nicht mit einer Gesellschaft, in der allen Scheidungsstatistiken zum Trotz die dauerhafte Partnerschaft nach wie vor als Nonplusultra gilt.

DAS WEIBLICHE GEHIRN

Dr. Lisa Mosconi

Länger leben, besser schlafen, Demenz vorbeugen – wie Frauen gesund bleiben. Frauen leiden häufiger als Männer an Migräne, Depressionen, Schlaganfällen – und doppelt so oft an Alzheimer. Woran liegt das? Wie unterscheidet sich das weibliche vom männlichen Gehirn? Die Neurowissenschaftlerin und Ärztin Lisa Mosconi weiß, wie wenig bisher über das weibliche Gehirn geforscht wurde und welche Folgen dies für die Gesundheit von Frauen hat. Dieses Buch zeigt, was Frauen für die Gesundheit ihres Gehirns und ihres Körpers tun können, um schwere Erkrankungen zu vermeiden und dauerhaftes Wohlbefinden zu erlangen.



MIDLIFE-CARE Wie wir die Lebensmitte meistern und die Kraft unserer Hormone nutzen

Susanne Esche-Belke und Suzann Kirschner-Broun

Hormongesteuert? Klar! In der Lebensmitte bringen uns Östrogene, Progesteron und Co. ganz schön aus dem Takt – und viel zu oft wird dieses Ungleichgewicht nicht richtig diagnostiziert, geschweige denn behandelt. Dabei stellen sich Hormonveränderungen bereits mit Anfang 40 ein, wenn die Periode meist noch treue Begleiterin ist. In dieser Perimenopause können depressive Verstimmungen, Gewichtszunahme und andere Symptome das Leben schwermachen. Auch während der eigentlichen Menopause werden viele Frauen nur ungenügend begleitet. Die Autorinnen stellen wirksame Strategien vor, um diese Phasen gesund und glücklich zu gestalten.

VIVA LA VAGINA!

Nina Brochmann und Ellen Støkken Dahl

Die jungen Ärztinnen erklären in diesem Buch direkt, unverkrampft und mit dem nötigen Fachwissen alles über die entscheidenden Themen: die Klitoris - nur die Spitze des Eisbergs; PMS - das Potentielle Mordsyndrom oder mögliche Sorgen im Intimbereich.



EBBE UND BLUT

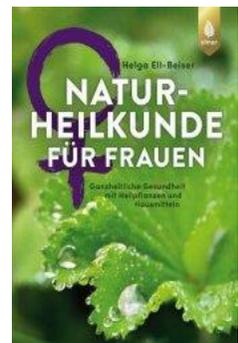
Eva Wunsch und Luisa Stömer,

Die Autorinnen nehmen kein Blatt vor den Mund. Sie erklären den weiblichen Zyklus mit viel Fachwissen und ohne falsche Scham.

NATURHEILKUNDE FÜR FRAUEN

Helga Ell-Beiser

Dieses Standardwerk zur ganzheitlichen Frauenheilkunde gibt Rat zu allen wichtigen Krankheiten und Beschwerden, von der Pubertät bis in die Wechseljahre.



LIEBE UND BEZIEHUNG



WIE MAN MIT MÄNNERN SPRICHT

Nicole Stange

Nicht nur Männern gegenüber sind die hier erläuterten Basisregeln guter Kommunikation zielführend für ein befriedigendes Miteinander. Die Autorin ist Coach und vermittelt zunächst die Bedeutung eines stabilen Selbstwertgefühls und von Selbstfürsorge, einer eigenverantwortlichen Pflege persönlicher Zufriedenheit für eine stärkende Beziehungskommunikation. Die sollte ohne Forderungen, Nörgeln, Kritik, Vorwürfe und Schuldzuweisungen auskommen, denn Druck erzeugt einzig Gegendruck.

DIE FRAU FÜRS LEBEN IST NICHT DAS MÄDCHEN FÜR ALLES

Laura Fröhlich

Die mentale Last, an alle Angelegenheiten denken zu müssen, die Fürsorgetätigkeiten und Familienorganisation betreffen, müssen in der Regel die Frauen tragen. Besonders sie leiden unter diesem Dauerstress. Die Autorin zeigt Lösungsansätze für eine gerechtere Aufgabenverteilung.



*Digitale Veranstaltung am
5. März mit Laura Fröhlich
Anmeldung über die VHS
Moers Kamp-Lintfort*



LUSTLOS

Michele Weiner Davis

Männliche Unlust ist ein gut gehütetes Sexgeheimnis. Zahlreiche Frauen hadern mit sich und ihrer sexlosen Beziehung, überzeugt davon, selbst schuld am mangelnden Interesse ihres Partners zu sein. Die Autorin gibt den Leserinnen zahlreiche Ratschläge an die Hand, wie sie Zärtlichkeit und Körperlichkeit zurück in die Beziehung bringen können.

DAS GEHEIMNIS DER FRAUEN

Elisa Brune und Yves Ferroul

Wer etwas über den weiblichen Orgasmus wissen will, findet in diesem Buch Antworten von Frauen. Freimütig berichten sie in einer Internetstudie über ihre Erfahrungen, Wünsche und Fantasien. Zusammen mit den Ergebnissen dieser Studie wird alles Wissenswerte aus der aktuellen Forschung zum Thema präsentiert. Ein umfassender Blick ins Universum weiblicher Lust!



DER LETZTE SCHEIßKERL

Roman Maria Koidl

Unterhaltsame Warnung vor "Mangelmännern": Auf eine Typologie übler Aufreißer folgen Beschreibungen von 4 männlichen Grundtypen sowie 4 Angsttypen und wie sich mit ihnen auskommen lässt, bzw. wann frau sie auslassen sollte.

BERUF UND FINANZEN

KÖRPERSPRACHE FÜR FRAUEN

Cornelia Topf

Die Erfolgs-Trainerin ermuntert das angeblich schwache Geschlecht, dem eigenen Auftritt mehr Power zu verleihen. Denn nur, wer aufhört, sich selbst klein zu machen, sich zu verstecken und mit gesenktem Blick durchs Leben zu gehen, kann auch beruflich Erfolge einheimsen.



DER WEIBLICHE WEG ZUM ERFOLG

Stephanie Ekrod

Die Autorin erläutert klar und durchstrukturiert vier unbewusste Fallen, die Frauen den Weg zum Erfolg versperren. Dabei meint "Erfolg" nicht zwingend "Karriere", sondern ein Lebensgefühl: "Morgens aufstehen und sich wirklich darauf freuen, was kommt". Mit Übungen zur Selbstreflexion.



ÜBERZEUGUNGSTÄTERIN

Susanne Westphal

Klar, direkt und fordernd — wer so kommuniziert, ist deshalb noch lange nicht unhöflich. Kommt aber definitiv weiter, vor allem beruflich. Wer immer nur nett zu allen Mitmenschen ist und von allen gemocht werden will, wird möglicherweise unterschätzt oder übersehen, wenn spannende Projekte verteilt werden.



MADAME MONEYPENNY

Natascha Wegelin

In ihrem Buch trägt die Finanzbloggerin Tipps und Tricks zusammen, mithilfe derer sich jede Frau ihre ganz persönliche Spar- und Investitionsstrategie erarbeiten kann, und baut dabei ganz nebenbei Hemmungen und Scheu ab, sich mit Anlagen und Aktien zu beschäftigen. Denn finanzielle Abhängigkeit ist ein enormes Risiko, vor dem sich jede Frau einfach schützen kann.



EIN MANN IST KEINE ALTERSVORSORGE

Helma Sick und Renate Schmidt

Die Autorinnen rufen die Frauen auf, die Notwendigkeit ihrer finanziellen Unabhängigkeit zu erkennen und entsprechend zu handeln. Und sie benennen, was Politik und Wirtschaft verändern müssen, damit Frauen Familie und Beruf besser vereinbaren können.

FINANZPLANER FRAUEN

Isabell Pohlmann

Geld bedeutet Unabhängigkeit. Auch heute noch verfügen Frauen meist über weniger Einkommen als Männer. Viele von ihnen arbeiten zudem Teilzeit. Das sorgt dafür, dass viele Frauen weniger finanzielle Spielräume haben. Die Einkommensunterschiede im Berufsleben haben ihre Folgen auch im Alter, denn wer heute weniger verdient, hat im Alter weniger Rente. Dieser Ratgeber zeigt, wie Frauen ihren finanziellen Spielraum vergrößern können.



ROMANE



DER TAG, AN DEM ICH MEINE MUTTER WURDE

Nicole Zepter

Vom Einfluss der Mutter-Tochter-Beziehung auf Verhaltensmuster, Partnerwahl und Bindungsverhalten und welche untergründigen familiären "Anpassungscodes" dazu führten, dass sich im Leben der Töchter so vieles aus dem Leben der Mütter wiederholt.

ABER TÖCHTER SIND WIR FÜR IMMER

Christiane Wünsche

Dieser Roman lässt uns die Bande spüren, die uns alle mit unseren Familien und unserem Zuhause verbinden. Schon lange haben sich die drei Schwestern Johanna, Heike und Britta nicht mehr gesehen. Zu verschiedenen sind sie, zu weit entfernt voneinander leben sie, zu groß ist das Unbehagen, irgendwie. Jetzt treffen sie sich wieder in ihrem Elternhaus am Bahndamm, inmitten der weiten Felder am Niederrhein.



CLUB DER TÖCHTER

Natasha Fennell

Neun Frauen treffen sich als "Club der Töchter", als Selbsthilfegruppe, die gemeinsam nach Wegen suchen will, das Verhältnis zu den Müttern zu verbessern. Jede erzählt die Geschichte ihrer Mutter-Tochter-Beziehung. Haarsträubende, traurige, urkomische, berührende Geschichten kommen zu Tage.



TANTE MARTL

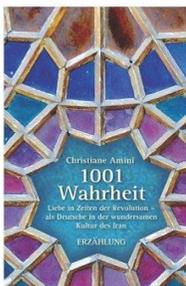
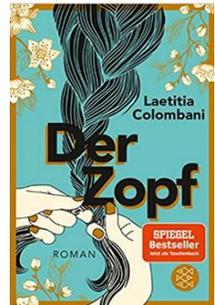
Ursula März

Ein faszinierendes Frauenleben in Nachkriegszeit und Wirtschaftswunder. Tante Martl hat ihren Vater schon bei der Geburt enttäuscht, denn als dritte Tochter hätte sie endlich ein Martin sein sollen. Wie es kommt, dass sie ihn bis ans Ende seines Lebens versorgt und doch eigenständig bleibt, erzählt dieser Roman aus der Perspektive ihrer Nichte. Es ist die berührende Geschichte einer selbstlosen und eigensinnigen Frau und das Porträt einer ganzen Generation.

DER ZOPF

Laetitia Colombani

Drei Frauen, drei Leben, drei Kontinente – dieselbe Sehnsucht nach Freiheit. Die Lebenswege von Smita, Giulia und Sarah könnten unterschiedlicher nicht sein. Ergreifend und kunstvoll flicht Laetitia Colombani aus den drei außergewöhnlichen Geschichten einen prachtvollen Zopf.



1001 WAHRHEIT Liebe in Zeiten der Revolution - als Deutsche in der wundersamen Kultur des Iran

Christiane Amini

Die junge Modedesignerin Christiane Amini verliebt sich in ihrer Heimatstadt Hamburg in einen persischen Studenten. 1975 folgt sie ihm in den Iran und wird seine Ehefrau. Dort erlebt sie in kurzer Folge drei Epochen: Kaiserzeit, Revolution und Krieg. Sie wird empfangen mit grenzenloser Gastfreundschaft - Jahre später gelingt ihr unter großen Anstrengungen die Flucht.

ROMANE



UNGEZÄHMT

Glennon Doyle

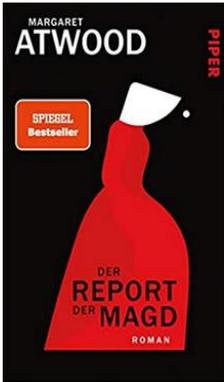
Seit ihrem zehnten Lebensjahr strebt Glennon Doyle danach, gut zu sein: eine gute Tochter, eine gute Freundin, eine gute Ehefrau - so wie die meisten Frauen schon als Mädchen lernen, sich anzupassen. Doch statt sie glücklich zu machen, hinterlässt dieses Streben zunehmend ein Gefühl von Müdigkeit, Über- und Unterforderung. Glennon - erfolgreiche Bestsellerautorin, verheiratet, Mutter von drei Kindern - droht, sich selbst zu verlieren. Bis sie sich eines Tages Hals über Kopf in eine Frau verliebt - und endlich beschließt, ihr Leben selbst in die Hand zu nehmen.

PROBLEMZONEN

Ildikó von Kürthy

Klagen. Lachen. Klüger werden. Und dann gemeinsam weiterziehen durch die Problemzonen unseres Lebens. Hier geht es um Sehnsucht und Schokolade. Um die Liebe und ihr Ende, um Freundschaft, Feindschaft, Eltern und nackte Oberarme. „Problemzonen“ versammelt die besten „Brigitte“-Kolumnen von Ildikó von Kürthy. Amüsant, scharfsinnig, todernst und lebendig, neurotisch und dramatisch. Dieses Buch ist ein Reiseführer in die Krisengebiete des Alltags. Texte zum Unterhaken für Frauen, die über sich selbst lachen und mit ihren Freundinnen weinen können.





DER REPORT DER MAGD

Margaret Atwood

Die provozierende Vision eines totalitären Staats, in dem Frauen keine Rechte haben: Die Magd Desfred besitzt etwas, was ihr alle Machthaber, Wächter und Spione nicht nehmen können, nämlich ihre Hoffnung auf ein Entkommen, auf Liebe, auf Leben ... Margaret Atwoods "Report der Magd" ist ein beunruhigendes und vielschichtiges Meisterwerk, das längst zum Kultbuch avanciert ist.

DEUTSCHES HAUS

Annette Hess

Frankfurt 1963. Eva, gelernte Dolmetscherin und jüngste Tochter der Wirtsleute Bruhns, steht kurz vor ihrer Verlobung. Unvorhergesehen wird sie gebeten, bei einem Prozess die Zeugenaussagen zu übersetzen. Ihre Eltern sind, wie ihr zukünftiger Verlobter, dagegen: Es ist der erste Auschwitz-Prozess, der in der Stadt gerade vorbereitet wird. Eva, die noch nie etwas von diesem Ort gehört hat, folgt ihrem Gefühl und widersetzt sich ihrer Familie. Sie nimmt die Herausforderung an, ohne zu ahnen, dass dieser Jahrhundertprozess nicht nur das Land, sondern auch ihr eigenes Leben unwiderruflich verändern wird.



ROMANE

DIE ZEITENBUMMLERIN

Leonie Faber

Haben Sie auch manchmal das Gefühl, dass die Zeit immer schneller vergeht, je älter Sie werden? Die Journalistin Josefine, 53 Jahre alt und frisch verlassen, soll erfolgreiche Aussteiger für einen Artikel über Entschleunigung interviewen. Sie selbst fühlt sich von ihrem durchgeplanten Alltag zunehmend gehetzt und beschließt spontan, mit dem Rad zu ihren Terminen zu fahren. Die Tour von Berlin über die Ostseeküste bis nach Norwegen wird zum Abenteuer und Extremtrip und belohnt sie schließlich mit etwas ganz Besonderem: der Begegnung mit sich selbst.



BRÜSTE UMSTÄNDEHALBER ABZUGEBEN

Nicole Staudinger

An ihrem 32. Geburtstag stellt die Mutter zweier Kinder einen bösartigen Tumor in ihrer Brust fest. Sie lässt die Leser an ihrem Leben zwischen Beruf, Haushalt, Kindern und Chemotherapie teilhaben und schafft es, ihre Situation mit einem Augenzwinkern zu erzählen.

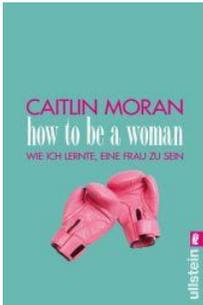


MEINE GENIALE FREUNDIN

Elena Ferrante

Kindheit und Jugend der Freundinnen Lila und Elena im ärmlichen Neapel: Während Elena alle Stationen einer höheren Bildung durchlaufen darf, muss die hochintelligente Lila die Schule früh verlassen. Sie steigt ins väterliche Schuhgeschäft ein und heiratet mit 16... Neapolitanische Saga, Teil 1.





HOW TO BE A WOMAN - WIE ICH LERNT, EINE FRAU ZU SEIN

Caitlin Moran

Es ist verdammt schwer, eine Frau zu sein. Caitlin Moran kann ein Lied davon singen. Als Teenager kämpfte sie mit unförmigen Damenbinden, rostigen Nassrasierern und schlechten Pornos, als Erwachsene scheitert sie grandios am Ideal der modernen Frau. Die ist schön und schlank, hat Kind und Karriere und ist natürlich immer komplett epiliiert. Blödsinn, meint Caitlin Moran. Wir haben die gleichen Rechte wie Männer. Alles, was ein Mann tun kann, darf eine Frau auch. Und gerne mit den Männern zusammen - denn Feminismus ohne Männer ist todlangweilig.



ES WIRD ZEIT

Ildiko von Kürthy

Kurz vor ihrem 50. Geburtstag stellt sich Judith die Frage, ob das jetzt alles gewesen sein soll. Ihre Ehe mit Joachim, die sie aus Vernunft geschlossen hat, ist nicht wirklich glücklich. Ihre Söhne sind aus dem Haus. Dann stirbt ihre Mutter und sie kehrt nach 20 Jahren in ihr Elternhaus zurück. Jetzt steht sie vor der Frage, wo es in ihrem Leben zukünftig hingehen soll. In gewohnt humorvollem Schreibstil schreibt die Autorin über das Leben, den Tod, die Liebe.

FILME



DIE BERUFUNG

Die Geschichte über die us-amerikanische Juristin Ruth Bader Ginsburg, die sich für die gesetzliche Gleichstellung von Männern und Frauen einsetzte und 1993 zur Richterin am Obersten Gerichtshof der USA ernannt wurde.

Mit Felicity Jones, FSK 0, 2018.



DIE VERLEGERIN

Als Katherine Graham in den 1970er Jahren das Familienunternehmen, die Washington Post, übernimmt, wird sie zur ersten Zeitungsverlegerin der USA. Als das Blatt geheime Informationen zu den Pentagon Papers erhält, gerät Katherine in eine Zwickmühle. Die Dokumente erhalten brenzlige Informationen zu Amerikas Rolle im Vietnamkrieg. Katherine zögert, die Story zu bringen, denn sie sorgt sich um die Sicherheit und Zukunft ihrer Mitarbeitenden.

Mit Meryl Streep, FSK 6, 2017.



HIDDEN FIGURES

Die afroamerikanischen Mathematikerinnen Katherine Johnson, Dorothy Vaughan und Mary Jackson arbeiten in den 50er und 60er Jahren bei der NASA: Diese liefert sich mit der Sowjetunion einen Wettlauf um die erste Rakete im All.

In den USA herrscht Rassentrennung und Geschlechtergerechtigkeit existiert nicht. Diesen drei brillanten Frauen ist es zu verdanken, dass John Glens Erdumrundung in einem Raumschiff im Jahr 1962 erfolgreich verläuft.

Mit Taraji P. Henson, FSK 0, 2016.

MARIE CURIE

Die polnische Chemikerin und Physikerin Marie Curie war eine visionäre Pionierin, musste jedoch ihr Leben lang gegen Geschlechterdiskriminierung kämpfen. Die zweifache Nobelpreisträgerin fand jedoch großen Halt und Unterstützung in ihrem Ehemann und Forschungspartner Pierre. Marie Curie entdeckte Polonium und Radium und versuchte, den Wert für die Menschheit zu bestimmen. Allerdings brachte die Radioaktivität auch Gefahren mit sich. Die Gesundheit Marie Curies war bereits stark angeschlagen.

Mit Rosamund Pike, FSK 12, 2019.



FILME

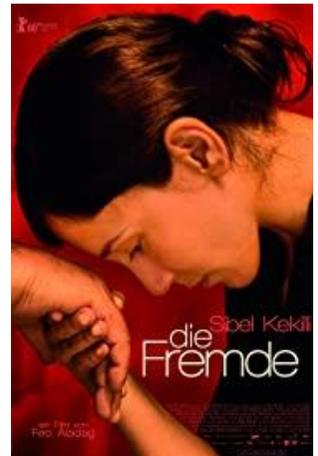


LITTLE WOMEN

Jo, Meg, Amy und Beth sind Schwestern und wachsen Mitte des 19. Jahrhunderts in den Vereinigten Staaten auf. Zu dieser Zeit herrschen starre Geschlechterrollen. Ihr Vater dient im Bürgerkrieg und ihre Mutter kümmert sich um die Familie und arbeitet. Die Schwestern wachsen heran und stellen fest, dass viele Hindernisse auf sie als Frauen warten. Jo will Schriftstellerin werden und sich dem Rollendiktat nicht unterwerfen, während Meg von der Ehe und Amy vom Malen in Paris träumt. FSK 0, 2020.

DIE FREMDE

Die 25-jährige Deutsch-Türkin Umay flüchtet vor ihrem lieblosen Ehemann aus Istanbul zu ihren Eltern nach Berlin. Sie will dort mit ihrem Sohn Cem ein freies Leben führen. Dass sie ihrer Familie damit viel zumutet, ist ihr bewusst. Sie hofft allerdings, dass die Familienbande stärker ist als gesellschaftliche Konventionen. Doch es kommt anders ... Mit Sibel Kekilli, FSK 12, 2010.



DIE GÖTTLICHE ORDNUNG

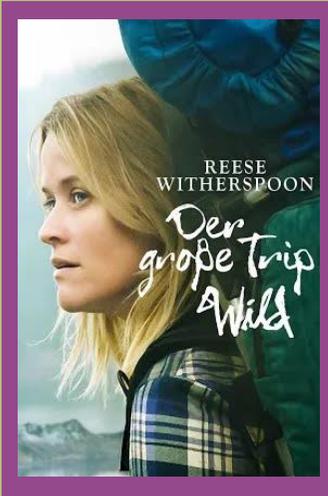
Die junge Hausfrau und Mutter Nora wohnt 1971 mit ihrem Ehemann Hans, ihren zwei Söhnen sowie dem misstrauischen Schwiegervater Gottfried in einem kleinen, friedlichen Dorf im Appenzellerland. Dort, in der Schweizer Idylle, ist fast gar nichts oder nur wenig von den sozialen Umwälzungen auf der Welt zu spüren, die sich seit der 68er-Bewegung ereignen, und auch Noras Leben blieb davon unberührt. Ganz im Gegenteil: Es herrscht die Meinung, Emanzipation sei ein Fluch, eine Sünde der Natur und gegen die göttliche Ordnung. Mit Marie Leuenberger, FSK 6, 2017.



HANNAH ARENDT

Der Film spielt in den Jahren 1960 bis 1964. Die Handlung dreht sich um den sogenannten Eichmann-Prozess, der möglich geworden war, nachdem im Mai 1960 der Mossad den in Argentinien untergetauchten Adolf Eichmann aufgespürt und nach Israel entführt hatte. Hannah Arendt schlägt dem Magazin The New Yorker vor, über den Prozess in Jerusalem zu berichten. Der Herausgeber William Shawn ist begeistert vom Angebot der für politisch-historische Analysen geschätzten Denkerin. Mit Barbara Sukowa, FSK 12, 2012.

FILME



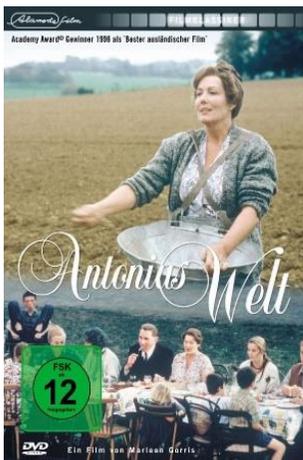
DER GROßE TRIP – WILD

Cheryl Strayed möchte ihre Vergangenheit verarbeiten, indem sie sich auf eine 1600 Kilometer lange Wanderung begibt. Hierfür nimmt sie brütende Hitze, klirrende Kälte und das immense Gewicht ihres Rucksacks in Kauf. Grund für den Selbsterkundungs-Trip ihres Lebens waren verschiedene familiäre Entwicklungen, die ihren Ursprung im frühen Tod der Mutter nahmen und in Heroin-Konsum und der Scheidung von ihrem Ehemann endeten. Wild verbindet Erlebnisse während ihrer Reise mit Rückblicken. Von und mit Reese Witherspoon, FSK 12, 2014.

BOMBSHELL

Gründer und Leiter von Fox News Roger Ailes fördert zwar die Karrieren von Megyn Kelly, Gretchen Carlson und Kayla Pospisil, er sorgt aber auch für eine toxische Arbeitsatmosphäre. Trotz des Machtgebaren des Mediengiganten, der unbesiegbar erscheint, möchten drei Frauen die Praktiken von Ailes nicht mehr länger hinnehmen und ziehen gegen den einstigen Medienberater verschiedener US-Präsidenten ins Feld. Mit Charlize Theron, FSK 12, 2019.





ANTONIAS WELT

Vierzig Jahre bewegtes, ereignisreiches Leben der selbstbewussten, von Männern unabhängigen Antonia, deren Hof zu einem Auffangbecken für Außenseiter und schrullige Individuen wird. Am Tag ihres Todes blickt die ausgebrannte Sterbende zurück und lässt die Erinnerungen an Tochter, Enkelin, Ur-Enkelin und deren selbstbestimmte Entwicklung Revue passieren. FSK 12, 1996.



DIE UNBEUGSAMEN

Zu Zeiten der Bonner Republik ist es ein zähes Unterfangen, als Politikerin gehört zu werden. Zu viele Politiker sind Männer ihrer Zeit und möchten den Erfolg nicht teilen, zu schnell kann die Karriere von Frauen in der Politik mit sexueller Diskriminierung und Vorurteilen ausgebremst werden. Doch ein paar Frauen bleiben unbeugsam, kämpfen und leisten gute Vorarbeit für die gegenwärtige Generation von Politikerinnen. FSK 0, ab Frühling 2021.

FILME

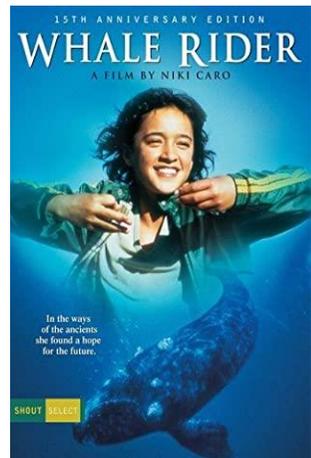


LITTLE MISS SUNSHINE

Die kleine Olive Hoover freut sich. Gerade hat sie mitgeteilt bekommen, dass für sie eine Chance besteht, "Little Miss Sunshine" zu werden! Olives Familie entscheidet, das leicht pummelige Mädchen in voller Besetzung beim Wettbewerb zu unterstützen. Kurz darauf befindet sich die schräge Truppe schon auf dem Weg zum Austragungsort in New Mexiko. Im alten, gelben VW-Bus sitzen: Der überoptimistische Vater Richard, der obszöne Opa, die überforderte Mutter Sheryl, ihr suizidgefährdeter Bruder Frank, der Nietzsche-lesende und kein Wort von sich gebende Teenager-Sohn Wayne und natürlich die fröhliche Olive. Vor ihnen allen liegt eine chaotische Reise, die einige Anstrengungen bereithalten, aber auch für eine gegenseitige Annäherung sorgen wird. FSK 6, 2006.

WHALE RIDER

Pai und ihre Familie gehören zu den Maori, den Ureinwohnern Neuseelands. In ihrem Dorf erzählt man sich, dass der Stammesgründer Paikea auf einem Wal zur Insel „ritt“ – daher sein Beiname „Whale Rider“. Eigentlich hätte Pais Zwilingsbruder der nächste Nachfolger von Paikea werden sollen. Doch Pais Bruder starb bei der Geburt – und für ihren Großvater kommt es nicht in Frage, dass Pai die nächste Anführerin wird. Für ihn sind die Traditionen sehr wichtig – und bisher war der Nachfolger nun mal immer ein Junge! FSK 6, 2002.



DIE SPRACHE DES HERZENS

Die kleine Marie Heurtin kommt blind und taub zur Welt. Im Frankreich des 19. Jahrhunderts kämpft ihr Vater um die Aufnahme seiner Tochter in ein Kloster, wo sie von einer jungen Nonne aus ihrem inneren Gefängnis von Einsamkeit und Verzweiflung befreit wird. Schwester Marguerite lehrt sie, mit Hilfe von Blindenschrift zu kommunizieren und bringt ihr bei, dass es auch für sie möglich ist, mit anderen Menschen in Kontakt zu treten, zu lieben und geliebt zu werden. Die Begegnung verändert auch Marguerites Leben. Durch Marie erfährt sie etwas, das für sie als Nonne nicht vorgesehen ist: mütterliche Liebe. Marie wird ihr eine Tochter des Herzens. FSK 6, 2015.



THE HELP

Jackson, Mississippi, Anfang der 1960er Jahre: Als die junge Skeeter nach dem Studium an der University of Mississippi in ihre Heimatstadt zurückkehrt, träumt sie davon, Schriftstellerin zu werden. So fasst sie – angetrieben von ihrem ausgeprägten Gerechtigkeitsinn und gegen alle Konventionen – den Entschluss, ein kontroverses Buch aus Sicht der Hausmädchen zu schreiben, weshalb sie anfängt, afroamerikanische Frauen zu interviewen, die sich ihr Leben lang als Hausmädchen um die Kinder der weißen Oberschicht gekümmert haben. FSK 0, 2011.

DOKUMENTATIONEN

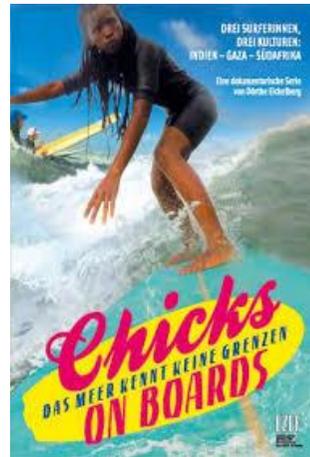


JENSEITS DES SICHTBAREN

Die Dokumentarfilmerin Halina Dyrschka beschäftigt sich mit einer lang unentdeckt gebliebenen Künstlerin. Fast 100 Jahre war man davon überzeugt, dass die abstrakte Kunst von Größen wie Kandinsky, Mondrian oder Malewitsch mitbegründet wurde. In den 80er Jahren stellte sich jedoch heraus, dass Hilma af Klint bereits 1906 ihr erstes abstraktes Werk schuf. Insgesamt hat sie es auf 1.200 Bilder geschafft. Sie verfügte jedoch, dass diese erst 20 Jahre nach ihrem Tod veröffentlicht werden dürften. FSK 0, 2019.

CHICKS ON BOARDS – Das Meer kennt keine Grenzen

Für die fünfteilige Doku-Serie „Chicks on Boards“ begibt sich die ARTE-Moderatorin und passionierte Surferin Dörthe Eickelberg auf eine Reise zu jungen Frauen in aller Welt, die sich trotz ihrer Religion, Hautfarbe oder Tradition in der Gesellschaft ein Stück Freiheit erobern – auf dem Brett, auf dem Meer – und damit viel riskieren. ARTE Mediathek, 2017.

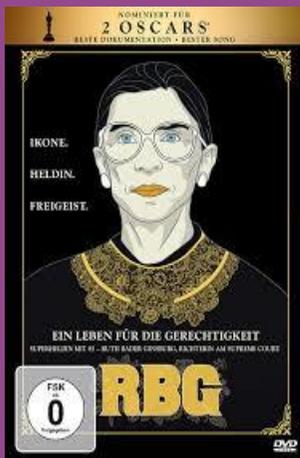




VERLIEBT, VERLOBT, VERPRÜGELT

– Gewalt gegen Frauen – Die Story im Ersten

Gewalt gegen Frauen ist nach wie vor Alltag in Deutschland. 114.393 weibliche Opfer von Partnerschaftsgewalt sind in der polizeilichen Kriminalstatistik 2018 erfasst. Jeden dritten Tag bringt ein Mann seine Frau oder Ex-Frau sogar um. WDR, 2019.



RBG – EIN LEBEN FÜR DIE GERECHTIGKEIT

Ruth Bader Ginsburg - hierfür stehen die Initialen im Titel des Films. Ruth war zum Zeitpunkt des Filmdrehs 84 Jahre alt. Ihr juristisches Vermächtnis macht sie in den USA zu einer Ikone. Dort wurde sie im Jahre 1933 als ein intelligentes Kind geboren und wurde zur erfolgreichen Juristin. In ihrem ehrenvollen Amt als Richterin des Supreme Courts setzte sie sich stark für die Rechte von Frauen ein. Die Dokumentation zeigt den Weg Ruths und gewährt dabei auch private Einblicke. FSK O, 2018.

Kooperation der Gleichstellungsstellen

Alpen

Hamminkeln

Hünxe

Kamp-Lintfort

Moers

Neukirchen-Vluyn

Rheinberg

Schermbeck

Voerde

Wesel

Xanten

Ganz besonderen Dank an:



und

Kerstin Hampel, Mediengestalterin Stadt Wesel