



Veranstaltungen rund um den Internationalen Frauentag

FRAUEN²⁰²⁶ **MÄRZ**





**FRAUEN
MÄRZ**

Gemeinde Wickede (Ruhr)

Im Frühjahr 2026

Liebe Frauen in der Gemeinde Wickede,

eine tolle und beliebte Veranstaltungsreihe erlebt ihre Fortsetzung:

Der FrauenMärz 2026, organisiert von der Gleichstellungsstelle der Gemeinde und geprägt von unterschiedlichen Angeboten verschiedenster Veranstalter, wird auch in diesem Frühjahr wieder ein Zeichen für Gleichstellung und Vielfalt setzen.

In den vergangenen Jahren haben die beiden stellvertretenden Bürgermeisterinnen Gertrud Martin und Ellinor Schilling die Veranstaltungsreihe unterstützt und beworben – heute nun dürfen die beiden neuen Stellvertreter des Bürgermeisters an dieser Stelle stehen. Und sie tun es gern...

Wir freuen uns sehr, in die schöne Tradition des FrauenMärz mit einsteigen zu dürfen und legen Ihnen die verschiedenen Angebote sehr ans Herz. Bedanken möchten wir uns nicht nur bei unseren beiden Vorgängerinnen, sondern vorallem bei allen Freiwilligen, die ganz unterschiedliche Angebote machen. Ohne Sie wäre diese Veranstaltungsreihe undenkbar. Gleiches gilt für die Gleichstellungsbeauftragte Sandra Zöller, die viel Herzblut in die Organisation der Reihe steckt. Ihnen allen gilt unser Dank!

Wir freuen uns auf viele Begegnungen, spannende Einblicke und eine beeindruckende Themenvielfalt, die sinnbildlich für das Engagement von Frauen in unserer Gemeinde steht. Gemeinsam dürfen wir stolz darauf sein.

Es grüßen Sie herzlich

*Dominik Pieper
1. stv. Bürgermeister*

und

*Alexander Stute
2. stv. Bürgermeister*



**FRAUEN
MÄRZ**

Veranstaltungen

Ab Dienstag, 05.03.2026 im März

Ausstellung „Inspirierende Frauen“ im Rathaus

vhs Werl-Wickede (Ruhr)-Ense, Gleichstellungsbeauftragte

Mittwoch, 04.03.2026, 19.00 Uhr

Anlässlich des Weltfrauentages

Veranstaltung zu „Inspirierende Frauen“

*vhs Werl-Wickede (Ruhr)-Ense, Gleichstellungsbeauftragte,
Deine Korrespondentin*

Donnerstag, 05.03.2026, 20.00 Uhr

Frauenfitness

TV Wickede

Freitag, 06.03.2026, 17.00 Uhr

Weltgebetstag

kfd Echthausen

Freitag, 06.03.2026, 17.00 Uhr

Stoppschild Gleichheit

Bündnis 90/Die Grünen Wickede (Ruhr)

Montag, 09.03.2026, 19.30 Uhr

Kino mit Flair

*Kolpingfamilie Wickede, vhs Werl-Wickede (Ruhr)-Ense &
Gemeinde Wickede (Ruhr)*

Mittwoch, 11.03.2026, 19.00 Uhr

Jutta Hellermann, „Starkes / Ich,,

vhs Werl-Wickede (Ruhr)-Ense, Gleichstellungsbeauftragte

Donnerstag, 12.03.2026, in der Zeit von 10.00 Uhr – 16.00 Uhr

Informationen zu Mikronährstoffen für Frauen

Ruhr Apotheke Wickede

Donnerstag, 12.03.2026, 20.00 Uhr

Frauenfitness

TV Wickede

Freitag, 13.03.2026, 15.00 Uhr

Selbstverteidigung für Mädchen

Schulsozialarbeit Sekundarschule Wickede (Ruhr), Gleichstellungsbeauftragte

Freitag, 13.03.2026, 17.00 Uhr

Kreativ Workshop, Buchfaltkunst

Bücherei Wickede (Ruhr)

Samstag, 14.03.2026, 09.30 Uhr

Frauenfrühstück

Kolpingfamilie Wickede

Dienstag, 17.03.2026, 19.00 Uhr

Mut zur Veränderung, Wege aus der Armut in Gambia

Landfrauenverband Werl Wickede (Ruhr), Gleichstellungsbeauftragte

Mittwoch, 18.03.2026, 19.00 Uhr

Frauengesundheit - Aromatherapie

Alte Apotheke

Freitag, 20.03.2026, 20.00 Uhr

Lebenssinn

Leseabend im Bürgerhaus Wickede (Ruhr)

Kooperation BIB, Gleichstellungsbeauftragte und vhs Werl-Wickede (Ruhr)-Ense

Samstag, 21.03.2026, 11.00 Uhr

Genusswanderung

Kfd Wickede

Sonntag, 22.03.2026, 11.30 Uhr

Fastenessen

Kolpingfamilie Wickede, Eine Welt-Kreis

Montag, 23.03.2026, 18.00 Uhr

Das Leben mit Demenz

Vita Guard, Elke Ebert

Donnerstag, 26.03.2026, ab 9.00 Uhr

Berufsberatung im Rathaus (Einzelgespräch)

Cornelia Homfeldt, Arbeitsagentur Soest-Meschede

Donnerstag, 26.03.2026, 15.00 Uhr

Einbruch und Sicherheit

Ev. Kirchengemeinde, Spätlese und Herbstzeitlose

Anmeldungen sind ab sofort möglich. Aufgrund begrenzter Teilnehmerzahl ist bei manchen Veranstaltungen eine frühzeitige Anmeldung empfehlenswert.

Wir bitten Sie um Verständnis, dass Änderungen in Angeboten dieses Heftes möglich sind!

Ausstellung im FrauenMärz2026

Porträts INSPIRIERENDER FRAUEN AUS DER GANZEN WELT - Deine Korrespondentin

Weltweit werden Männer in Print- und Rundfunkmedien vier Mal häufiger als Frauen erwähnt, zitiert und als Experten präsentiert. DEINE KORRESPONDENTIN möchte das ändern.

DEINE KORRESPONDENTIN ist ein internationales Netzwerk freiberuflicher Korrespondentinnen, die seit 2015 über inspirierende Frauen aus aller Welt berichten – und über wichtige Themen wie Femizid, Abtreibung, Zwangsadoption schreiben, aber auch über Unterhaltung, Comedy, Musik, Literatur und Mode, Medizin und Wissenschaft.

Ab dem 5. März sind im Rathaus der Gemeinde Wickede und im Ortskern (weitere Informationen auf unserer Homepage und in der Presse) 30 Beiträge aus einer Auswahl von über 500 Artikeln zu sehen, die das Netzwerk in den 10 Jahren, in denen DEINE KORRESPONDENTIN bereits über Frauen schreibt, veröffentlicht hat. Es geht um Ingenieurinnen, Aktivistinnen, Journalistinnen, Autorinnen, Politikerinnen, Landwirtinnen, Priesterinnen und viele mehr. Die vollständigen Artikel sind über QR-Codes auf Deutsch (und Englisch) verfügbar.

Seit Mai 2021 tourt die Ausstellung der Porträts inspirierender Frauen aus der ganzen Welt durch Deutschland und Europa nach Hilden, Marl, Trier, Recklinghausen und andere deutsche Städte sowie Dublin in Irland. Nun kommt die Ausstellung auch in unsere Ruhrgemeinde.

Der Eröffnungsabend für die Ausstellung findet am Abend des 4. März um 19.00 Uhr im Bürgerhaus statt. Zu diesem Abend sind Sie herzlich eingeladen. Es wird die Arbeit von DEINE KORRESPONDENTIN präsentiert und aus einigen ausgewählten Artikeln gelesen.

Eine Gemeinschaftsaktion der Gleichstellungsbeauftragten und der vhs Werl-Wickede-Ense



*Mittwoch, 04.03.2026, 19.00 Uhr | Podium
Veranstaltung anlässlich des Weltfrauentages*

Eröffnungsveranstaltung zur Ausstellung „Inspirierende Frauen“, Präsentation der Projekte „Deine Korrespondentin“



An diesem Abend wird Mareike Graepel, Deine Korrespondentin, aus Irland unser Gast sein. Sie gibt uns Einblicke in die Projekte des Netzwerks und freut sich auf den Austausch mit Ihnen. Eine weitere Korrespondentin von „Deine Korrespondentin“ wird über ihre Arbeit berichten.

Stellen wir uns gemeinsam die Frage: Brauchen wir den Weltfrauentag? Die klare Antwort ist: JA! Gleichberechtigung ist noch immer nicht selbstverständlich.

Wir freuen uns, Sie anlässlich des Weltfrauentages bei einem Gläschen Sekt und Knabbereien im Bürgerhaus zu begrüßen.

Ort: Bürgerhaus Raum Lanferbach, Kirchstr. 4, Wickede (Ruhr)

Beginn: 19.00 Uhr

Anmeldung: gleichstellung@wickede.de oder telefonisch im Bürgerservice des Rathauses unter: 02377/915-0

Veranstalter: Gleichstellungsbeauftragte Gemeinde Wickede (Ruhr), vhs Werl-Wickede-Ense

Donnerstag, 05.03. und 12.03.2026, 20.00 Uhr – 21.30 Uhr

Frauenfitness – Den Körper spüren und stärken

Unser Fitnessstreff im Frauenmärz stellt die funktionelle Gymnastik für Muskel- und Knochenaufbau mit und ohne Kleingeräte vor. Durch die Einbeziehung des Beckenbodens und der richtigen Atmung wird der Körper bewusster wahrgenommen. Kräftigungsübungen in verschiedenen Schwierigkeitsgraden bieten jeder Frau individuelle Chancen, Fitness und Wohlbefinden angenehm zu verbessern. Frauen aller Altersklassen sind willkommen. Mitzubringen sind ein kleines und ein großes Handtuch, geeignete Kleidung und dicke Socken.

Ort: Sporthalle Melanchthon Schule in Wickede (Ruhr)
Beginn: 20.00 Uhr
Eintritt: kostenfrei
Anmeldung: 02377/4731
Veranstalter: TV Wickede, Anette Herden

Freitag, 06.03.2026, 17.00 Uhr | Gemeinsam beten

Weltgebetstag der Frauen 2026

Frauen aller Konfessionen treffen sich zum Gebet für Frieden und Gerechtigkeit. In diesem Jahr lautet das Motto: „Kommt bringt Eure Last“. Frauen aus Nigeria haben ihn vorbereitet. Im Anschluss lädt die Katholische Frauengemeinschaft Echthausen herzlich zum Austausch bei Kaffee, Tee und Gebäck ein.

Ort: Pfarrgemeinde St. Vinzenz, Kirchplatz 2, Wickede (Ruhr)
Anmeldung: nicht erforderlich
Veranstalter: KFD Echthausen

Freitag, 06.03.2026, 17.00 Uhr | Rollenbilder in der Gesellschaft

Stoppschild Gleichheit, der Drang zu gestern Echte Kerle, brave Frauen?

Die Rückkehr der starren Ordnung und warum Veränderung Angst macht. In einer Welt, die sich immer schneller dreht, wächst bei vielen die Sehnsucht nach vermeintlich klaren Strukturen. Doch während die Gesellschaft nach mehr Vielfalt und Teilhabe strebt, wird der Widerstand lauter: Ein „Stoppschild“ wird dort hochgehalten, wo hergebrachte Hierarchien ins Wanken geraten.

Unsere Veranstaltung beleuchtet das Phänomen der gesellschaftlichen Rückwärtsgewandtheit. Wir untersuchen, warum die Rückkehr zu „echten Kerlen“ und „braven Frauen“ derzeit eine solche Renaissance erlebt und wer von der Wiederbelebung von solche starren Frauenbildern profitiert.

Die Referentinnen für diesen Abend sind Alexandra Geese (Mitglied des Europäischen Parlaments) und Ulrike Mann (Vorsitzende Terre des Femmes, Menschenrechte für die Frau e. v.)

Ort: Bürgerhaus, Raum Lanferbach, Kirchstr. 4, Wickede (Ruhr)

Uhrzeit: 17.00 – 19.00 Uhr

Anmeldung: nicht erforderlich

Veranstalter: Sonja Raeck, Bündnis 90, Die Grünen

Montag, 09.03.2026, 19.30 Uhr | Unterhaltung

„Kino mit Flair“ und Gleichstellungsstelle beteiligen sich wieder mit einem
Filmabend im Frauenmärz

Ein Frühjahrs-Kinoerlebnis gibt es wieder am Montag, den 09.03.2026 im Rahmen des Frauen-März in Kooperation mit der Gleichstellungsstelle der Gemeinde Wickede (Ruhr). Das Kino-mit-Flair-Team und die Gleichstellungsbeauftragte Sandra Zöller haben hierzu den Film „22 Bahnen“ ausgewählt. Der Film entstand nach dem Erstlingswerk von Caroline Wahl. Es ist eine ergreifende Geschichte über Selbstfindung, familiäre Pflicht und die Suche nach Freiheit.

Tildas Tage sind streng durchgetaktet: studieren, an der Supermarktkasse sitzen, schwimmen, sich um die kleine Schwester Ida kümmern und an schlechten Tagen auch um die Mutter. Zu dritt wohnen die im traurigsten Haus der „Fröhlichstraße“ in einer Kleinstadt, die Tilda hasst. Ihre Freunde sind längst weg, leben in Amsterdam oder Berlin, nur Tilda ist geblieben. Denn irgendjemand muss für Ida da sein, Geld verdienen, die Verantwortung tragen. Eines Tages aber geraten die Dinge in Bewegung: Tilda bekommt eine Promotion in Berlin in Aussicht gestellt und es blitzt eine Zukunft auf, die Freiheit verspricht. Viktor taucht auf, der wie Tilda immer 22 Bahnen schwimmt. Doch als Tilda schon glaubt es könnte alles gut werden, gerät die Situation zu Hause vollends außer Kontrolle.

Ort: *Bürgerhaus, Kirchstr. 4, Wickede (Ruhr)*
Kosten: *6,00 Euro*
Kartenverkauf: *vhs Geschäftsstelle Werl, Kirchplatz 5, Werl,
Bürgerservice im Rathaus Wickede (Ruhr), Bücherei im Bahnhof
Wickede (Ruhr) und an der Abendkasse*



Volkshochschule
Werl – Wickede (Ruhr) – Ense



Kolping



WICKEDE
(RUHR)

Mittwoch, 11.03.2026, 19.00 Uhr | Coaching & Empowerment

Jutta Hellermann: Starkes ICH



Entschlossenheit und innere Stärke gelten längst nicht mehr als Egoismus. Oder vielleicht doch noch? Wo genau verläuft die Grenze zwischen Selbstliebe und Egoismus, zwischen Starksein und Rücksichtslosigkeit? Wer Liebe geben und empfangen möchte, braucht Attribute wie Offenheit, Klarheit, Selbstvertrauen und eine gute Portion Selbstwert. All das macht ein starkes ICH aus.

Die gute Nachricht: Wir können uns jeden Tag neu für diese Haltung entscheiden. Innere Stärke ist trainierbar und ausbaufähig. Ein starkes ICH ist ein Geschenk für unsere Lieben, weil wir selbstsicher und verantwortungsvoll für unsere Bedürfnisse sorgen können.

Der Abend lädt ein, die eigenen Wünsche und Sehnsüchte in die Welt zu bringen. Selbstliebe als Teil der Gemeinschaft, nicht gegen sie.

Ort:	Bürgerhaus, Raum Lanferbach, Kirchstr. 4, Wickede (Ruhr)
Kartenverkauf:	Bürgerservice im Rathaus oder online bei der vhs Werl- Wickede (Ruhr)- Ense
Veranstalter:	vhs Werl-Wickede (Ruhr)-Ense, Gleichstellungsbeauftragte
Kosten:	10,00 Euro

Donnerstag, 12.03.2026, in der Zeit von 10.00 -16.00 Uhr

Mikronährstoffe zielgerichtet, nicht viel, hilft viel!

Arthrose, Erschöpfung und Müdigkeit, Wechseljahre und Unterstützung für die Haare sind unsere Themen an diesem Frauentag. Vitamine, Spurenelemente, Mineralstoffe, essentiellen Fett- und Aminosäuren, sekundären Pflanzenstoffe oder Prä- und Probiotika? Die Fachberaterin für Orthomolekulare Medizin ist im v. g. Zeitraum zu Gast und informiert Sie gerne individuell über wirklich sinnvolle Kombinationen zur Erhaltung guter Gesundheit und Unterstützung bei akuten und chronischen Erkrankungen.

Ort: Ruhr Apotheke, Hauptstraße 73, Wickede (Ruhr)
Anmeldung: nicht erforderlich
Kosten: kostenfrei
Veranstalter: Ruhr Apotheke Wickede (Ruhr), Frau Wilk: Telefon: 02377-3700



Freitag, 13.03.2026, 15.00 – 19.00 Uhr | Workshop Sekundarschule

Selbstbehauptung für Mädchen

Wir laden herzlich zu einem Selbstbehauptungstraining für Mädchen ab 14 Jahren ein. Es stärkt Eure persönliche Sicherheit sowie Euer Auftreten in Alltagssituationen. Im Mittelpunkt steht die Entwicklung eines klaren, selbstbewussten Ausdrucks und das wirksame Setzen von Grenzen. Die Teilnehmenden lernen Körpersprache gezielt einzusetzen, ungute Situationen früh zu erkennen und angemessen zu reagieren. Übungen zu Stimme, Haltung und Präsenz fördern ein souveränes Auftreten. Darüber hinaus vermittelt das Training einfache, alltagsnahe Methoden zum Umgang mit Stress und Unsicherheiten. Spielerische Übungen, Bewegungseinheiten und Rollenspiele sorgen für Spaß und Leichtigkeit. Gleichzeitig entsteht Raum für Austausch, neue Kontakte und gegenseitige Unterstützung. Ziel ist es, Selbstvertrauen aufzubauen, Handlungsspielräume zu erweitern und die eigene Stärke spürbar zu machen.

Ort: Sekundarschule Wickede, Gerkensporthalle, Wickede (Ruhr)
Anmeldung: jessica.schomaker@skw.schule, für Rückfragen
telefonisch: 02377-7853683
Veranstalter: Sekundarschule Wickede, Schulsozialarbeit in Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten

Freitag, 13.03.2026, 17.00 Uhr | Buchkunst

Seitenzauber

Miteinander kreativ: Buchfaltkunst in unserer Bücherei

„Buch-Origami“ ist die Kunst, Bücher nicht zu lesen, sondern aus ihnen mit Falttechnik kleine Kunstwerke zu schaffen. Mithilfe wohlgezielter „Eselsohren“ entstehen elegante Dekorationsgegenstände als dreidimensionale Objekte. Sie können schöne, persönliche Geschenke zu besonderen Anlässen sein. Jede, die Bücher liebt, findet hier Buchkunst, die begeistert!

Ort: Bücherei im Bahnhof (BiB), Bahnhofstr. 2, Wickede (Ruhr)
Anmeldung: In der BIB an den Öffnungstagen,
Telefon: 02377/787373
Veranstalter: BIB im Bahnhof, Frau Feldbusch



Samstag, 14.03.2026, 9.30 Uhr | Gemeinschaft

Frauenfrühstück im Franziskus-Forum Einblicke in eine Reise nach Kapstadt



Die Kolpingfamilie Wickede (Ruhr) lädt wieder alle interessierten Frauen zu einem ausgiebigen Frühstücksbuffet anlässlich des „FrauenMärz“ ein.

Nicole Sporenberg und Andrea Bechheim berichten über ihre Reise nach Kapstadt und Umgebung.

Rasche Anmeldung wird empfohlen (max. 80 Teilnehmerinnen)

Ort: Franziskus Forum, Friedhofstr. 21, Wickede (Ruhr)
Kosten: 10,00 Euro einschl. Frühstück
Anmeldung: Maria Helmig, 02377/2489
Veranstalter: Kolpingfamilie Wickede (Ruhr)



Dienstag, 17.03.2026, 19.00 Uhr / Hilfe für Frauen und Mädchen

Frauen in Gambia

Mechthild Kirchner berichtet über die erfolgreiche Arbeit des Vereins Humanhope e.V. mit Frauen in Gambia für ihre Zukunft ohne Kinderarmut und FGM.

Ort: Bürgerhaus, Raum Lanferbach, Kirchstr. 4, Wickede (Ruhr)
Anmeldung: Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, um eine Spende wird gebeten
Veranstalter: Frau Eckey, Landfrauenverband Werl-Wickede, Kooperation GLB



Mittwoch, 18.03.2026, 19.00 Uhr / Frauengesundheit

Workshop Aromatherapie



Zurück zur inneren Ruhe, Stärke, Balance und Wohlbefinden für Frauen. In diesem Workshop tauchen wir ein in die Welt der ätherischen Öle und entdecken, wie Aromatherapie Körper, Geist und Seele in Einklang bringt. Gemeinsam begeben wir uns auf eine Reise zu mehr Gelassenheit, weiblicher Kraft und innerer Balance. Wir können den Alltagsstress loslassen, tanken neue Energie und finden den ganz persönlichen Weg ins Land der Träume. Wir erfahren, wie Düfte uns dabei unterstützen können, die innere Ruhe zu finden, die weibliche Kraft zu stärken, das Wohlbefinden zu fördern und mit neuer Leichtigkeit durchs Leben zu gehen. Gönn Dir eine Auszeit, für Dich und für Dein Wohlfühl! TAOASIS ist ein Familienunternehmen aus Lage an der Lippe, welches sich ganz der Welt der Düfte verschrieben hat. Seit über 30 Jahren entwickeln, produzieren sie naturreine und hochwertige ätherische Öle aus zertifiziertem Bio- oder Demeter Anbau.

Ort: Alte Apotheke, Hauptstr. 12, Wickede (Ruhr)
Anmeldung: Frau Gebhardt, Telefon: 02377-4044 oder per Email
an: info@apowickede.de (15 Personen möglich)
Veranstalter: Alte Apotheke Wickede (Ruhr) / Kosten: 10 Euro

Freitag, 20.03.2026, 20.00 Uhr | Leseabend im Bürgerhaus

Eintausendmal Lebenssinn – Was uns antreibt

Sinnerfüllung - eine Hauptzutat für ein zufriedenes Leben.



Christof Jauernig weiß aus eigener Erfahrung, wie es sich anfühlt, den Lebenssinn zu verlieren: Als Analyst untersuchte er jahrelang Bankenthemen – bis er merkte, dass diese Arbeit für ihn keinen Sinn mehr machte. Heute ist er Autor und widmet sich nur noch den Fragen, die ihm wirklich wichtig sind. Was bedeutet Lebenssinn für andere Menschen?

Für sein aktuelles Buch „Eintausendmal Lebenssinn“ hat Jauernig in 66 Städten über 1.000 Menschen dazu befragt. Die eindrucksvollsten und berührendsten Antworten bündelt er zu einem nahbaren Einblick in 59.000 Jahre Lebenserfahrung. Er ordnet die Perspektiven ein und setzt sie in Beziehung zu seiner eigenen Sinnkrise und -findung. Wie bereits sein Vorgängerprogramm „Eintausendmal Lebensglück“ macht Christof Jauernig auch Eintausendmal Lebenssinn live zu einem stimmungsvoll-meditativen Erlebnis. Er kombiniert erzählerische und lyrisch-poetische Texte mit visuellen Projektionen und eigens von ihm eingespielten Pianoimprovisationen – ein unverkennbarer Stil, der Herz und Verstand gleichermaßen anspricht.

Eine offene Fragerunde mit dem Autor bildet den Abschluss des Abends.

„Eintausendmal Lebenssinn“ bietet in unruhigen Zeiten Inspiration und neue Perspektiven, die Zuversicht schenken können. Es lädt dazu ein, den eigenen Sinn zu entdecken, zu hinterfragen oder in neuem Licht zu betrachten.

Ort:	Bürgerhaus, Raum Lanferbach, Kirchstr. 4, Wickede (Ruhr)
Kosten:	10,00 Euro
Anmeldung:	Während der Öffnungszeiten in der BIB/ im Bürgerservice des Rathauses oder online vhs Werl-Wickede (Ruhr) - Ense
Veranstalter:	BIB Wickede (Ruhr), vhs Werl-Wickede (Ruhr) – Ense, Gleichstellungsbeauftragte

Samstag, 21.03.2026, 11.00 Uhr | Wanderung

Genusswanderung für alle Sinne

Gemeinsam genießen und wandern



KATHOLISCHE
FRAUENGEMEINSCHAFT
DEUTSCHLANDS

Die Teilnehmerinnen unternehmen eine gemeinsame Wanderung (ca. 8 km) durch Wickede. Dabei werden verschiedene Leckereien von heimischen Geschäften und Gastronomen genossen.

Treffpunkt: Marktplatz Wickede (Ruhr)
Kosten: 28,00 Euro / 30 Plätze
Anmeldung: Sabine Hornkamp, Telefon: 0277-4906, ab 28. Februar (10.00 Uhr)

Sonntag, 22.03.2026, 11.30 Uhr

Solidarität weltweit

*Fastenessen für Menschen in Brasilien und
Projekte von Sr. Irene Rother*



Unter dem Motto „Wir essen heute gemeinsam, damit andere satt werden“ lädt der Eine-Welt-Kreis zum Fastenessen ein. Angeboten werden eine Kartoffelcremesuppe und Milchreis. Der Erlös ist für Schwester Irene von den Steyler Missionsschwestern in Brasilien bestimmt. Rund um den Globus führen Kleinbauern und indigene Völker seit Jahrzehnten einen Kampf gegen Großgrundbesitzer und Konzern-Multis für das Recht auf Land. Ohne Land keine Nahrung - so einfach lautet vielerorts die Gleichung. Der Großteil der hungernden Weltbevölkerung (ca. 80%) lebt auf dem Land - also dort, wo Nahrung doch eigentlich produziert wird – die meisten jedoch ohne eigenes Land. Stattdessen kontrollieren wenige Großgrundbesitzer und Konzerne den Landbesitz. Schwester Irene unterstützt Kleinbauern in ihrem Kampf gegen Großgrundbesitzer.

Ort: Franziskus-Forum, Friedhofstr. 21, Wickede (Ruhr)
Kosten: Kartoffelsuppe 6,00 Euro/Milchreis 3,00 Euro
Anmeldung: Maria Helmig, Telefon: 02377/2489, Kath. Pfarramt: 02377/2377
bis 20.03.2026
Veranstalter: Kolpingfamilie Wickede (Ruhr) / Eine-Welt-Kreis

Montag, 23.03.2026, 18.00 Uhr | Hilfe für Angehörige

Das Leben mit Demenz

Demenz- ein Wort das Angst macht und viele Fragen aufwirft. Doch was steckt eigentlich hinter der Diagnose? Was passiert im Gehirn, wenn die Erinnerung langsam schwindet? Und wie kann trotz allem ein gutes, würdevolles Leben für Betroffene und Angehörige gelingen?

An diesem Abend geht es nicht um medizinische Fachbegriffe oder Diagnosen, sondern um das Verstehen und Begreifen: Wie fühlt sich Demenz an? Wie verändert sie das Miteinander in der Familie? Und welche Wege gibt es, um Lebensqualität, Nähe und Zuversicht zu bewahren?

Mit Einfühlungsvermögen und praxisnahen Beispielen lädt Elke Ebert dazu ein, sich dem Thema offen und menschlich zu nähern. Frau Ebert ist bei VITA-GUARD als Gebietsleitung und Dozentin tätig. Ihr Schwerpunkt liegt in der Erwachsenenbildung im Gesundheitswesen. In Kooperation mit verschiedenen Bildungsträgern bildet sie angehende Betreuungskräfte für an Demenz erkrankte Seniorinnen und Senioren aus. Darüber hinaus erlebt sie das Thema auch im privaten Umfeld und bringt dadurch persönliche Erfahrungen und authentische Einblicke für Ihren Vortrag ein.

Ein Abend der berührt, aufklärt und Mut macht, für alle die betroffen sind, begleiten oder sich informieren möchten.

Ort: Martin-Luther- Haus, Viebahnstr. 13 a, Wickede (Ruhr)

Anmeldung: Elke Ebert, Telefon: 01575-2042472

Veranstalter: Vita Guard Rettungsschule, Am Spring 9, 58313 Herdecke

Donnerstag 26.03.2026, ab 09.00 Uhr | Möglichkeit individuelle Einzelberatung

Chancen auf dem Arbeitsmarkt

Cornelia Homfeldt, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der Agentur für Arbeit Meschede-Soest berät im Einzelgespräch umfassend zu beruflichen Veränderungen. Sie greift praktische Hinweise auf, z.B. was für eine berufliche Veränderung spricht und welche Möglichkeiten der beruflichen Weiter-Qualifizierung es gibt sowie welche finanziellen Hilfen angefragt werden können.

Ort: Rathaus (Sitzungszimmer), Hauptstr. 81, Wickede (Ruhr)
Anmeldung: Bürgerservice im Rathaus, Telefon: 02377/915-0 oder
per Email an gleichstellung@wickede.de
Veranstalter: Gleichstellungsbeauftragte in Kooperation mit der Agentur f. Arbeit in Meschede

Donnerstag, 26.03.2026, 15.00 Uhr | Selbstschutz

Einbruch und Sicherheit

Wer im öffentlichen Raum Angst vor Übergriffen hat, kann mit Hilfe bestimmter Verhaltensweisen sein Sicherheitsgefühl stärken, gefährliche Situationen rechtzeitig erkennen und entschärfen sowie potenzielle Täter und Täterinnen von ihrem Handeln abhalten.

Auf den Gedanken Opfer eines Einbruchs zu werden kommen die wenigsten Menschen. „Bei mir gibt es doch eh nichts zu holen - warum sollten die hier einbrechen!“ denkt sich manch Haus- oder Wohnungsinhaber. Anders sieht es bei denen aus, die schon einmal in der Rolle des Opfers waren. Legen Sie den Riegel vor! Sicher ist sicherer!

Kriminalhauptkommissarin Anne von der Heydt wird an diesem Nachmittag über diese Themengebiete aufklären und Verhaltensweisen näherbringen

Ort: Martin-Luther Haus, Viebahnstr. 13, Wickede (Ruhr)
Anmeldung: Frau Czerwinski, Telefon: 02377-8095129 oder per Email:
Email: ulrike.czerwinski@web.de, Inge Gabrecht, Telefon: 0170-1935183
Veranstalter: Evangelische Kirchengemeinde, Gruppen Spätlese und Herbstzeitlose



WICKEDE (RUHR)

Herausgeberin

Gemeinde Wickedede (Ruhr) – Gleichstellungsbeauftragte – Sandra Zöller

Telefon: 02377-915-116

Fax: 02377-915-178

E-Mail: s.zoeller@wickedede.de

www.wickedede.de

www.facebook.com/gemeindewickederuhr

www.instagram.com/gemeindewickederuhr