

12.03.

Mittwoch, 18:30 bis ca. 21 Uhr
Kath. Kinder- und Familienzentrum St. Josef,
Friedrichstraße 53, Aalen

Freier Kreativ-Workshop

Leinwände individuell gestalten

In unserem Workshop gestalten wir einzigartige Leinwände mit unterschiedlichen Materialien, Farben und Strukturen. Wir bieten einen kreativen Raum für Austausch und künstlerische Freiheit in angenehmer Atmosphäre.

kein Aufzug

Veranstaltet von: Kath. Kinder- und Familienzentrum St. Josef

Anmeldung an faze-stjosef.aalen@kiga.drs.de oder unter 07361 62399

Diese Veranstaltung findet ohne Kinder statt.

17.03.

Montag, 19 bis 20:30 Uhr
Online via Zoom

Online-Workshop

Vulva Vibes

Gekritzelte Penisse und Brüste findet man an Hauswänden und auf Schultischen – aber warum eigentlich keine Vulven? Und wie sieht es mit unserer persönlichen Beziehung zu diesem Körperteil aus? Im Workshop lernen wir die Vielfalt der Vulva kennen, räumen mit Mythen auf und stärken die Verbindung zu unserem Körper. *Alle Vulven willkommen.*

Teilnahme ab 16 Jahren

Veranstaltet von: Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Aalen

Anmeldung unter aalen.de/vulva-vibes

19.03.

Mittwoch, 17 bis 19 Uhr
Online via Zoom

Online-Vortrag

Kenne deinen Wert! Gehaltsverhandlungen für Frauen

Im Vortrag werden wir die „Gehaltsverhandlungen“ von ihrem hohen Sockel in unseren Köpfen stoßen. Wir werden unsere Haltung zu Geld, Autoritätspersonen und dem Verhandeln zum Positiven verändern und mit einer ganzheitlichen und fundierten Vorbereitung unsere künftigen schwierigen Gespräche und Verhandlungen meistern.

Veranstaltet von: Kontaktstelle Frau und Beruf Ostwürttemberg in Kooperation mit den Kontaktstellen Mannheim-Rhein-Neckar-Odenwald, Freiburg-Südlicher Oberrhein, Stuttgart-Region Stuttgart
Referentin: Susan J. Moldenhauer, Finanzwirtin, Autorin und Karrierecoach
Weitere Infos unter www.frau-beruf.info/veranstaltungen

Anmeldung unter eveeno.com/moldenhauer

24.03.

Montag, 19:20 bis 21:30 Uhr
Theater STOA, Bischof-Fischer-Straße 43a, Aalen

Theateraufführung & Workshop

In-contACT – schaffen wir Verbindungen?

In mehreren Szenen stellen die DramenDamen des Theaters STOA Szenen dar, wo die Verbindung zu Frauen fehlt. Konflikte entstehen. Wie diese möglicherweise gelöst werden können, wird im Format „Forum-Theater“ zusammen mit dem Publikum interaktiv ausprobiert.

nicht barrierefrei

Veranstaltet von: Theater STOA

25.03.

Dienstag, 15:30 bis 17 Uhr
Online via Rainbow

Online-Workshop

Gut vorgesorgt fürs Alter? Frauen und Rente – ein Buch mit sieben Siegeln?

Gerade für Frauen lohnt sich eine frühzeitige Planung der zukünftigen Alterssicherung. Denn laut Statistischem Bundesamt gibt es eine „geschlechtsspezifische Altersvorsorgelücke“ oder auch „Rentenlücke“. Diese entsteht dadurch, dass sich oft Frauen mit ihren Arbeitszeiten den wechselnden Lebensbedingungen, wie Kindererziehung, Minijob und Pflegetätigkeiten, anpassen. Nicht mit der Lücke, sondern mit dem Schließen dieser beschäftigt sich dieser Workshop. Und hier gilt: Je früher – desto besser!

Veranstaltet von: Kontaktstelle Frau und Beruf Ostwürttemberg
Referentin: Julia Allert, deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg
Weitere Infos unter www.frau-beruf.info/veranstaltungen

Anmeldung unter
koala.komm.one/b/t/84eabd5b-a739-4f71-8be6-2b9cf508d009?2

04.03.–28.03.

Yogaraum Aalen, Gartenstraße 16c, Aalen
Zugang über Friedrichstraße 19

In Verbindung – zum internationalen Frauentag 2025

Angebote im Yogaraum Aalen

Die Veranstaltungen auf der folgenden Seite werden auf Spendenbasis angeboten, der Erlös geht direkt an Frauen in Notsituationen.

Veranstaltet von: Yogaraum Aalen

Infos direkt bei den KursleiterInnen oder unter www.yogaraumaalen.de

04.03. | Dienstag, 15:30 bis 17 Uhr

Heilsames Singen mit Susanne Funk

Anmeldung & Info: farbgefuehl@googlemail.com oder 07361 89307

04.03. | Dienstag, 17 bis 18 Uhr

**Erwache in deine weibliche Kraft –
Schüttelmeditation & Yin Yoga mit Francesca Favetta**

Anmeldung & Info: francesca.favetta16@gmail.com

09.03. | Sonntag, 10 bis 12 Uhr

**„light my fire“ – Entdecke dich
beim Tanzen, Malen, Schreiben und Spüren
mit Margit Kreutzer**

Anmeldung & Info: yogaraum@margitkreutzer.de

11.03. | Dienstag, 12:30 bis 13:15 Uhr

Verbundenheitsmeditation mit Annegret Drescher

Anmeldung & Info: ADrescher.PP@gmx.de

12.03. | Mittwoch, 12:15 bis 13:15 Uhr

**Gut mit sich verbunden sein
mit Monika Orban**

Anmeldung & Info: monorb@web.de

13.03. | Donnerstag, 12:15 bis 13:15 Uhr

Auszeit in der Mittagspause mit Hanne Köhler

Anmeldung & Info: hanne-koehler@web.de

17.03. | Montag, 16 bis 17 Uhr

Gymnastik mit Angelika Schultz

Anmeldung & Info: angelischultz@web.de

19.03. | Mittwoch, 19 Uhr

**Glücksimpuls – „Deine Heldinnenstärke aktivieren“
mit Fanny Grünewald**

Anmeldung & Info: info@dein-glueckspfad.de

28.03. | Freitag, 15 bis 17 Uhr

Worte aus der Stille mit Margit Kreuzer

Anmeldung & Info: info@margitkreutzer.de

#InVerbindung


Aalen

Rahmenprogramm um den 8. März

Internationaler Frauentag 2025



27.02.
Donnerstag, 17 bis 20 Uhr, offener Beginn
Kollektiv K, Bahnhofstraße 44, Aalen

Demoplakate gestalten
Gemeinsam
Farbe bekennen

Wir laden Sie herzlich ein, in entspannter Atmosphäre kreativ zu werden. Farben, Pinsel, Schablonen und Pappe werden gestellt. Mit Ihrer Erlaubnis sollen die Plakate bei der Matinee am 02.03. als Kulisse und beim Empfang am 08.03. als Foto-Requisiten genutzt werden und können danach mitgenommen oder im Rathaus abgeholt werden.

nicht barrierefrei
Veranstaltet von: Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Aalen

02.03.
Sonntag, 11 Uhr
Landratsamt Ostalbkreis, Stuttgarter Straße 41, Aalen

Frauenpolitische Matinee
PROTEST!

Was empört uns und wie können wir uns erfolgreich für unsere Ziele engagieren? Welche Utopien legen wir unserem Protest zu Grunde? Miriam Scheibe von *pinkstinks* nimmt uns mit in die Welt des Protestes und des Aktivismus. Wie und mit welchen Verbündeten gelingt Protest? Welche Kampagnen wirken? Und wie können wir mit unserem feministischen Protest sichtbar werden und Veränderungen erreichen?

Veranstaltet von: Gleichstellungsbeauftragte des Ostalbkreises sowie die Gleichstellungsbeauftragten der Städte Aalen und Schwäbisch Gmünd

Anmeldung für eine bessere Planbarkeit unter eveeno.com/238540826



02.03.
Sonntag, 13 bis 16 Uhr
Haus der Jugend Aalen, Friedhofstraße 8, Aalen

Offener Treff
Café für
Alleinerziehende

Bei uns können Väter – Mütter – Kinder einen schönen Sonntag verbringen, sich austauschen und ein Stück Kuchen essen. Die Kinderbetreuung ist ohne Anmeldung und gratis, es kann gespielt, gebastelt und getobt werden.

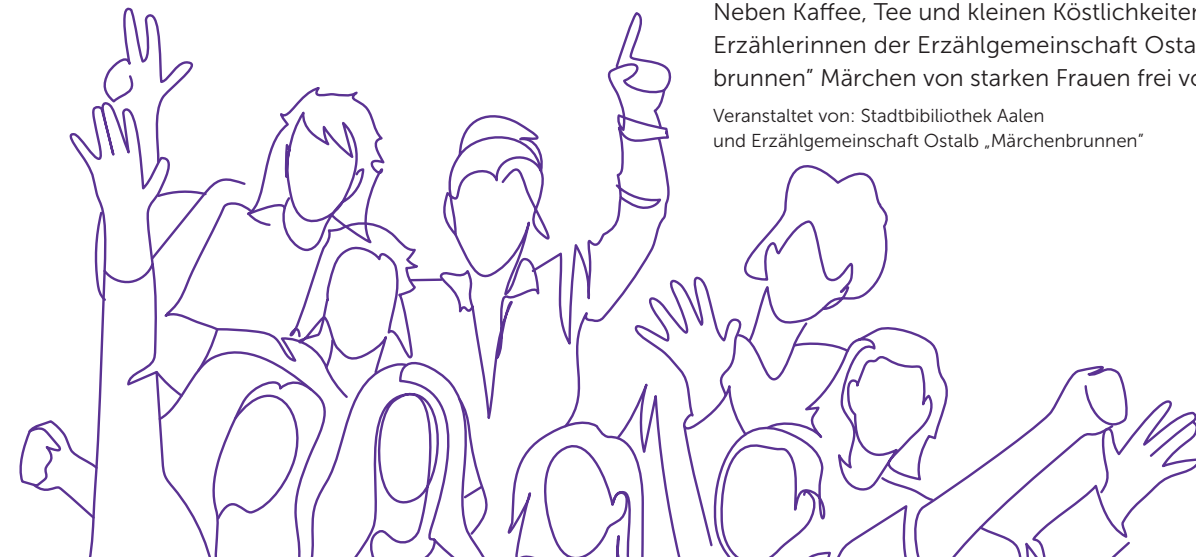
Veranstaltet von: Stadt Aalen

07.03.
Freitag, 15 bis 18 Uhr
Gmünder Torplatz/Brezgablase-Brunnen, Aalen

Spendenaktion mit Infostand
Tausche Rose
gegen Spende

Die Aktion „Tausche Rose gegen Spende“ unterstützt die Arbeit gewerkschaftlicher Organizationalen in der Textil-industrie in Bangladesch.

Veranstaltet von: Solidarität International (SI) e.V., Regionalgruppe Ostalb



08.03.
Samstag zur Hefezopf-Zeit von 10:30 bis 12:30 Uhr
UtopiAA, An der Stadtkirche 18, Aalen

Literatur von Frauen für Frauen
und frauenbewegte Männer
Büchersalon zum
Internationalen Frauentag

Von interessanten Biografien über Romane und Krimis werden auch Bücher über verschiedene solidarisch aktive Frauen vorgestellt; die Bücher können auch direkt käuflich erworben werden.

Toiletten im Untergeschoss

Veranstaltet in Kooperation von UtopiAA/Hefezopf und Solidarität International (SI) e.V.

08.03.
Samstag, 11 Uhr
Stadtbibliothek im Torhaus, Gmünder Straße 9, Aalen

Vortrag von Märchen,
Pausen für persönlichen Austausch
Frauencafé mit Märchen
von starken Frauen

Neben Kaffee, Tee und kleinen Köstlichkeiten werden drei Erzählerinnen der Erzählgemeinschaft Ostalb „Märchenbrunnen“ Märchen von starken Frauen frei vortragen.

Veranstaltet von: Stadtbibliothek Aalen und Erzählgemeinschaft Ostalb „Märchenbrunnen“

08.03.
Samstag, 17:30 Uhr
KUBAA, Georg-Elser-Platz 1, Aalen

Frauentagsempfang
Miteinander Mehr

Gemeinsam verbinden, reflektieren und gestalten – getreu unserem Jahresmotto „In Verbindung“ laden wir Sie zu einem inspirierenden Abend ein. Mit kleinen Übungen, kreativen Impulsen und interaktiven Stationen erkunden wir mit Kommunikationspsychologin und Beraterin Jenny Barthel, was uns bewegt und wie wir Feminismus weiterdenken können. Ob beim Nachdenken über eigene Werte, im Dialog über Zukunftsvisionen oder in kreativer Auseinandersetzung – *Miteinander Mehr* lädt dazu ein, neue Perspektiven zu entdecken und gemeinsam zu wachsen.

Kinderbetreuung nach Anmeldung

Veranstaltet von: Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Aalen

Anmeldung für eine bessere Planbarkeit unter aalen.de/frauenempfang2025



08.03.
Samstag, 20 Uhr
Theatersaal im KUBAA, Georg-Elser-Platz 1, Aalen

Uraufführung mit anschließendem „Theater trifft ...“
SOLO – Ein Theaterprojekt
von Labande Dordur

Am Anfang stand der Wunsch nach einem Solo. Ein Stück für eine Solistin, das über Einsamkeit spricht. Nur: Allein sein ist hart. Dieses Solo wird zu zweit stattfinden. Abends kämpft Lucie gegen ihre Ängste. Sie ist besessen von ihren Alter Egos. Kann sie lernen, sie zu zähmen? Lucie und Anais begeben sich mit viel Musik, Puppen und Video-bildern auf eine innere Suche, die über unsere Grenzen hinausführt.

Im Anschluss an die Vorstellung Theater trifft ... Jenny Barthel, Anais Durand-Mauptit und Lucie Dordoigne. In lockerer Runde treffen wir die Kommunikationspsychologin Jenny Barthel und die Künstler*innen von Labande Dordur.

Veranstaltet von: Theater der Stadt Aalen in Kooperation mit der Aalener Gleichstellungsbeauftragten

Karten unter theateraalen.de

*Limitierte Anzahl an Freikarten für Besucher*innen des Frauenempfangs.*

09.03.
Sonntag, 14 bis 17 Uhr
Landratsamt Ostalbkreis, Stuttgarter Straße 41, Aalen

Vernetzung der Frauen
und Frauenorganisationen
im Ostalbkreis

Die Frauenorganisationen im Ostalbkreis stellen sich vor und tauschen sich aus. Interessierte können sich über die vielfältigen Angebote und Aktivitäten informieren.

Veranstaltet von: Kreisfrauenrat Ostalb e.V.

09.03.
Sonntag, 16 Uhr
Treffpunkt: Tourist-Info am Marktbrunnen, Aalen

Stadtführung
Frauen in Aalen ab 1300
bis in die Neuzeit

In einem großen Spannungsbogen bringt Stadtführerin Gabriele Springer den Teilnehmer*innen der Führung das Leben als Frau in Aalen durch die Jahrhunderte (1300–1920) historisch näher, stellt aber auch den modernen Lebenslauf einer lebenden Zeitgenossin vor.

Anmeldung an g.springer1211@gmail.com

12.03.
Mittwoch, 14 bis 17 Uhr
Online-Vortrag via MS-Teams

Ein Mann ist keine
Altersvorsorge

Warum finanzielle Unabhängigkeit
für Frauen so wichtig ist &
Kenne deinen Wert! – Gehaltsverhandlung für Frauen

Frauen sind heutzutage so gut ausgebildet wie nie zuvor und trotzdem stehen immer noch die gleichen Fragen im Raum wie früher. Helma Sick ermutigt Frauen, eine Ehe nicht mehr als Versorgungseinrichtung zu sehen, sondern sich um ihre eigene finanzielle Unabhängigkeit zu kümmern. Lebensnahe Beispiele aus ihrer Beratungspraxis und praktische Tipps machen den Vortrag zu einem spannenden Erlebnis.

Veranstaltet von: Kontaktstelle Frau und Beruf Ostwürttemberg
Referentin: Helma Sick, Betriebswirtin, Finanzexperte für Frauen, Feministin, Sachbuchautorin und Trägerin des Bundesverdienstkreuzes
Weitere Infos unter www.frau-beruf.info/veranstaltungen

Anmeldelink:
koala.komm.one/b/t/3e80f90d-2652-47f0-af28-842929420fc0?0