

THEATER

Clara und Friedrich - Die Revolution muss tanzbar sein über die Friedensaktivistin Clara Zetkin

Protagonisten des musikalischen Theaterstücks sind die beiden Söhne Maxim und Kostja Zetkin. Ihre Perspektive ist ein Schwungrad, beschleunigt bis zur maximalen Nenn-drehzahl über das Leben, Werk, und die Zeit ihrer Mutter, des Deutschen Kaiserreiches, des Weltkriegs, der Weimarer Republik bis ins Jahr 1933. Nichts darf aufhören. Alles muss weitergehen. Kein Werk ist abgeschlossen. Vollendung ist der Tod und der Tod ist eine Zumutung.

Die Friedensaktivistin Clara Zetkin hat nicht nur die Gefahren des aufkommenden Faschismus bereits früh erkannt, sondern wurde zu Beginn des 20. Jahrhunderts zu einer der anerkanntesten Vorkämpferinnen für die Gleichstellung der Frauen. So wurde am 8. März 1911 auf Ihre Initiative hin zum ersten Mal der Internationale Frauentag begangen. In Berlin ist der 8. März seit 2019 ein offizieller Feiertag. Das Frauenwahlrecht in Deutschland hat Clara Zetkin bereits 1918 durchgesetzt.

Produktion: EURE FORMATION.
Mit Lukas Ullrich und Till Florian
Beyerbach.
www.claraundfriedrich.de



 Freitag, 15. März 2024, 19.00 Uhr

 Jugendzentrum Klärwerk, Bruno-Hofer-Str. 8,
92224 Amberg

 5 €

 EBW Oberpfalz, ebw.oberpfalz@elkb.de oder
Tel. 09622 / 6079426

SEMINAR

Was geldet mich das an Dekanatsfrauentag in Sulzbach-Rosenberg

Frauen verdienen weniger als Männer, haben weniger Vermögen, weniger Rente. Trotzdem kümmern sich viele nicht um Geld. Woran liegt das? Wie gelingt finanzielle Gleichberechtigung?

Referent: Sabrina Gebhardt

 Samstag, 16. März 2024, 9.30 Uhr

 Gemeindezentrum Sulzbach-Rosenberg, Pfarrgasse
5, 92237 Sulzbach-Rosenberg

 kostenfrei

 EBW Oberpfalz, ebw.oberpfalz@elkb.de oder
Tel. 09622 / 6079426

VORTRAG

Geschichte der Frauenbewegungen

Bis in die 60er Jahre des 20. Jahrhunderts brauchte in Deutschland eine Ehefrau die Zustimmung ihres Mannes, wenn sie ein Arbeitsverhältnis eingehen wollte. Küche, Kinder, Kirche - das war die Norm.

Der Kampf von Frauen um Gleichberechtigung geht weit in die Geschichte zurück, von der Zeit der Aufklärung im 18. Jahrhundert über das Bildungsbürgertum und die Arbeiterfrauen des 19. Jahrhunderts bis hin zum umstrittenen Frauenwahlrecht im 20. Jahrhundert. Der Kampf um Gleichberechtigung ist nicht vorbei, noch immer gibt es trotz der Festlegung im Grundgesetz vielfache Benachteiligungen von Frauen.

Ein Vortrag über Geschichte, Gegenwart und Zukunft der Frauenbewegung.

Referent:innen: Corinna Groth & Pfr. Harald Hofmann

 Mittwoch, 20. März 2024, 18.30 - 20.00 Uhr

 Synagoge, Synagogenstr. 9, Sulzbach-Rosenberg

 kostenfrei

 vhs Amberg-Sulzbach, www.vhs-as.de oder
Tel. 09621 / 39 7700

STADTFÜHRUNG

Sulzbachs starke Frauen Stadtführung in Sulzbach-Rosenberg

Ein Streifzug durch die bedeutende Stadtgeschichte Sulzbach-Rosenbergs mit ihren starken Frauen, wie Bertha von Sulzspach, Pfalzgräfin Eleonora Philippina, Pfalzgräfin Maria Franziska von Sulzbach, oder die Tochter von Kommerzienrat Ernst Fromm, Maria Hamming, um nur ein paar Namen zu nennen. Was all diese Frauen verbindet und auszeichnet ist ihr Mut und Loyalität über eigene Grenzen hinweg.

Mut erfordert es 2024 von vielen Frauen immer noch, für ihre Rechte aufzustehen. So werden sie auf der Tour nicht nur interessantes über die starken Sulzbach-Rosenberger Frauen erfahren, sondern auch über die derzeitige Situation von Frauen.

Referentin: Tanja Weiß

 Freitag, 22. März 2024, 15.00 - 16.30 Uhr

 Luitpoldplatz, Geschichtsbrunnen,
Sulzbach-Rosenberg

 5 €

 vhs Amberg-Sulzbach, www.vhs-as.de oder
Tel. 09621 / 39 7700

Internationaler Frauentag 2024 #inspireinclusion

Veranstalter:

Evangelisches Bildungswerk
Oberpfalz

KEB
KATHOLISCHE ERWACHSENENBILDUNG
im Bistum Regensburg e.V.
Regionale KEB Amberg-Sulzbach

vhs
Volkshochschule
Amberg

vhs
Volkshochschule
Landkreis Amberg-Sulzbach

V.i.S.d.P.

Evangelisches Bildungswerk Oberpfalz e.V.
in den Dekanaten Sulzbach-Rosenberg und Weiden

Martin-Luther-Str. 11-15
92242 Hirschau
Telefon 09622/6079426
Telefax 09622/6079427
ebw.oberpfalz@elkb.de
www.ebw-oberpfalz.de



Quelle: Jorma Bork_pixelio.de

Feminismus im Fokus:
Fortschritt, Herausforderungen,
Visionen

#inspireinclusion

FRÜHJAHR 2024

SEMINAR

Selbstbehauptung für Frauen

Die Teilnehmerinnen lernen sich in unangenehmen Situationen souveräner zu verhalten. Dies umfasst in erster Linie eine selbstbewusste Reaktion auf unangemessenes Verhalten. Anhand von Rollenspielen werden Verhaltensmuster erlernt, die zur Selbstbehauptung beitragen (z. B. jemand setzt sich neben mich auf die Bank und rückt immer näher ran). Im weiteren Verlauf werden Selbstverteidigungstechniken, wie Stöße und Tritte erlernt, aber auch Befreiungstechniken aus Griffen.

Zusätzlicher Bestandteil des Kurses ist die Darlegung der rechtlichen Grundlagen der Selbstverteidigung. Hierzu wird eine Polizistin aus Ihrem Erfahrungsschatz referieren.

Abschließend werden mehrere Verteidigungs- und Befreiungstechniken gegen Angriffe von vorne, hinten, der Seite oder in Bodenlage anhand von Rollenspielen geübt, die beispielhaftes Verhalten verinnerlichen sollen. Während des Kurses wird ein Einblick in Karate gegeben; unter anderem dessen Geschichte, die 5 Elemente des Karate sowie deren Stilrichtungen.

Referent:innen: Tina Schmid & Jan Titschkowski

 Sonntag, 03. / 10. / 17. März 2024
jeweils 10 - 13 Uhr

 JKC Kümmersbruck, Am Butzenweg 39

 55 €

 vhs Amberg-Sulzbach, www.vhs-as.de oder
Tel. 09621 / 39 7700

SEMINARREIHE

Selbstbewusst in der Arbeitswelt! Integration von Frauen fördern!

Empowerment-Seminar für Frauen mit Migrationshintergrund

Wir möchten Sie dazu anregen, das notwendige **Selbstbewusstsein** zu entwickeln, um sich bei einem **Bewerbungsgespräch** vorzustellen, auch, wenn sie der Ansicht sind, dass ihr Deutsch noch nicht gut genug ist und zudem Vorbehalte Frauen mit Migrationshintergrund gegenüber bestehen könnten.

Wir möchten bewirken, dass Sie sich im beruflichen Kontext sicher genug fühlen, um eine Tätigkeit aufzunehmen, die ihrer Qualifikation nach Möglichkeit entspricht.

Inhalt des Seminars:

stimm- und körpersprachliche Techniken, Selbstsicherheitsübungen, Kommunikationstechniken und kreative Übungen, damit Sie zu Ihrer eigenen Energie und Entschlossenheit finden.

Referentin:

Carola Wegerle,
Dozentin für Kommunikation
(www.sprechtechnik.com),
Studium der Indologie,
Islamwissenschaften und Ethnologie



 04. - 07. März 2024, jeweils 13.00 - 17.00 Uhr

 Volkshochschule Amberg, Zeughausstraße 1A,
92224 Amberg

 kostenfrei, Förderung Bayerisches Staatsministeriums des Innern, für Sport und Integration

 vhs Amberg, www.vhs.amberg.de oder
Tel. 09621/10-1238

VORTRAG

Frauenleben im Mittelalter

Das Weib sei dem Manne untertan!

Betrachtet man die Frauen in der Geschichte gab es sie schon immer die „Rebellinnen“ die sich nicht den von Männern dominierten Bild der Frau unterwarfen, wie z.B. Jeanne d'Arc, Hildegard von Bingen, Katharina von Bora und Queen Elisabeth I.

Ihre Geschichten stechen aus einer von Männern dominierten Welt und geprägten Weltbild hervor. Wie erging es im Gegensatz dazu den anderen Frauen? Wie lebten sie? Was waren ihre Rechte und Pflichten? Wie sah der Alltag aus? Durften Sie Berufe ausüben? Wie sah das Schönheitsideal und die Hygiene aus?

Die Geschichte der Frauen zeigt, dass der Kampf für die Rechte der Frauen Jahrtausende alt ist und von all diesen Frauen weltweit getragen wurde und getragen wird. Denn eins lehrt uns die Geschichte, Frauen waren und sind schon immer Rebellinnen gewesen.

Referentin: Tanja Weiß

 Mittwoch, 06. März 2024, 19.00 - 20.30 Uhr

 Pflasterzollhaus, Sulzbach-Rosenberg

 5 €

 vhs Amberg-Sulzbach, www.vhs-as.de oder
Tel. 09621 / 39 7700

AUSSTELLUNG

Frauen unter sich: Rebellinnen

Ausstellungseröffnung

Die Ausstellung „Rebellinnen“ stellt Frauen verschiedener Epochen aus dem deutschsprachigen Raum vor. Viele von ihnen sind berühmt, einige weniger bekannt. Eines aber vereint sie alle: Ihr Leben und ihre Taten haben unsere Gesellschaft verändert. Ihre Lebenswege ermutigen uns dazu, unseren eigenen Weg zu gehen und unsere Ziele nicht aus den Augen zu verlieren.

Ausstellungseröffnung mit einem Vortrag ist am 08.03.2024. Die Ausstellung ist bis zum 22.03.2024 im Foyer der Stadtbibliothek Amberg zu sehen.

Referentin: Claudia Schreck

 Freitag, 08. März 2024 um 18 Uhr

 Stadtbibliothek, Zeughausstraße 1A,
92224 Amberg

 EBW Oberpfalz, ebw.oberpfalz@elkb.de oder
Tel. 09622 / 6079426

SEMINAR

Die natürliche Stimme ent - decken. Den Körper zum Klingen bringen

Wirkung von Sprechen & Stimme

Der Kurs richtet sich an alle die gerne singen oder sprechen, schon immer mal singen wollten oder/und ihre Stimme im beruflichen Alltag brauchen.

Die Stimme ist ein wesentlicher Ausdruck unserer Persönlichkeit im Privaten oder im Beruf. In diesem Workshop steht die Freude an der eigenen Stimmentwicklung im Vordergrund. Spielerisch werden wir den Zusammenhang zwischen Körper, Atmen und Stimme erfahren. Wahrnehmungs-, Körper- und Atemübungen werden dem natürlichen Stimmpotenzial Türen öffnen. Unser innerer Zensor darf eine Pause einlegen. Faszien und Nervensystem werden aktiviert und bahnen den Weg für einen individuellen Körperklang.

Mitbringen: bequeme Kleidung (keine Jeans), warme Socken und eine Yoga - oder Gymnastikmatte

Referent:in: Reinhild Kuhn



 Samstag, 09. März 2024, 9.00 - 16.00 Uhr

 Auferstehungskirche, Dollackerstrasse 27,
92224 Amberg

 50 €

 EBW Oberpfalz, ebw.oberpfalz@elkb.de oder
Tel. 09622 / 6079426

SEMINAR

Auf los geht's los – (Quer-)Einstieg in die Kinderbetreuung

Sie interessieren sich für die Arbeit mit Kindern und möchten herausfinden, welche Einstiegsoptionen möglich sind?

In dieser Veranstaltung erhalten Sie Informationen rund um die Fragen:

Wie ist die aktuelle Arbeitsmarktsituation in der Region? Welche Berufe / Einstiegsmöglichkeiten gibt es in der Kinderbetreuung? Was muss ich an Qualifikation mitbringen und wo kann ich dann arbeiten? Im Anschluss an die Veranstaltung steht Ihnen Florian Herrmann, Berufsberater für Erwachsene der Arbeitsagentur Schwandorf, für Fragen zur Verfügung.

Referent: Florian Herrmann

 Dienstag, 12. März 2024, 18.00 - 19.30 Uhr

 vhs Sulzbach-Rosenberg, Vortragssaal 2. Stock,
Obere Gartenstraße 3, 92237 Sulzbach-Rosenberg

 kostenfrei

 vhs Amberg-Sulzbach, www.vhs-as.de oder
Tel. 09621 / 39 7700