

Frauenakademie

Studienbuch

Aufbaukurs 21-1

vhs-Haus

Eberbach

Stundenplan Frauenakademie Eberbach

vhs-Haus

Studienjahr 2021-2

September 2021 bis Januar 2022, immer mittwochs, 8:30 – 11.45 Uhr

15.09.21	Dr. Friederike Werling Die Geschichte der Meere
22.09.21	
29.09.21	Nora Abdel Rahman Über das Leben von uns und anderen lesen und reden
06.10.21	Christin Dietz-Roth Gerichtsverhandlung – „live“
13.10.21	Andrea Bock Wie geht es nach dem Brexit den Menschen in Großbritannien und in der EU bzw. Deutschland?
20.10.21	Hedi Blumer Die Kraft des Atmens
27.10.21	Barbara Coors FrauenLebenSchreiben – das Jahresprojekt
10.11.21	Ruth Leifeld Der Maghreb
17.11.21	
24.11.21	Hedi Blumer Die Kraft des Atmens
01.12.21	Dr. Martina Kitzing-Bretz Asklepios trifft Hygieia
08.12.21	Christof Roos Ingeborg Bachmann (1926 – 1973)
15.12.21	Christof Roos Die Figur der Loreley in Dichtung und Musik
12.01.22	Barbara Coors FrauenLebenSchreiben – das Jahresprojekt
19.01.22	Vilde Håvardstun-von Cube Eine Ethnologische Feldforschung nach Papua Neu Guinea

Die Geschichte der Meere

Dozentin: Dr. Friederike Werling

Die (geologische) Geschichte der Meere begann vor Urzeiten und noch heute wird die Verteilung von Land und Meer durch die Plattentektonik kontinuierlich verändert. An untermeerischen Gebirgen entsteht neuer Ozeanboden, an anderen Stellen taucht er wieder in den Erdmantel ein. Dabei entstehen bis über 10 Kilometer tiefe Gräben. Während der gesamten Erdgeschichte lagerte sich das von den Landmassen abgetragene Material in den Meeresbecken ab. Diese fossilienreichen Sedimente sind Zeugen einer bewegten Vergangenheit und wertvolle Klimaarchive zugleich.



Doch Meere sind auch Sehnsuchtsorte, sie schaffen Freiheitsgefühle und wecken Neugier auf das Unbekannte und Geheimnisvolle unter und über der Wasseroberfläche. Mangrovenwälder, Steinsalz, Radiolarien, weiße Raucher, Manganknollen und Priele im Wattenmeer: Mit einem „Potpourri“ von Themen, die sowohl Altbekanntes als auch Neues aufgreifen, erkunden wir die unterschiedlichen Bereiche der Ozeane, von der Tiefsee bis zum Plankton in den oberen Wasserschichten, von den Küsten an Nord- und Ostsee bis in die Flüsse.

Über das Leben von uns und anderen lesen und reden

Dozentin: Nora Abdel Rahmann

„Wie ich euch nenne, sagt nichts über euch aus oder nur selten; wie ich euch nenne, sagt aber alles über mich.“, spricht der US-amerikanische Schriftsteller James Baldwin 1963 in seiner Rede vor Schülern einer Highschool in Oakland, Kalifornien. Im gleichen Jahr schreibt der Autor, der 1924 in Harlem, New York City, geboren wird „Nach der Flut das Feuer“. Baldwins Plädoyer über eine in weiter Ferne liegende Gemeinschaft von Menschen in Freiheit wird in Amerika zum Bestseller.

„Wut kann uns dabei helfen, unsere Differenzen zu klären, aber auf lange Sicht ist Stärke, die allein aus Wut entsteht, eine blinde Macht und damit ungeeignet, die Zukunft zu gestalten.“, schreibt die US-amerikanische Autorin Audre Lorde in „Sister Outsider“. In ihren Essays, die 1984 erstmals in den USA erscheinen, spricht die 1934 ebenso wie Baldwin in Harlem, New York City, geborene Aktivistin und Feministin zwar über die Wut, die ihr Leben und Denken begleitet, vor allen Dingen schreibt sie aber über die Möglichkeiten der Selbstermächtigung. Es lohnt sich, diese Autoren zu lesen, weil ihre Aktualität erschüttert und ihre Schriften die Basis bilden für zeitgenössische Debatten über Rassismus und das Leben mit einer schwarzen Haut.

- **Audre Lorde, Sister Outsider, München 2021 (Carl Hanser Verlag)**
- **James Baldwin, Nach der Flut das Feuer, München 2020 (dtv)**

Gerichtsverhandlung – „live“

Dozentin: Christin Dietz-Roth

Mit Hilfe eines Rollenspiels werden wir eine konflikträchtige Situation im Rahmen einer Gerichtsverhandlung darstellen und nachspielen.

Mit den Mitteln der gewaltfreien Kommunikation werden wir versuchen, alle Beteiligte im Rahmen des dargestellten Konflikts zu erhören, die Bedürfnisse und Interessen darzustellen und eine Lösung zu erarbeiten.

Das Rollenspiel soll einen familienrechtlichen Fall abbilden.

Wie geht es nach dem Brexit den Menschen in Großbritannien und in der EU bzw. Deutschland?

Dozentin: Andrea Bock

Bei unserem letzten Treffen kam das Thema auf: nach dem Brexit und jetzt?

Wie geht es der Bevölkerung damit? Wir wollen uns mal ansehen, was sich für die Bürger*innen im täglichen Leben in vielen Bereichen geändert hat, sowohl in GB als auch bei uns. Was hat der Brexit gekostet? Was bedeutet das für die Menschen vor Ort? Mit Beispielen aus meinem Bekannten- und Freundeskreis und auch aus der Zeitung wollen wir diesen Fragen nachgehen und lebhaft darüber diskutieren.

Ich freue mich darauf, Sie wiederzusehen und zu diskutieren!

Die Kraft des Atmens

Dozentin: Hedi Blumer

In diesem Baustein wollen wir nicht nur einmal tief durchatmen, sondern den Atem mit all seinen verschiedenen Aspekten besser verstehen und nutzen lernen.

Atmen bedeutet Leben. Unser Leben beginnt mit dem ersten Atemzug und endet mit dem letzten. Meistens machen wir uns über das Atmen keine Gedanken, so selbstverständlich atmen wir ein und aus. 12 bis 20 x pro Minute. Das ändert sich, wenn das Luftholen beispielsweise durch eine Krankheit oder durch Smog erschwert wird. Covid 19 hat uns dies deutlich vor Augen geführt. Doch wir können den Atem auch für uns nutzen: für eine volle Stimme, um zur Ruhe zu kommen, um Stress zu reduzieren, für bestimmte sportliche Leistungen u.a. Es gibt uralte Techniken den Atem zu nutzen und auch neue wissenschaftliche Erkenntnisse.

Nebst vielen Informationen zum Atemgeschehen werden wir uns zwischendurch Zeit nehmen zu spüren, wie die Luft ein- und wieder ausströmt und uns bewusst machen, wie jeder Atemzug das Innere mit der Außenwelt verbindet, um dem Kraft des Atems auf die Spur zu kommen.

Welche inneren Grundhaltungen sind hilfreich?

Wie können wir Ressourcen neu entdecken bzw. neue Ressourcen aktivieren?

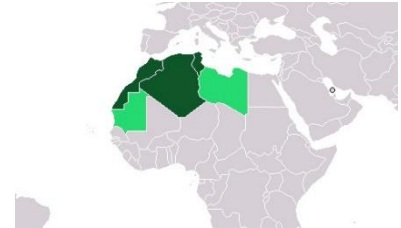
Durch verschiedene Übungen und Praxisbeispiele übertragen wir das Resilienz-Modell auf Alltagssituationen und entwickeln Lösungsschritte, um in Belastungs- und Krisensituationen die eigene Resilienz zu fördern und ggf. andere Menschen in schwierigen Situationen zu unterstützen.

FrauenLebenSchreiben – das Jahresprojekt der Frauenakademie

Dozentin: Barbara Coors

FrauenLeben sichtbar machen, wertschätzen und reflektieren – das ist Ziel dieses Projektes, das ich gerne mit Ihnen durchführen möchte.

Und gerade die Erfahrungen dieser jüngsten Zeit führen uns noch mal vor Augen, wie sinnvoll es ist, über unser (Frauen-)Leben nachzudenken. Von daher wird es an diesem Morgen neue Anstöße geben. Wir werden aber auch schon in die ersten Geschichten hineinhören, die vielleicht im Laufe des Jahres entstanden sind. Also: wenn Sie schon Ihre Geschichte geschrieben haben: Mitbringen!!!



Der Maghreb

Dozentin: Ruth Leifeld

Nach heutigem Verständnis bezeichnet der Maghreb die Region Nordafrika mit den Staaten Mauretanien, Algerien, Tunesien, Libyen und Marokko mit dem völkerrechtlich umstrittenen Gebiet der Westsahara. Eine Grenze lässt sich auch kulinarisch ziehen: mit der Verbreitung von Couscous – einem Gericht aus gedämpftem Weizen-, Gersten- oder Hirsegries.

Der arabische Begriff leitet sich ab vom "Ort des Sonnenuntergangs" und wurde erstmals im Mittelalter verwendet, um die Gebiete westlich von Ägypten zu benennen.



Auf dem Boden des heutigen Maghreb haben sich unterschiedliche Kulturen über die Jahrtausende vermischt und gegenseitig beeinflusst. Zahlreiche Zivilisationen von den Phöniziern, Römern und Byzantinern über die Araber und Mauren bis hin zum Osmanischen Reich und den Europäern haben im ursprünglichen Land der Berber, einem Nomadenvolk, ihre Spuren hinterlassen.

Muslimische Frauen waren führend an der Protestbewegung 2011, dem „Arabischen Frühling“ beteiligt. Heute, 10 Jahre danach, befindet sich der Maghreb an einem Wendepunkt seiner Geschichte. Radikaler Islamismus, Terroranschläge, kriegerische Konflikte, hohe Jugendarbeitslosigkeit und verstärkte Migration fordern die Gesellschaften heraus.



Wir werden uns mit der Geografie, der Geschichte und der aktuellen Situation der Maghreb-Länder befassen.

Asklepios trifft Hygieia

Heilkunst, Anatomie und Gesundheit im Spiegel der Kunst

Dozentin: Dr. Martina Kitzing-Bretz

Heiligtümer des Heilgottes Asklepios wie in Epidauros waren in der Antike Wallfahrtsorte. Leonardo, der selbst Leichen seziierte, schuf anatomische Darstellungen des Menschen. Im Barock erreichte das Gruppenbild der Anatomie mit Rembrandt einen Höhepunkt. Die Gestalt der Gesundheit verkörpernden Hygieia regte im Jugendstil Gustav Klimt an.

Ingeborg Bachmann (1926 – 1973)

Dozent: Christof Roos

Neben Else Lasker-Schüler, Rose Ausländer und Hilde Domin gilt Ingeborg Bachmann als eine der großen deutschsprachigen Lyrikerinnen des 20. Jahrhunderts. Als sie 1953 für ihren Gedichtband „Die gestundete Zeit“ den Preis der (Dichter-)Gruppe 47 erhielt, schaffte sie es auf die Titelseite des „Spiegel“. 1964 folgte der renommierte Büchner-Preis. Wir werden einige ihrer Gedichte betrachten, Auszüge aus ihren Prosatexten lesen und einen Blick auf ihr schwieriges, bewegtes Leben werfen.

Die Figur der Loreley in Dichtung und Musik

Dozent: Christof Roos

Für Deutschland-Reisende ist der Loreley-Felsen bei St. Goar ein Muss. Clemens von Brentanos Ballade und Heinrich Heines Gedicht haben den Mythos von der schönen, männermordenden Frau in die Welt getragen, Komponisten wie Friedrich Silcher („Ich weiß nicht, was soll es bedeuten ...“), Robert Schumann, Franz Liszt und Dmitri Schostakowitsch haben ihm musikalische Gestalt verliehen.

Wir werden den Mythos auf seine Wurzeln wie auf seine Wirkung untersuchen und Gedichte wie Musik betrachten.

Eine Ethnologische Feldforschung nach Papua Neu Guinea

Dozentin: M.A. Vilde J. Håvardstun-von Cube

An diesem Vormittag möchte Ich Sie gerne auf meine Feldforschung nach Papua Neu Guinea mitnehmen.

Wie leben die Menschen auf einer kleinen Insel in Papua Neu Guinea? Wie sieht Ihr Alltag aus, was ist ihnen besonders wichtig und welche Herausforderungen haben sie in Bezug auf den Klimawandel? Nach einer kurzen Einführung in ethnologische Forschungsmethoden und die „ethnologische Denkweise“ werden wir gemeinsam diese, für uns fremde, Kultur in ihrer Vielschichtigkeit kennen und verstehen lernen.

Ich freue mich auf einen spannenden und entdeckungsreichen Vormittag mit Ihnen!