



Newsletter April 2023

Liebe Mitglieder, liebe Interessierte

Rubriken

1. Mitteilungen und Vereinsaktivitäten von frauenaargau
2. Hinweise und Aktivitäten Runder Tisch
3. Hinweise der Einzelmitglieder von frauenaargau
4. Gute Neuigkeiten und Errungenschaften
5. Rund um Gleichstellung
6. Kulturtipps im Aargau und Region
7. Diverses

1. Mitteilungen und Vereinsaktivitäten von frauenaargau

Worte vom Vorstand

Noch selten war der Vorstand von **frauenaargau** mit so vielen unterschiedlichen Projekten beschäftigt, die aber alle gemeinsam haben, dass sie mehr Gleichstellung im Aargau bewirken sollen.

Das Schönste an diesen Projekten: Alle finden in Kooperation mit vielen verschiedenen Menschen statt, Menschen verschiedenen Alters, politischer Gesinnungen und mit unterschiedlichen Erwartungen. Das ist nicht immer einfach, braucht oftmals Klärung und bringt uns erstaunlicherweise in so vielen Fällen näher zusammen. Netzwerkarbeit lebt und belebt.

Neben den aktuellen Projekten, dem [Mentoring Aargau](#), dem Kompetenzzentrum Gleichstellung Aargau, dem feministischen Streik, dem [Runden Tisch](#) und der anstehenden [Mitgliederversammlung](#), haben wir ein vielfältiges Programm für einen "[Lustmonat im Mai](#)" zusammengestellt. Neben unseren eigenen Veranstaltungen (Wen-Do Workshop und zwei Lesungen) findet ihr auch Veranstaltungen von Frauen* aus unserem Netzwerk, die euch herzlich zu ihren Workshops und Veranstaltungen einladen.

Zu unserer grossen Freude haben wir mit **Stefanie Birrer** auch noch weitere Unterstützung im Vorstand bekommen. Ihr könnt sie an unserer MV am 24. April in Aarau kennenlernen. Wir freuen uns sehr, wenn wir euch alle dann im Kino Freier Film begrüßen dürfen und mit euch zusammen den Film [Mi pais imaginario](#) schauen können, der uns alle sicher "gluschtig" macht auf den kommenden feministischen Streik am 14. Juni.

Du hast keine Einladung zur Mitgliederversammlung am 24. April 23 erhalten? Dann bist du noch nicht Mitglied in unserem Verein. Das ist völlig ok. Wenn du unsere Engagements und das grosse Frauennetzwerk jedoch bewusst unterstützen möchtest, auch finanziell, würde es uns sehr freuen, wenn du Mitglied bei **frauenaargau** wirst. Mehr dazu und eine Anmeldeöglichkeit findest du [hier](#).

Mit viel Vorfreude

Norina Schenker, Vorstand **frauenaargau**

Mitgliederversammlung frauenaargau

Wir freuen uns, dass wir uns in diesem Jahr wieder physisch für die Mitgliederversammlung (MV) treffen können. Wir verbinden die MV gleich mit einer kulturellen Aktivität und zeigen euch im [Kino Freier Film Aarau](#) nach dem offiziellen Teil einen aktuellen feministischen Film.

Eintreffen ab 18:00 Uhr, 18:30 Uhr: Mitgliederversammlung, anschliessend um 19:30 Uhr: kleiner Apéro

20:00 Uhr: Filmvorführung Trigon-Film "[Mi pais imaginario](#)", 21:30 Uhr: Abschluss

Montag, 24. April 2023, 18:30 Uhr || Freier Film, Aarau || Anmeldung: anmeldung@frauenaargau.ch || Weitere Infos [hier](#)

frauenaargau <small>besser vernetzt</small> MV 2023 UND FILM	Montag, 24. April 2023 Im Freien Film Aarau
	19:30 Uhr: kleiner Apéro 20 Uhr: Film „Mi pais imaginario“ für alle Interessierten Eintritt gratis
18:30 Uhr: Mitgliederversammlung nur für Mitglieder	



Anmeldung:
anmeldung@frauenaargau.ch

Lustmonat Mai 2023

Im Mai 2023 wollen wir unsere Lust, unsere Hingabe und Leidenschaft für das, was uns Freude macht neu entfachen. Dazu haben wir euch ein vielseitiges Programm zusammengestellt, das einerseits von verschiedenen Mitgliedsfrauen* und andererseits vom Vorstand von **frauenaargau** organisiert wird.

Dabei steht das Motto "Nur Ja heisst Ja" im Vordergrund. Nur wenn wir wissen, was uns Lust und Freude bereitet, können wir auch aus vollem Herzen "Ja" sagen.

Wir stellen euch hier die ersten vier Anlässe etwas näher vor. Die drei weiteren Anlässe stellen wir im nächsten Newsletter vor. Alle Anlässe findest du auf unserer Website [hier](#)

Aarauer Frauenkreis

Gönne dir eine Auszeit vom Alltag und erfahre in einer sicheren Atmosphäre wie kraftvoll es sein kann, wenn Frauen zusammen kommen, um sich gegenseitig zu inspirieren, reflektieren und zu unterstützen.

Pro Abend vertiefen wir jeweils ein Thema und lassen dich durch verschiedene Impulse (Austausch, Tanz, Körperübungen, Trommelreisen etc.) ins Thema eintauchen.

Der Kreis soll ein Ort sein, wo du dich fallen lassen sowie ganz du selbst sein kannst. Zudem verbindest du dich mit wunderbaren Frauen rund um Aarau.

Wir freuen uns, dich im Mai-Frauenkreis zum Thema Lust überraschen zu dürfen.

Workshopleiterinnen: **Fabienne Roth** || Coach & Hypnosetherapeutin und **Marion Wehrli** || Ritualfachfrau (in Ausbildung)

Freitag, 5. Mai 2023, 20:15 bis 22:15 Uhr || Coyogaspaces Aarau, Buchserstrasse 15, 5000 Aarau || Kosten: CHF 39 (bar oder via Twint) || Mitbringen: Bequeme Kleidung || Anmeldung direkt bei **Fabienne Roth** [hier](#)



Feminine Awakening

Der weibliche Schossraum...ein Dschungel von Begriffen, Mythen, Halbwahrheiten und viel Irritation.

Er/Sie gilt seit jeher als Kraftquelle, Lebensenergie und Zugang zu unserer Intuition und Kreativität. Natürlich verbinden wir damit auch unsere Weiblichkeit und Sexualität. Alles hängt miteinander zusammen und verwebt sich zu einem grossen Ganzen.

Ich bin Paartherapeutin und Psychotherapeutin, leite regelmässig Aufstellungs-Circles in Aarau und das Thema Sexualität, Orgasmus und Weiblichkeit sind immer wiederkehrende Themen und Begleiter. Beruflich wie auch privat. Ich liebe die Lust in all ihren Facetten und freue mich sehr, diesmal gezielt mit einer Reihe von anderen Frauen auf diese Reise zu gehen.

In meinem vierstündigen Workshop möchte ich Dich mitnehmen in die Welt der Mythen und falschen Konditionierungen über unsere Yoni und unsere Orgasmusfähigkeit. Dir kleine, alltagstaugliche Körperübungen zeigen und, in einem sicheren Kreis von anderen Frauen, die Gelegenheit geben, dich zu verbinden, auszutauschen und zu zeigen, so wie du bist.

Workshopleiterin: **Judith Bernauer** || Psychotherapeutin FSP

Samstag, 6. Mai 2023, 9 bis 13 Uhr || Rathausgasse 17, 5000 Aarau || Kosten: CHF 75 || Mitbringen: Bequeme Kleidung und wenn vorhanden Yoga Kissen || Anmeldung direkt bei **Judith Bernauer** [hier](#)



Wen-Do Workshop

Willst du Neues wagen, über dich hinauswachsen, die eigene Kraft erleben, spüren wie stark du bist, lustvoll "Nein" sagen und schlagfertig und trittsicher in den Frühling gehen? Dann bist du hier genau richtig!

Wen-Do bedeutet übersetzt „Weg der Frau“. Wen-Do ist eine körperliche und geistige Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungsart, welche als Präventionskonzept speziell von Frauen* für Frauen* und Mädchen* entwickelt wurde. Wen-Do ist keine Kampfsportart, sondern arbeitet mit stärkenden Techniken und verbal-lösungsorientierten Ansätzen.

Weitere Informationen findest du unter: www.wendo-aargau.ch

Workshopleiterin: **Stefanie Birrer**, Wen-Do Aargau

Samstag, 13. Mai 2023, 14 bis 17 Uhr || Kirchensaal der röm. kath. Pfarrei Peter und Paul, Poststrasse 15, 5000 Aarau ||

Kosten: 30 CHF/10 CHF für frauenaargau Mitglieder || Anmeldung: bis am 10. Mai direkt bei

stefaniebirrer@frauenaargau.ch



frauenaargau
besser vernetzt

 **Wen-Do Aargau**
— WEG DER FRAU —

Lust auf Lust (women* only)

Wie entsteht sexuelle Lust im Körper? Wie kann ich sie gezielt steigern und lenken? Welche Gründe können zu einem Lustverlust führen? Diesen und weiteren Fragen gehen wir in diesem Workshop lustvoll nach. Nebst Wissensinput und praktischen Übungen bleibt auch Zeit für den Austausch persönlicher Erfahrungen und für Fragen.

Workshopleiterinnen: **Ariane Speck** || Sexualberaterin, Sexologin und **Sandra Kohler** || Du mit Dir – Empowering Sexualcoaching | dumitdir.ch

Sonntag, 14. Mai 2023, 10 bis 14 || Du mit Dir, Bäderstrasse 11a, 5400 Baden || Kosten: CHF 85 | 15% Vergünstigung für Mitglieder von **frauenaargau** || Mitbringen: Bequeme Kleidung, dicke Socken, Trinkflasche, Zmittag, Notizmaterial || Anmeldungen: Bitte mittels E-Mail an sandra@sexualtherapie-kohler.ch bis Samstag, 6. Mai 2023. Deine Anmeldung ist verbindlich. Die Plätze sind beschränkt.



2. Hinweise und Aktivitäten Runder Tisch



Startveranstaltung von Mentoring Aargau

frauenaargau und die Aargauer Frauenzentrale nutzen den internationalen Tag der Frau, um das Programm Mentoring Aargau zu starten. Im Kanton Aargau sind Frauen in den massgebenden politischen Gremien noch immer stark untervertreten oder gar nicht vorhanden. Die politischen Entscheidungsprozesse werden immer noch einseitig von Männern geprägt. Im Odeon in Brugg trafen sich zwölf Frauenteam, welche sich während dem nächsten Jahr regelmässig treffen werden. Junge Frauen sind zwar politisch interessiert, sie ziehen jedoch nur selten eine Politkarriere oder eine Laufbahn in einem politischen Umfeld (Verband, NGO etc.) in Betracht. Sei es aufgrund fehlender Vorbilder, sei es aufgrund des mangelnden Einblicks in dieses Berufs- und Wirkungsfeld.

Das Mentoring-Programm soll den Wunsch nach einem politischen Engagement bestärken und die politische Kompetenz (junger) Frauen gezielt und individuell fördern. Besonders die Möglichkeit, das Netzwerk der Mentorin zu nutzen, kann für die Mentees gewinnbringend für das weitere politische Fortkommen und als Hilfe für den Aufbau eines eigenen Netzwerkes dienen. Das Mentoringprogramm soll während dreier Jahre angeboten werden. Die Organisatorinnen sind überzeugt, mit diesem Programm die Frauenvertretung für die Nationalratswahlen, Grossratswahlen und Gemeinderatswahlen zu stärken.



Einige Mentees, Mentorinnen und die Organisatorinnen von Mentoring Aargau

Aargauischer Katholischer Frauenbund

Offene Veranstaltung: «Pfefferoni»

Referat von Prof. **Margrit Stamm**, Erziehungswissenschaftlerin und Direktorin des Forschungsinstituts Swiss Education Aarau zum Thema «Die Akademisierung in der Berufswelt und ihre Folgen». Öffentliche Veranstaltung, ohne Anmeldung. Beim anschliessenden Apéro besteht die Möglichkeit, sich gegenseitig auszutauschen.

Donnerstag, 1. Juni 2023, 18 bis 19:30 Uhr || Grossratsgebäude Aarau || Eintritt: 20 CHF/AKF-Mitglieder: 10 CHF || Mehr Infos auf dem Flyer [hier](#)

Besuch im «Haus der Religionen» in Bern: «Heilsame Momente»

Am Morgen erhalten wir einen Einblick ins ganze Haus der Religionen. Am Nachmittag besuchen wir wechselnd Workshops zu Buddhismus und Hinduismus.

Donnerstag, 22. Juni 2023, ganzer Tag, bis 10:00 Uhr individuelles Eintreffen || «Haus der Religionen», Bern || Kosten: 85 CHF/AKF-Mitglieder 75 CHF, inbegriffen sind Führung, Workshops, Mittagsmenu mit Getränken, Dessert und Kaffee || Anmeldeschluss: 17. Juni 2023, maximal 30 Personen || Mehr Infos auf dem Flyer [hier](#)



Bildung und Propstei, Schwerpunkt Frauen* und Gender

Himmel und Erde verbinden

Ruhe und Achtsamkeit erfahren. Shibashi ist Meditation in Bewegung und stammt wie Tai Ji und Qi Gong aus der chinesischen Heilkunst. Es umfasst 18 einfache Übungen, die poetische, naturbezogene Namen tragen. Himmel und Erde, Geist und Körper, Verstand und Gefühl, gehören im Shibashi zusammen. Leitung: **Susanne Andrea Birke**

Dienstag, 11. April 2023, 18 bis 19 Uhr || Sebastianskapelle, Kirchplatz, Baden || Anmeldung bei susanne.birke@kathaargau.ch || Mehr Infos [hier](#)

Maria von Magdala: Liturgiefeier vor der Kirchentür

Die Initiative «Maria von Magdala - Gleichberechtigung. Punkt. Amen.» lädt zum Gottesdienst vor der Kirchentür ein. Diese Feier wird gestaltet von **Susanne Andrea Birke**, Theologin, QiGong- und JSJ-Selbsthilfelehrerin, Atemtherapeutin IKP sowie Markus Heil-Zürcher, Gemeindeleiter der Katholischen Kirchgemeinde Wettingen und langjähriger AoH-Anwender

Samstag, 22. April 2023, 18 bis 18:45 Uhr || vor der Kath. Kirche St. Anton, Wettingen || Weitere Infos [hier](#)



SWONET - Swiss Women Network

13. SWONET Business & Network Day: «15 Jahre Wandel erfordert ein sich ständiges Drehen und Wenden und den Blick neu ausrichten»

Wir freuen uns darauf, Sie zu einem impulsreichen Programm begrüßen zu können.

Willkommenskaffee nach dem Mittag mit Aussteller:innen-Lounge.

Begrüssung im Plenum durch die Moderatorin **Mona Vetsch**, anschliessend zwei Impulsreferate und nach einer Pause zwei bis drei weitere Impulsreferate.

Auftritt der Künstlerin **Nina Buri** und anschliessend Apéro und Podium vor dem Stehdinner.

Freitag, 21. April 2023, ab 12:15 bis ca. 22 Uhr || CAMPUSSAAL Kultur + Kongresse in Brugg Windisch || Kosten: 225 CHF || Weitere Infos und Anmeldung [hier](#)

hochsensible Kinder betreuen und begleiten, wie z.B. (Gross)Eltern, Lehrpersonen (Spielgruppe bis Schule), Sozialpädagog* innen, Sozialarbeitende, Soziokulturelle Animator*innen, KITA-Mitarbeitende usw.
Mehr Informationen zu meinem Angebot und mir, inkl. Selbsttest zur Hochsensibilität, findet ihr auf meiner Website unter: nicoleleu.com

Nächstes Referat via Zoom:

Montag, 01. Mai 2023 von 20 bis 22 Uhr || via Zoom || CHF 29 pro Person oder CHF 49 pro Paar || Mehr Infos [hier](#)



4. Gute Neuigkeiten und Errungenschaften

Feministischer Streik 2023

Die Organisation für den nächsten feministischen Streik im Streikkollektiv läuft heiss. So sind bereits vor dem Streik, der am 14. Juni um 17 Uhr in Aarau stattfinden wird, noch weitere Veranstaltungen geplant, es wird an den Forderungen geschrieben, viel diskutiert und abgestimmt. Alle wichtigen Infos findet ihr neu auf der Website des feministischen Streiks [hier](#).

Vorbereitungsveranstaltungen:

Samstag, 15. April 2023, 20 Uhr || SAFE-RAVE, FLINTA-Party im Royal in Baden || Mehr Infos weiter unten oder direkt [hier](#)

Sonntag, 14. Mai 2023 || Gemeinsames Basteln auf der Brache in Aarau || Mehr Infos folgen...



Alliance F berichtet:

Sexualstrafrecht wird moderner: «Jein heisst Jein»

Der Nationalrat hat im Dezember im Sexualstrafrecht noch die Zustimmungslösung («Ja heisst Ja») gefordert. Der Ständerat seinerseits war aber nicht bereit von seiner Widerspruchslösung («Nein heisst Nein») abzurücken. Letzteres ist zwar ein Quantensprung zum aktuellen Nötigungsprinzip, geht aber nicht ganz so weit wie erhofft, denn 70 Prozent der betroffenen Personen sind gar nicht erst in der Lage, auch nur verbale Ablehnung zu äussern. Schliesslich hat die kleine Kammer einem Kompromiss zugestimmt, wonach Sex mit Opfern in der Schockstarre, sogenanntes Freezing, ebenfalls als Straftat gilt. Alliance F freut sich über das klar verbesserte und modernere Sexualstrafrecht, setzt sich aber auch in Zukunft für weitere Verbesserungen wie etwa eine klare Zustimmungslösung ein.

Wir fordern eine Individualbesteuerung, damit sich Erwerbsarbeit für alle lohnt

Wer in der Schweiz Steuern zahlt, soll künftig individuell besteuert werden. Anders als heute würden Ehepaare also je eine eigene Steuererklärung ausfüllen. So will es der Bundesrat und das Parlament. Die Individualbesteuerung ist auch ein wichtiges und langjähriges Anliegen von alliance F, denn sie schafft hohe Arbeitsanreize für Zweitverdienende und fördert damit die Chancengleichheit von Männern und Frauen. Der Staat profitiert von zusätzlichen Steuereinnahmen, die Wirtschaft von einem höheren Angebot an Fachkräften und die Gesellschaft von mehr Gleichstellung und einer besseren wirtschaftlichen Absicherung vieler Frauen, was den Sozialstaat der Zukunft entlasten wird.

5. Rund um Gleichstellung

Artikel von FrauenSicht: Schweizer Behörden bevormunden Frauen

Die «Pille danach» erhalten Schweizerinnen nur nach einer Beratung. Zudem ist Werbung dafür verboten. Diese Bevormundung kommt nun vor das Höchstgericht.

Ein [Werbeclip](#) für die «Pille danach» der französischen Herstellfirma HRA-Pharma zeigt, dass junge Frauen nach einem Verhütungsunfall viele Fragen haben. Die gesprochene Botschaft: «Dieser Körper ist meiner. Ich kann ihn immer noch schützen. Solche Entscheide soll man respektieren. Ein Baby? Vielleicht einmal. Was ich jetzt tue, ist das Richtige für mich. Es ist meine Zukunft. Ich bestimme darüber selber. Es ist mein Leben. Meine Entscheidung. Mein Morgen danach.» Die Herstellfirma darf mit dem Werbeclip junge Frauen in Grossbritannien über die Notfallverhütung informieren, aber seit der Revision des Heilmittelgesetzes 2019 nicht mehr in der Schweiz. Zum gesamten Artikel von FrauenSicht geht es [hier](#).

Kurzfilme: Freie Liebe! For ever young

Schluss mit dem Sexualdiktat! **Ovidie** und **Sophie-Marie Larrouy** zerlegen vorgefasste Meinungen und schlagen vor, zu tun, was wir wollen, wie wir wollen und nur, wenn wir wollen. In dieser Folge: Alterwerden scheint das Schlimmste für eine Frau* in der westlichen Gesellschaft zu sein. Was tun? In der Arte-Mediathek findest du alle Kurzfilme [hier](#)



Screenshot: Kurzfilm Freie Liebe!

Buchtipp: "Anti-Girlboss - Den Kapitalismus vom Sofa aus bekämpfen" von Nadia Shehadeh

"Work hard, party hard!" oder "Leistung zahlt sich aus!". Solche hohlen Phrasen kann **Nadia Shehadeh** nicht mehr hören. Was, wenn der Führungsjob mit Verantwortung keinen Spaß macht, Papier sortieren am Kopierer aber schon? Was, wenn man kein Leben auf der Überholspur führen möchte, sondern lieber auf der Couch liegt und auf "productivity" pfeift? Und was, wenn das von vielen gelobte Leistungsprinzip eigentlich nur eine Mär ist, die Statusunterschiede nicht erklären kann und Menschen unglücklich macht? Zur Buchbestellung beim Librium geht es [hier](#).

[Hier](#) findest du ein Interview von Watson mit der Autorin.



Buchtipp: "Das Ende der Ehe" von Emilia Roig

In "das Ende der Ehe" befasst sich **Emilia Roig** mit den patriarchalen Mustern, die die Ehe als Institution fördert. Sie ist dabei durch ihre persönlichen Erfahrungen motiviert, hat aber ein sehr wissenschaftliches Buch verfasst. Sie bezieht sich auf aktuelle Forschungsergebnisse, zeigt fehlende Forschungsbereiche auf und zitiert sowohl eindeutig feministische als auch allgemeine Quellen. Das ganze Buch ist sehr revolutionär. Es geht hier nicht um eine leichte Kursänderung sondern um drastische Veränderungen. Zu einer Rezension des Buches geht es [hier](#).

Zur Buchbestellung bei der Kronengasse Aarau geht es [hier](#).



Wissenschaft und Weisheit: Wer kümmert sich? Sorgearbeit in der Krise

Das Philosophische Seminar der Universität Zürich organisiert ab Mai die Weiterbildungsreihe Wissenschaft und Weisheit: Krisen. An acht Kurstagen soll ein Reflexionsraum geschaffen werden, um Krisen als kennzeichnendes Phänomen unserer Zeit besser zu verstehen und Reaktionsmöglichkeiten zu diskutieren. Die Kurse können einzeln besucht werden.

[Economiefeministe](#) ist am 28. Oktober vertreten: Wer kümmert sich? Sorgearbeit in der Krise.

Anmeldefrist: 27.4.2023 Anmeldung und weitere Informationen: [bitte hier entlang](#).

6. Kulturtipps im Aargau und Region

Konzert: Pina Palau im Kiff

Pina Palau, Singer-Songwriterin aus Zürich, lässt uns mit ihren Liedern staunen, schmunzeln, Alltägliches und Altbekanntes in einem neuen Licht sehen. Die Musik von **Pina Palau** macht gleichzeitig froh und nachdenklich. Sie

entführt uns in Alptäler und den amerikanischen Westen, vereint Folk mit Rock und Indie, melancholische Mundharmonika mit verzerrten Gitarrenriffs, erinnert an Künstlerinnen wie Phoebe Bridgers, Lucy Dacus oder Big Thief und ist doch etwas ganz Eigenes. Pina Palaus Debütalbum Illusion erschien 2022 unter dem Label Mouthwatering Records. Es klingt wie eine Sammlung von Kurzgeschichten: das Gefühl des Eingesperrtseins, wenn man tagelang keinen Menschen sieht. Ein Gespräch mit einer Freundin, die an Liebeskummer leidet. Alltagsbeobachtungen, die so zart und präzise erzählt werden, dass man sich unweigerlich selbst darin erkennt. Illusion wurde zusammen mit Mario Hänni produziert. Freitag, 14. April 2023, Türe: 20:30 Uhr || KIFF, Aarau || Eintritt CHF 25 || Mehr Infos [hier](#)



Party: FLINTA Soli-Party für den feministischen Streik Aargau

Der 14. Juni ist nah, aber die gerechte Gesellschaft ist noch sehr fern. Darum sammeln wir Geld und Energie für den Streik in Aarau, damit der Aufbruch in ein schönes Leben für alle weitergeht! Kommt an den Soli-Apéro ab 20 Uhr, Menschen jede Geschlechts & Alters sind herzlich willkommen. Ab 21:30 beginnt die Party für FLINTA Personen, und wir verabschieden uns für den Abend von unseren cis-männlichen Freunden ♡.

Samstag, 15. April 2023, Türe: 20:30 Uhr || KIFF, Aarau || Eintritt CHF 25 || Mehr Infos [hier](#)



Bühne: FINTA & VIEW - Live-Podcast

Sichtbarkeit und Diversität – FINTA*view porträtiert FINTA* Personen aus der Kulturbranche.

Im Kanal K Podcast von **Jana Heimgartner** und **Shannon Hughes** erfahren Interessierte von aktuellem Schweizer Kulturschaffen. Einmal im Monat treffen sich die beiden Podcasterinnen mit einer Persönlichkeit und sprechen über deren (künstlerische) Tätigkeiten – auch in die Bar im Stall bringen sie eine Gesprächspartnerin mit: Die Musikerin **Melicious**. In jeder Sendung werden FINTA* Songs aus der Schweiz vorgestellt und im Segment «FINTA* – Not to miss» folgen Empfehlungen von Events, Lesungen, Filmen. Wer live bei einem Podcast dabei sein will und mehr über das Kulturschaffen von FINTA* Personen in der Schweiz Bescheid wissen möchte, ist bei diesem Anlass genau richtig.

Auf [Kanal K](#) kannst du bisherige Sendungen hören.

VON & MIT: **Jana Heimgartner** & **Shannon Hughes**, ORGANISATION: Programmgruppe Bar im Stall & Kanal K, PODCAST GAST: **Melicious**

Dienstag, 25. April 2023, 20 Uhr || Bar im Stall, Aarau || Eintritt: Kollekte || Mehr Infos [hier](#)



Kraftakt Frauenstimm- und Wahlrecht: Projektion Hommage 2021

Für alle, die die Projektion auf dem Bundesplatz verpasst haben oder diese ein zweites Mal sehen wollen.

Die Projektion entstand zum 50-jährigen Jubiläum der historischen Abstimmung und wurde auf dem Berner Bundesplatz gezeigt. Dank einer Partnerschaft mit dem Verein Hommage 2021 und der Unterstützung der Gebert Rüt Stiftung ist die Multimediashow nun auch im Landesmuseum Zürich zu sehen.

Noch bis am 16. April 2023 || Landesmuseum, Zürich || Mehr Infos [hier](#)



Kleidertausch: Kleider tauschen und gemütliches Beisammensein

Wir tauschen Sommerkleider. Wie funktioniert? Kleiderschrank ausmisten, bis zu maximal 15 Kleidungsstücke (inkl. Accessoires, Schuhe oder Schmuck) kannst du für den Tausch bringen. Entweder du bringst deine Schätze am Freitagabend, 28.4. zwischen 17 und 20 Uhr ins Pfarrhaus oder am Samstag während des Tauschs. Am Samstag darfst du dann aus den Kleidern neue Occasions-Kleidungsstücke auswählen und behalten. In der gemütlichen Bistro-Ecke darfst du auch gerne Kaffee und Kuchen mit deiner Begleitung oder anderen Kleidertausch-Besucherinnen genießen.

Samstag, 29. April 2023, 11 bis 16 Uhr || Pfarrhaus: Brühlstr. 16, Kirchdorf (Obersiggenthal) || Kollekte || Mehr Infos [hier](#)



7. Diverses

Kinderbuch: Was ich von mir weiss

Eine zarte Geschichte über die vermeintlichen Unterschiede zwischen den Geschlechtern und eine Anregung, zu sich zu stehen. Der Junge liebt alles Bunte und hilft gerne daheim im Haushalt. Er fragt sich, ob das ungewöhnlich ist und ob er dem Geschlechterklischee nicht entspricht. Als er sich mit einem coolen Mädchen anfreundet, lernt er, dass man auch als Junge super mit Mädchen spielen und dazu stehen kann, dass es nicht wichtig ist, ob man blau oder rosa mag, ins Ballett oder Karatetraining geht oder lieber mit Puppen oder Autos spielt. Wichtig ist, zu wissen, wer man ist und was man mag! Für alle-Farben-liebende Kinder ab 6 Jahren.



Crowdfunding: Unverpackt im Rampenlicht

Mit einer schweizweiten Werbespotkampagne will der Verein Unverpackt Schweiz die Sichtbarkeit in der Öffentlichkeit fördern und unser Konzept ins Bewusstsein von noch mehr Menschen bringen. Denn unverpacktes Einkaufen ist einfach, nachhaltig und macht Spass! Wenn Du in lokalen Unverpacktläden einkaufen möchtest und ein Zeichen gegen Plastikwahn, Klimakrise und Umweltverschmutzung setzen willst, dann unterstütze sie mit diesem Crowdfunding [hier](#).



Hochsensibilität - Verhängnis & Segen zugleich?

Einige von euch mögen jetzt vom Titel erstaunt oder gar erschreckt sein. Doch wenn man das Ganze einmal mit ein wenig Humor und nüchtern betrachtet, bringt es meiner Meinung nach auf den Punkt. Hochsensibilität ist, wenn man einmal gelernt hat, damit umzugehen, ein wahrer Segen. Und doch bringt sie einen das Leben lang immer wieder an Grenzen, und ich glaube ich spreche da einigen aus dem Herzen. Es gibt Momente, in welchen sich man wünscht, nicht so schnell reizüberflutet zu sein. Erkennst du dich in einigen Aussagen wieder?

... sehr emphatisch ... vermeiden von grossen Einkaufszentren ... gelangweilt von Smalltalk ... schnell von Gefühlen/Stimmungen anderer Menschen beeinflusst ... hoher Perfektionismus ... viele Gedanken im Kopf ... intensivere Wahrnehmung auf allen 5 Sinnesebenen ... oft energielos unter vielen Menschen ... intensiveres Gefühlsleben ... sehr kreativ ... ausgeprägter Gerechtigkeitssinn

Dann bist du genau richtig an meiner Infoveranstaltung! Was hast du davon, wenn du daran teilnimmst? Du weisst anschliessend definitiv, was Hochsensibilität bedeutet, ob auch du zu den 20 % gehörst & bekommst viel Wissen mit auf den Weg. Du wirst viele Aha-Erlebnisse haben, oft schmunzeln & gehst mit einem guten Gefühl nach Hause.
Samstag, 20. Mai 2023, 10-11:30 Uhr || Swiss-Belhotel du Parc, Römerstr.24, 5400 Baden || Kosten: CHF 44.- pro Person || Ticketkauf und mehr Infos [hier](#)



Tanja Mächler von [Innere Stärke](#)

Der erste Rethink Masculinity Day steht an!

Wann ist ein Mann ein Mann? Wenn er stark und unabhängig ist, wenn er in Anzug und schickem Auto zum Fussballmatch fährt oder wenn er mit seinem Lohn die ganze Familie ernährt? Das Wissen darüber, wie traditionelle Männlichkeit aussieht, steckt tief. Doch kann Männlichkeit nicht auch fürsorglich, verantwortungsvoll und vielfältig gelebt werden? Natürlich kann sie das! Zusammen mit dir möchten wir am Rethink Masculinity Day dafür ein Zeichen setzen. Bist du dabei?

Am 5. April 2023 setzen wir ein Zeichen und zeigen die Vielfältigkeit von Männlichkeiten.

- Wir Männer gehen an diesem Tag im Rock aus dem Haus und wollen dies gemeinsam bildlich festhalten.

- Dazu treffen wir uns frühmorgens um 7:30 Uhr am Paradeplatz in Zürich.

- Danach gehen wir – wer möchte – im Rock zur Arbeit.

Weitere Infos zu Ort und Ablauf folgen in den nächsten Tagen und Wochen auf unserem [Telegram-Kanal](#). Bei Fragen zögere nicht, dich bei uns zu melden.

Mittwoch, 5. April 2023, ab 7:30 Uhr || Paradeplatz, Zürich || Mehr Infos [hier](#)



für **frauen**aargau
Norina Schenker

[frauenaargau.ch](https://www.frauenaargau.ch)