

2026

Veranstaltungen im 1. Halbjahr



1. Halbjahr
2026

Offener Stammtisch für Frauen

Informationen und Austausch

Der offene Stammtisch für Frauen trifft sich immer am ersten Donnerstag im Monat in der MORSI Bar in Bad Hersfeld.

Wann und wo:

Nächste Termine: 08.01., 05.02., 05.03., 02.04., 07.05., 11.06.

**Donnerstags, 19:00 Uhr in der MORSI Bar im buchcafé,
Brink 11, Bad Hersfeld**

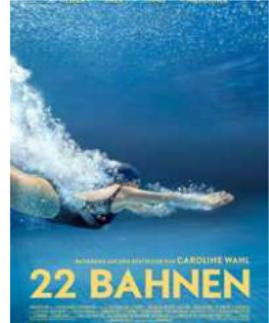


14. Januar
2026

LeinwandHeldinnen

22 Bahnen, Deutschland 2025

Regie: Mia Maariel Meyer
Nach dem gleichnamigen Buch
von Caroline Wahl



Tilda und ihre kleine Schwester Ida sind ein „intakter Organismus“. Doch ihre Familie ist es nicht, denn die gemeinsame Mutter ist alkoholkrank. Die „22 Bahnen“, die Tilda regelmäßig im Freibad der heimatlichen Kleinstadt zieht, sind die wenigen Auszeiten, die sie sich von der auferlegten Verantwortung und dem inneren Druck zwischen Familie, Studium und Job nimmt. Doch irgendwann muss Tildas eigenes Leben beginnen. Caroline Wahls erfolgreicher Debütroman in einer berührenden filmischen Adaption.

**Ein Film in der Reihe LeinwandHeldinnen in Kooperation mit dem
Kinocenter Bad Hersfeld**

Wann und wo:

**Mittwoch, 14. Jan. 2026, 18:30 Uhr, Cineplex
Bad Hersfeld**; Tickets direkt an der Kinokasse
oder unter www.cineplex.de/bad-hersfeld



28. Januar
2026



KI für Einsteigerinnen

Online-Vortrag

Künstliche Intelligenz (KI) ist längst Teil unseres Alltags – doch wie können wir diese innovativen Technologien gezielt und praktisch einsetzen? In diesem interaktiven Vortrag wird die Funktionsweise von KI erklärt, verschiedene Arten bzw. Themen von KI-Tools werden vorgestellt und Sie erfahren, wie Sie kostenfreie KI-Tools gewinnbringend in Ausbildung, Beruf, Vereinsarbeit und Privatleben integrieren können. Besonderer Fokus liegt auf den Chancen und Herausforderungen moderner KI-Technologien, der Generierung von Texten, der Erkennung von Deepfakes und dem Empowerment von Frauen in der digitalen Welt.

Referentin: Brigitta Tümmler, Fachfrau für E-Business-Anwendungen und zertifizierte IT-Trainerin

Teilnahmebeitrag: 10,00 €

Anmeldungen ausschließlich von Frauen bis zum 21. Januar vhs@hef-rof.de oder direkt über den QR-Code

In Kooperation mit dem Büro für Staatsbürgerliche Frauenarbeit e.V.

Wann und wo:

Mittwoch, 28. Januar 2025, 18:00 bis 20:30 Uhr, online

25. Februar
2026

Am 27. Februar ist
Equal Pay Day!



LeinwandHeldinnen

Ein Tag ohne Frauen

Island/USA 2024

Regie: Pamela Hogan

Mit deutschen Untertiteln

Im Herbst 1975 legten 90 Prozent der isländischen Frauen ihre Arbeit nieder. Sie verließen ihre Häuser, weil sie sich weigerten zu arbeiten, zu kochen oder sich um die Kinder zu kümmern. Damit brachten sie ihr Land zum Stillstand. Heute hat Island eine Vorbildfunktion bei der ökonomischen und gesellschaftlichen Gleichstellung von Frauen. „Subversiv und unerwartet lustig“ (Rise and shine Cinema)

Ein Film in der Reihe LeinwandHeldinnen in Kooperation mit dem Kinocenter Bad Hersfeld

Wann und wo:

**Mittwoch, 25. Feb. 2026, 18:30 Uhr, Cineplex
Bad Hersfeld;** Tickets direkt an der Kinokasse
oder unter www.cineplex.de/bad-hersfeld



7. März
2026

Am 8. März ist
Internationaler
Frauentag!

Patrizia Moresco „Overkill“

Stand-Up Comedy



Von wegen, das Leben ist ein ruhiger Fluss! Wir haben einen Überfluss, vor allem an apokalyptischen Nachrichten. Da kann frau schon mal das Lachen vergehen. Doch gut, dass es die Moresco gibt. Die Italienerin mit Berliner Schnauze ist ein aktiver Vulkan. In ihr brodelt es ohne Unterlass, doch statt Lava speit sie heiße Pointen – genau das Richtige am Vorabend des Internationalen Frauentags. Für Frauen und für Männer! „Weiblicher Zorn wird selten so kreativ und amüsant ausgedrückt.“ (Süddeutsche Zeitung)

In Kooperation mit buchcafé, Verein für Kultur und Kommunikation e.V.

Wann und wo:

**Samstag, 7. März 2026, 20:00 Uhr,
buchafé, Brink 11, Bad Hersfeld**

buchafé
Verein für Kultur und Kommunikation e.V.

10. März
2026



Wie Vereinbarkeit im Alltag wirklich gelingen kann

**Workshop: Wie viel Frauen täglich bewegen –
und wie sie sich Freiräume schaffen**

Ob Job, Familie, Pflege oder Ehrenamt - viele Frauen stehen täglich vor der Herausforderung, allem und jedem gerecht zu werden. In dieser Veranstaltung geht es darum, Vereinbarkeit neu zu denken - ohne Schuldgefühle, Überforderung oder Perfektionismus. Gemeinsam werfen wir einen Blick auf typische Fallstricke wie Mental Load, Rollenerwartungen und Kommunikationsmuster - und entwickeln alltagstaugliche Lösungen für mehr Entlastung. Die Teilnehmerinnen reflektieren ihre aktuelle Situation, erhalten Impulse zur Selbstorganisation und entwickeln individuelle Strategien für mehr Klarheit, Kommunikation und Selbstfürsorge.

Referentin: Kerstin Mader, Business Coach und Betriebswirtin aus Schenklengsfeld

Teilnahmebetrag: 15,00 €

Anmeldungen ausschließlich von Frauen bis zum 23. Februar
vhs@hef-rof.de oder direkt über den QR-Code

In Kooperation mit dem Büro für Staatsbürgerliche Frauenarbeit e.V.

Wann und wo:

**Dienstag, 10. März 2026, 9 bis 12 Uhr, Landratsamt Bad
Hersfeld, Friedloser Str. 12, Raum Monte Kali, Eingang A1**

8. März

Internationaler Frauentag

Nähere Informationen in unserem
separaten Flyer ab Februar, per-
sönlich im Frauen- und Gleich-
stellungsbüro oder unter:



Unterstützen Sie die Arbeit von Frauen helfen Frauen e.V.,
Bad Hersfeld, www.frauenhaus-bad-hersfeld.de



**FRAUENBERATUNGS- UND
INTERVENTIONSSTELLE
BAD HERSFELD**

VEREIN FRAUEN HELFEN FRAUEN E.V.

Frauenhaus Bad Hersfeld
BIC HELADEF1HER
IBAN DE50 5325 0000 0003 0009 73

Frauen helfen Frauen e.V.
BIC HELADEF1HER
IBAN DE36 5325 0000 0001 0070 02

25. März
2026

LeinwandHeldinnen

Oxana – mein Leben für Freiheit

Frankreich/Ukraine/Ungarn 2024

Regie: Charlène Favier



Die Filmbiografie orientiert sich am kurzen Leben der ukrainischen Künstlerin Oksana Schatschko, einer scharfen und kreativen Kritikerin Putins. Sie war Mitbegründerin der Femen-Bewegung, deren Aktivistinnen im internationalen Bewusstsein kaum noch eine Rolle spielen. Dabei erregten ihre öffentlichen Proteste mit zumeist nackten Brüsten seinerzeit viel Aufmerksamkeit und wurden von den sowjetischen Machthabern mit Repressionen aller Art beantwortet. Der Film ist eine temporeiche und gleichzeitig melancholische Chronik, in der Kunst und Revolution eine Einheit sind.

Ein Film in der Reihe LeinwandHeldinnen in Kooperation mit dem Kinocenter Bad Hersfeld

Wann und wo:

Mittwoch, 25. März 2026, 18:30 Uhr, Cineplex Bad Hersfeld; Tickets direkt an der Kinokasse oder unter www.cineplex.de/bad-hersfeld



4. Mai
2026



Argumentation gegen rechte und sexistische Parolen

Workshop: Abwertenden Äußerungen sicher begegnen

Rechte Ideologien beinhalten rückwärtsgewandte Geschlechterrollen. Häufig sind Frauen das Ziel diskriminierender und abwertender Kommentare. In unserem Alltag sind wir mit Äußerungen konfrontiert, die bspw. einen rassistischen, antisemitischen oder sexistischen Inhalt haben. Wir fühlen uns vor den Kopf gestoßen, sind nicht schlagfertig oder unsicher, ob mit einer Aussage bereits eine rote Linie übertreten wurde. Wir überlegen, ob wir etwas entgegnen sollten, weswegen abwertende Bemerkungen häufig unwidersprochen stehen bleiben. Es ist daher entscheidend, Frauen zu befähigen, rechte und sexistische Parolen zu erkennen, sich selbst aktiv gegen sie zu stellen oder sich externe Unterstützung zu holen.

Referentin: Anna Wichtmann, Politikwissenschaftlerin, Rhetoriktrainerin

Teilnahmebetrag: 20,00 €

Anmeldungen ausschließlich von Frauen bis zum 16. April an vhs@hef-rof.de oder direkt über den QR-Code

In Kooperation mit dem Büro für Staatsbürgerliche Frauenarbeit e.V.

Wann und wo:

Montag, 4. Mai 2026, 10 bis 14 Uhr, Landratsamt Bad Hersfeld, Friedloser Str. 12, Raum Monte Kali, Eingang A1

20. Mai
2026

LeinwandHeldinnen

Lolita lesen in Teheran

Italien/Israel 2025

Regie: Eran Riklis



Der Film basiert auf dem gleichnamigen autobiografischen Roman von Azar Nafisi aus dem Jahr 2003. Nafisi hat ihn geschrieben, nachdem sie 1997 mit ihrer Familie aus dem Iran geflüchtet ist. Zuvor arbeitete sie als Professorin für englischsprachige Literatur an der Universität in Teheran. Als sie ihre Stelle aufgibt, gründet sie einen privaten Literaturkreis.

„Lolita lesen in Teheran“ ist eine Hommage an die Kraft der Literatur und des weiblichen Widerstandes gegen staatliche Zensur.

Ein Film in der Reihe LeinwandHeldinnen in Kooperation mit dem Kinocenter Bad Hersfeld

Wann und wo:

Mittwoch, 20. Mai 2026, 18:30 Uhr, Cineplex Bad Hersfeld; Tickets direkt an der Kinokasse oder unter www.cineplex.de/bad-hersfeld



2. Juni
2026

Ein Blick hinter die Kulissen mit Elke Hesse

Bad Hersfelder Festspiele



Festspielintendantin Elke Hesse führt hinter die Kulissen der 75. Bad Hersfelder Festspiele und gewährt uns einen Blick auf die imposante Bühne mit Technik und Aufbauten. Im Anschluss an den gemeinsamen Rundgang nimmt sie sich Zeit für ein Gespräch, insbesondere unter dem Aspekt welche Rolle(n) Frauen heute im allgemeinen Kulturbetrieb und insbesondere bei den 75. Bad Hersfelder Festspielen einnehmen.

Anmeldungen von Frauen und Männern bis zum 29. Mai an fug@hef-rof.de

Wann und wo:

Dienstag, 2. Juni 2026, 17:00 Uhr Treffpunkt: Festspielkantine, Ende ca. 18:30 Uhr

Ansprechpartnerinnen

Corinna Zehender

Frauen- und Gleichstellungsbeauftragte des Landkreises Hersfeld-Rotenburg

fug@hef-rof.de
06621 87-7300

Christel Zimmermann

stellv. Frauen- und Gleichstellungsbeauftragte des Landkreises Hersfeld-Rotenburg

fug@hef-rof.de
06621 87-7301

**Sie finden uns im Landratsamt, Zimmer B317, 3. Stock,
Friedloser Str. 12, 36251 Bad Hersfeld**

Bei häuslicher Gewalt:

**Polizei
Tel 110**



**Frauenhaus
Frauenberatungs- und
Interventionsstelle
Tel 06621 65333**

**Hilfetelefon
Tel 0800 116 016**

**Schutzambulanz
(Konstente Dokumentation
der Folgen von Gewalt)
Tel 0661 6006 6060**

Sie können Hilfe bekommen:

- **Rufen Sie die Polizei**
- Die Polizei kann Ihren Mann oder Partner aus der Wohnung verweisen oder in Gewahrsam nehmen.
- Sie können sich beraten lassen bei der **Frauenberatungs- und Interventionsstelle** und dem **bundesweiten Hilfetelefon**.
- **Frauenhäuser** bieten eine geschützte, vorübergehende Wohnmöglichkeit für Frauen und Kinder jeder Nationalität. Eine **Aufnahme ist zu jeder Tages- und Nachtzeit möglich**.
- Sind Sie verletzt worden, gehen Sie zur/zum Ärztin/Arzt und lassen Sie die **Verletzung dokumentieren**, auch durch Fotos.
- **Kostenlose Dokumentation** der Verletzungen in der **Schutzambulanz in Fulda**.

Sie können helfen:

- **Schauen Sie nicht weg. Rufen Sie die Polizei.**
- **Ermutigen und unterstützen Sie Betroffene Hilfe anzunehmen.**
- **Meiden Sie den Kontakt zu der gewalttätigen Person.**

Hier mehr erfahren:



www.hef-rof.de



@landkreis_hersfeldrotenburg



Friedloser Straße 12
36251 Bad Hersfeld
06621/87-7300
fug@hef-rof.de