



Gleichstellungsstellen
im Kreis Wesel

2023

Internationaler Frauentag



VERANSTALTUNGEN

PODCASTS

LITERATUR

FILME

KINDERBÜCHER

INHALTSVERZEICHNIS

	Seite
VERANSTALTUNGEN	4
KINDERBÜCHER	12
LITERATUR	17
PODCASTS	36
FILME	40

Impressum

Gleichstellungsstellen im Kreis Wesel

Cover:

Kerstin Hampel

Mediengestalterin

Stadt Wesel

Stand: Februar 2023

Gestaltung:

Jacqueline Rittershaus

Gleichstellungsbeauftragte

Stadt Moers

Rathausplatz 1

47441 Moers

02841 - 201 333

Liebe Frauen,

alles Gute zum Internationalen Frauentag 2023!

Der 8. März ist für Frauen ein besonderer Tag. Es ist der Internationale Frauentag, auch "Weltfrauentag" genannt. Der Tag ist ein Symbol für die Gleichberechtigung zwischen Frau und Mann.

Der Internationale Frauentag lädt dazu ein, bisher erreichte Ziele der Frauenrechtsbewegung zu feiern. Der 8. März ist aber auch immer ein gutes Datum, um zu resümieren, welche Ziele nicht realisiert werden konnten und sich weiterhin für Geschlechtergerechtigkeit stark zu machen. Jedes Jahr rund um diesen Aktionstag finden zahlreiche Veranstaltungen von und mit Frauen statt. Kabarett und Comedy sowie Lesungen und Filmvorführungen werden angeboten. Frauen können sich von intellektuell bis humorvoll informieren und unterhalten lassen.

Mit Blick auf den russischen Angriffskrieg auf die Ukraine oder auf das frauenfeindliche Regime in Afghanistan klingt es für die Eine oder Andere vielleicht unpassend, dass Frauen sich rund um den 8. März treffen und eine unbeschwerte Zeit miteinander verbringen. Frauenrechte sind Menschenrechte. Der Krieg in Europa wird von Männern geführt. Aus diesem Grund ist es von großer Bedeutung, auf Frauenrechte als Menschenrechte aufmerksam zu machen und sie solidarisch einzufordern.

Einfordern können Frauen geräuschvoll und im Kollektiv aber auch leise, bei einem Buch, welches die Sinne schärft. Literatur gilt als kollektives Gedächtnis.

Wir, die Gleichstellungsbeauftragten im Kreis Wesel, möchten Ihnen auch in diesem Jahr mit dieser Broschüre spannende, ergreifende, aber auch humorvolle Literatur, Podcast- und Filmempfehlungen von, über und für Frauen vorstellen.

Lassen Sie sich inspirieren und feiern Sie gemeinsam mit uns den Internationalen Frauentag 2023.

Ihre Gleichstellungsbeauftragten im Kreis Wesel

Kabarett

AUSVERKAUFT

Barbara Ruscher

Sitzungssaal des Rathauses der Gemeinde Alpen



mit Ihrem Programm

„Mutter ist die Best(i)e“

Freitag, 10.03.2023

Einlass: 19.00 Uhr

Infos: Gleichstellungsbeauftragte

Frau Kirsten Kloas,

02802/912-515

kirsten.kloas@alpen.de

www.barbara-ruscher.de

Satirisch, bissig und charmant knöpft sich die bekannte Kabarett-Lady, WDR-Radio-Kolumnistin, Buchautorin und alleinerziehende Mutter Barbara Ruscher erneut die brennenden Themen unserer Zeit vor. Ein Abend über Patchwork im Wohnwagen, Nachhaltigkeit, Partnerportale, Cancel Culture, Kinder, Klimawandel, SUP, Prägung durch Eltern, Rassismus, Welpen-Schwemme aus dem Dognet. Denn seit dem Lockdown hat jeder ein Haustier. Wer keins hat, hat Alexa.

Frauenfilmabend

Unerkannte Heldinnen

Mittwoch, 8. März 2023

Sektempfang: 19.30 Uhr

Filmstart: 20:00 Uhr

Hamminkeln: Rittersaal,
Schloss Ringenberg



„Unerkannte Heldinnen“ erzählt erstmals die wahre Geschichte von drei brillanten afroamerikanischen Frauen, die zu Beginn der sechziger Jahre als Mathematikerinnen bei der NASA arbeiten. Dabei musste das visionäre Trio sämtliche Geschlechter- und Rassengrenzen überschreiten und ist damit eine Inspiration für kommende Generationen.

Kostenfrei

Informationen und Anmeldung:

Gleichstellung@Hamminkeln.de

Schloss Ringenberg: 02852/9229

Neukirchen-Vluyn

Frauenfilmabend

Wunderschön

Mittwoch, 8. März 2023

17 Uhr Sektempfang

17.30 Uhr Filmstart

Stadtbücherei
Missionshof 5
Neukirchen-Vluyn



Einem Idealbild nachzueifern, kennt fast jeder von uns. Mütter, Töchter, Männer, Alt und Jung stecken im permanenten Optimierungswahn. Der Film „Wunderschön“ von und mit Karoline Herfurth erzählt ihre Geschichten.

Mit Nora Tschirner, Martina Gedeck und Joachim Król.

Eintritt: 5 €

Informationen und Anmeldung:

Stadtbücherei Neukirchen-Vluyn

Tel. 02845/4851

E-Mail: stadtbuecherei@neukirchen-vluyn.de

Kabarett

Die netten Koketten

Kulturzentrum Rheinkamp, Kopernikusstr. 11, 47445 Moers



mit ihrem Programm

„Geben Sie acht!

Alles andere ist riskant!“

Freitag, 10. März 2023,

Einlass: 18.00 Uhr

Samstag, 11. März 2023,

Einlass: 16.00 Uhr

Die netten Koketten interpretieren die zum Teil 100 Jahre alten Chansons modern, dynamisch und überraschend. Die Lieder handeln von den Sehnsüchten des Alltags, von Liebe und Rache, von Schnaps und Steinzeitmenschen.

VVK: 20 € MoersMarketing: 02841/ 882260

Infos: gleichstellungsstelle@moers.de



STADT MOERS
Gleichstellungsstelle

Lesung

Am **6. März 2023 ab 19 Uhr** lädt die Gleichstellungsstelle Rheinberg im Rahmen des Internationalen Frauentags zu einer Lesung im Forum des Amplonius-Gymnasiums in der Aloys-Wittrup-Straße in Rheinberg ein.

Zum Thema **„Unsere Nachkriegseltern. Wie die Erfahrungen unserer Väter und Mütter uns bis heute prägen“** liest die Historikerin und Professorin **Miriam Gebhardt** aus ihrem gleichnamigen Buch und bietet im Anschluss Gelegenheit zur Diskussion.



Die Veranstaltung ist gleichzeitig der Auftakt zu einer (Frauen)-Geschichtswerkstatt, die die Gleichstellungsbeauftragte in Kooperation mit dem Stadtarchiv Rheinberg, der Stadtbibliothek Rheinberg und der LEADER- Nachbarschaftsberatung zum Thema „Nachkriegszeit in Rheinberg und Umgebung – wie ging es den Frauen und Kindern?“ ins Leben rufen möchte.

Es kann aber jede und jeder Interessierte zur Lesung kommen, die Teilnahme an dem Geschichtsprojekt ist eine Möglichkeit im Nachgang der Veranstaltung. Der Eintritt beträgt 8 Euro. Es gelten die aktuell am Termin vorgeschriebenen Corona- Einlassbedingungen.



Samstag **4. März 2023** 11 Uhr

Die Jubiläumsveranstaltung

„20 Jahre Frauenempfang der Stadt Wesel“

ist ein guter Anlass, auf die Zeit der Bonner Republik zurück zu schauen. Mit dem Dokumentarfilm „Die Unbeugsamen“ verfolgen die Besucherinnen, wie die Beteiligung an demokratischen Entscheidungsprozessen von echten Pionierinnen buchstäblich erkämpft werden musste.

Begrüßung Ulrike Westkamp – Bürgermeisterin Stadt Wesel

Grußwort Christina Nickels – Parlam. Staatssekretärin a.D.
(eine der Pionierinnen der Bonner Republik)

Einlass 10:30 Uhr

Tickets 10 € (inkl. Fingerfood-Bufferet, Sekt und Selters)

Vorverkauf ab sofort

Gleichstellungsstelle der Stadt Wesel, Rathaus
Klever-Tor-Platz 1, 46483 Wesel Raum 116
gleichstellung@wesel.de 0281/203 2564

Frauenfrühstück Leben Freiheit Iranerinnen erzählen

Samstag, 18. März 2023

9:30 Uhr

Ev. Familienbildungsstätte

Rönskenstr. 77 in Voerde



Zum Frauenfrühstück mit Iranerinnen laden die Gleichstellungsstelle Voerde und das Frauenzentrum Voerde e.V. ein. Frauen erzählen, wie sie im Iran

aufgewachsen sind, warum und wie sie nach Deutschland gekommen sind und wie es ihnen hier ergeht. Auch, wie sie die Protestbewegung in ihrer Heimat von hier aus sehen und begleiten, wird Thema sein.

Dazu gibt es ein Frühstück mit iranischen Köstlichkeiten und mit Kaffee, Tee und Brötchen.

Unbedingt erforderlich für die Teilnahme ist eine Anmeldung bis zum 16.03.2023 unter, Gleichstellungsstelle Voerde 02855/80-336 oder gleichstellungsstelle@voerde.de

Als Unkostenbeitrag wird um eine Spende gebeten.

Frauenfilmabend

Gleichstellungsstelle Voerde, Frauenzentrum e.V. und die ASF Voerde

VATERSLAND

Montag, 20. März 2023,
19:00 Uhr

Rathaus Voerde,
Rathausplatz 20, Raum 101

Filmemacherin Marie steckt in der Krise. "Schreib doch ein neues Drehbuch!", so der gut gemeinte Ratschlag ihres Ehemannes. Wenn das so einfach wäre! Als eines Morgens eine Kiste voller Fotos und Filmaufnahmen aus ihrer Kindheit vor der Tür steht, locken diese Marie auf eine emotionale Zeitreise in ihre eigene Vergangenheit. Es sind die Fotos des Vaters, einem passionierten Fotografen. Doch durch seinen Blick findet Marie ihre eigene Realität und einst erlebten Traumata nicht abgebildet.

Erinnerungskino über das Trauma einer ganzen Generation.
Scharfsichtig, feministisch und zugleich ungemein unterhaltsam und humorvoll. kfw Filmdienst 2023

Als Unkostenbeitrag wird um eine Spende gebeten.

Informationen und Anmeldung: Gleichstellungsstelle Voerde
02855/80-336 oder gleichstellungsstelle@voerde.de



KINDERBÜCHER



Herr Seepferdchen

Eric Carle

Das Familienleben der Seepferdchen ist ungewöhnlich. Der Vater kümmert sich um den Nachwuchs, indem er die befruchteten Eier in seiner Bauchtasche beschützt, bis die Seepferdchen-Babys schlüpfen und allein zurechtkommen. Während er auf seinen Nachwuchs wartet, trifft er noch andere Wasserbewohner, bei denen nicht die Mutter, sondern der Vater mit der Pflege der Kinder beschäftigt ist. Folienseiten zeigen die Verstecke der anderen Tiere, sodass man schon spähen und raten kann, welcher Fisch da wohl zum Vorschein kommt.

Nasengruß und Wangenkuss

Anne Kostrzewa

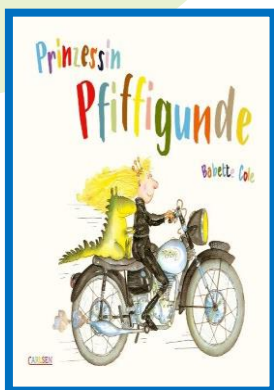
Ein Lächeln versteht man überall - aber wie wir essen, spielen, feiern, glauben, sprechen, uns kleiden, all das ist abhängig davon, wo und wie wir aufgewachsen sind. Richtig oder falsch gibt es dabei nicht, lediglich anders ist richtig. Auf große Fragen gibt es hier ganz einfache Antworten. Und Kinder lernen andere Kulturen ganz ohne Vorurteile kennen.



Julian ist eine Meerjungfrau

Jessica Love

Julian liebt Meerjungfrauen - er wäre am liebsten selbst eine. Als er auf der Heimfahrt in der U-Bahn drei als Meerjungfrauen verkleidete Frauen mit farbenfroh aufgetürmten Haaren und schillernden Fischschwänzen sieht, ist der Junge völlig hingerissen. Auch zu Hause kann er an nichts anderes denken und verkleidet sich mit einem gelben Vorhang und Farnblättern selbst als Nixe. Und zum Glück hat er eine Großmutter, die ihn genauso akzeptiert, wie er ist! Dieses farbgewaltige Bilderbuch, das mit wenigen Worten auskommt, verströmt beim Lesen Wärme und wahre Freude.

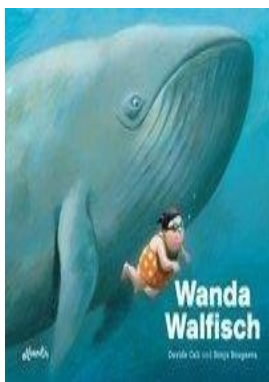


Prinzessin Pfiffigunde

Babette Cole

Es war einmal eine kluge und emanzipierte Prinzessin ... Alle Welt erwartet, dass eine Märchenprinzessin ihren Märchenprinzen heiratet. Die Geschichte einer Prinzessin, die selbstbestimmt ihren Weg geht - für alle Kinder und Erwachsene, die genug haben von Genderklischees!

KINDERBÜCHER

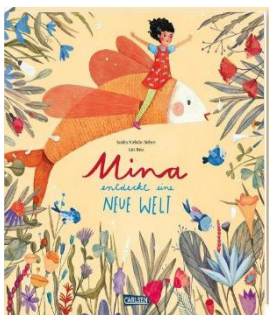


Wanda Walfisch

Davide Cali

Immer wenn Wanda ins Wasser springt, lachen die anderen. »Ich bin zu schwer zum Schwimmen«, sagt Wanda. »Nein«, sagt der Schwimmlehrer, »du musst nur denken, was du sein möchtest!« Wanda probiert es aus, und der Trick funktioniert. Sie schwimmt wie ein Hai, eine Sardine, gar wie ein Segelboot

und ein Kajak. Die unbeschwerte Geschichte knüpft an kindliche Erfahrungen an; im Wasser fühlt sich Wanda wohl. Sie gewinnt Selbstvertrauen durch Fantasie und Vorstellungskraft. Und Sonja Bougaeva malt Wanda von Seite zu Seite kecker.

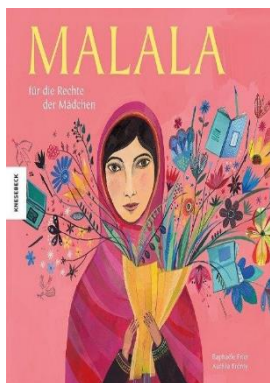


Mina entdeckt eine neue Welt

Sandra Niebuhr-Siebert, Lars Baus

Im Leben von Kindern ereignen sich täglich neue Abenteuer. Fremde Türen gehen auf und neue Welten öffnen sich den Kindern. Ob es der Beginn im neuen Kindergarten ist, in einer neuen Klasse oder einer Gruppe, der Umzug in eine neue Stadt oder ein neues Land - stets fühlt sich zu Beginn alles fremd und kühl und

grau an. Viele neue Eindrücke müssen erst bewältigt werden, dann wächst langsam das Vertrauen - und das Leben wird warm und bunt.



Malala

Raphaële Frier

Schon mit elf Jahren stand die mutige Pakistanerin Malala gegen die Taliban auf, die ihre Mädchenschule schließen wollten. 2012 erlangte sie internationale Aufmerksamkeit, als sie den Hinrichtungsversuch durch die Taliban schwer verletzt überlebte. Seitdem setzt sie sich für die Rechte der Kinder, insbesondere das Recht der Mädchen auf Bildung, ein. 2014 erhielt sie für ihr Engagement mit 17 Jahren den Friedensnobelpreis. Dieses Sachbuch für Kinder im Grundschulalter erzählt ihre bewegende Geschichte, illustriert durch besonders farbenfrohe Zeichnungen.

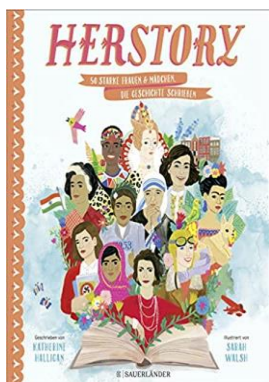


Seeräuber-mädchen und Prinzessinnen-junge

Nils Pickert, Lena Hesse

Mara ist ein echtes Seeräuber-mädchen und Milo ist ein Prinzessinnen-junge. Eines Tages fährt Mara mit ihrem Papa in den Urlaub. Als die beiden sich endlich wiedersehen, hat sich viel verändert. Sie erkennen einander kaum und scheinen sich selbst und ihre Freundschaft verloren zu haben. Wunderbare, poetisch erzählte Geschichte, die Genderklischees infrage stellt.

KINDERBÜCHER



Herstory

Starke Frauen mach(t)en Geschichte!

Katherine Halligan

Den Mädchen von heute zum Vorbild: Dieses besondere, opulent gestaltete Sachbuch ist vollgepackt mit spannenden und lebendig erzählten Geschichten von 50 bekannten und weniger bekannten Frauen und Mädchen aus allen Lebensbereichen und aus allen Teilen der Welt.

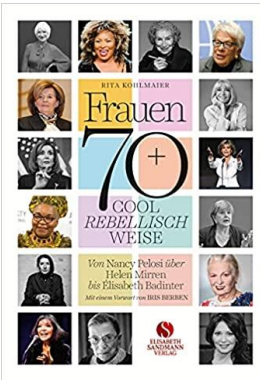
Sie alle sind mutig ihren Weg gegangen, haben niemals aufgegeben und haben Erstaunliches erreicht – und das wirkt bis heute fort.

Von acht Prinzessinnen, die keinen Retter brauchen

Natasha Farrant, Lydia Corry

Die jüngste Tochter des Königs soll einmal eine fabelhafte Prinzessin werden. Doch was macht eine fabelhafte Prinzessin aus? Der Zauberspiegel der guten Fee wird losgeschickt, um acht verschiedene Prinzessinnen zu besuchen und herauszufinden, was sie so besonders macht.





Frauen 70+ Cool. Rebellig. Weise.

Von Nancy Pelosi über Helen Mirren bis Elisabeth Badinter. Mit einem Vorwort von Iris Berben

Rita Kohlmaier

»70 and female is the new cool«, schrieb die New York Times über diese großartige Generation. Frauen, die sich mit Energie und Kraft Ge-

hör verschaffen und durch ihre Haltung inspirieren: Sie sind aufrecht, ehrgeizig, willensstark. Sie bringen den amerikanischen Präsidenten aus der Fassung wie Nancy Pelosi, sie sind entschieden in ihrer Haltung wie die Richterin Ruth Bader Ginsburg, und für sie alle ist das Attribut »unbequem« ein Kompliment für ihr Engagement.

Die Ersten ihrer Art

Frauen verändern die Welt | 1918 bis heute:
Frauen in Politik und Wirtschaft.

Heike Specht

Simone Veil, Angela Merkel, Kamala Harris: Sie alle eroberten ihren Platz in einer Männerwelt. Das Buch führt uns zu diesen und vielen anderen Ersten ihrer Art. Es zeigt nicht nur, was fehlt, wenn Frauen nicht mit am Tisch sitzen,

sondern auch wie sie gegen Widerstände an die Spitze gelangten und neue Themen setzten. Die Autorin belegt, dass die Kämpfe noch nicht ausgefochten sind: Die Hälfte der Menschheit hat noch längst nicht die Hälfte der Macht.





Die unerzählte Geschichte

Wie Frauen die moderne Welt erschufen – und warum wir sie nicht kennen

Vera Weidenbach

Frauen veränderten schon immer die Welt: Sie waren nicht nur «die Ersten ihrer Art», sie waren die Ersten überhaupt. Sie forschten, schrieben Weltliteratur und läuteten Kunstepochen ein. Vera Weidenbach macht endlich sichtbar, welchen Anteil Frauen an unserer modernen Welt haben.

Jede 3. Frau

Natascha Sagorski

Fehlgeburten? Klar, die kommen vor. Aber doch eher in den Statistiken und nicht im eigenen Leben. So denken zumindest viele Frauen, denn Fehlgeburten, Unfruchtbarkeit und andere Schicksalsschläge rund ums Kinderkriegen sind immer noch Tabuthemen. Dabei betreffen sie jede dritte Frau. Natascha Sagorski lässt 24 Frauen und einen Mann zu Wort kommen, die keine Bilderbuchschwangerschaften hinter sich haben und dennoch nicht aufgegeben haben. Ihre Geschichten zeigen, dass der Weg zum Wunschkind nicht immer schön ist, aber dass niemand mit seinem Schicksal alleine sein muss, wird unerwartet zu einem Geschenk.





Frauen, die wandern, sind nie allein

Unterwegs mit berühmten Denkerinnen – von Anaïs Nin bis Virginia Woolf

Kerri Andrews

In einer Welt, die von Männern entworfen und in Besitz genommen wurde, wurden Frauen traditionell andere Rollen als die der Denkerin zugebilligt. Doch auch sie haben sich schon immer in dieser Welt bewegt. Sie haben Landschaften erkundet, Berge erklommen oder ließen sich durch belebte Städte treiben. Unterwegs zu sein war für sie nichts weniger als der radikale Akt einer Selbstbefreiung. Wir begleiten zehn der wegweisendsten Protagonistinnen weiblicher Wanderlust durch die letzten dreihundert Jahre.

Männer, Männlichkeit und die Liebe

Der Wille zur Veränderung

Bell Hooks

Bell Hooks erforscht die Welt von Männern und Männlichkeit, um ihren Bedürfnissen und Verletzlichkeiten nachzuspüren, einschließlich der Angst vor Intimität und dem Verlust ihres vom patriarchalen System geprägten Platzes in der Gesellschaft. Sie stellt feinsinnig und radikal dar, wie männliche Konditionierung Männer prägt und schädigt und ihnen den Zugang zu ihren Gefühlswelten verwehrt. Ein Aufruf zur Revolution der Werte, zum Abgesang auf traditionelle Männlichkeit und ein Appell an uns alle, dem Ethos der Liebe zu folgen.





Lügen über meine Mutter

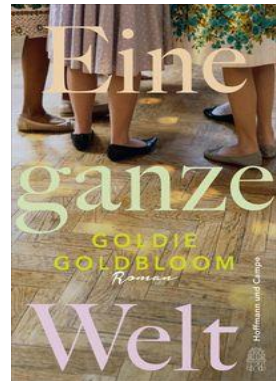
Daniela Dröscher

Daniela Dröscher erzählt vom Aufwachsen in einer Familie, in der ein Thema alles beherrscht: das Körpergewicht der Mutter. Ist diese schöne, eigenwillige, unberechenbare Frau zu dick? Muss sie dringend abnehmen? Ja, das muss sie. Entscheidet ihr Ehemann. Und die Mutter ist dem ausgesetzt, Tag für Tag.

Eine ganze Welt

Goldie Goldbloom

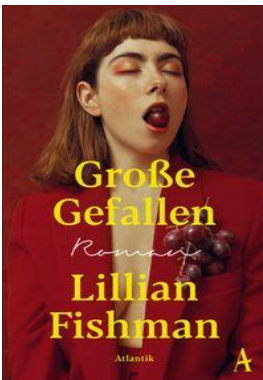
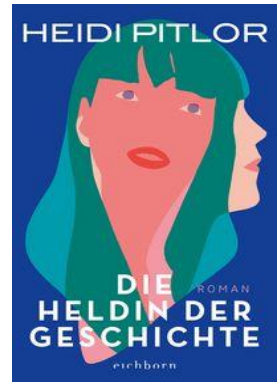
Eine Frau am Wendepunkt. Ein Geheimnis, das sie von allen trennt, die ihr wichtig sind. Und die Möglichkeit, mit viel Verständnis füreinander Brücken zu schlagen. Surie Eckstein erfüllt ihr Leben als Oberhaupt einer Großfamilie. Sie erwartet gerade ihr erstes Urenkelkind, als eine Katastrophe eintritt - oder ist es ein Gottesgeschenk? Mit 57 Jahren ist sie noch einmal schwanger - mit Zwillingen! Plötzlich fühlt sich Surie, in der chassidischen Gemeinde von Brooklyn hochangesehen und ständig von Menschen umgeben, völlig allein. Nicht einmal Yidel, der nicht nur ihre große Liebe, sondern auch ihr bester Freund ist, wagt sie sich anzuvertrauen, so groß ist ihre Scham.



Die Heldin der Geschichte

Heidi Pitlor

Die Ghostwriterin Allie bringt sich und ihren Sohn Cass gerade so durch. Von ihrem Idealismus in Bezug auf Mutterschaft und feministische Erziehung musste sie sich längst verabschieden, zu Gunsten der pragmatischen Frage, wo eigentlich die Miete für den nächsten Monat herkommen soll. Doch dann ergattert sie einen hochkarätigen Auftrag: Sie soll ein Buch für die bekannte Aktivistin Lana schreiben. Die ist ebenfalls Mutter, kennt jedoch keine wirtschaftlichen Nöte und hat zudem Ambitionen auf ein politisches Amt.



Große Gefallen

Lillian Fishman

Eine einzigartige Geschichte über Macht, Scham, weibliche Lust und den gefährlichen Grat zwischen Begehren und Beherrschen. Eve ist queer, jung, lebt in Brooklyn und ist mit einer Frau zusammen. Dann lässt sie sich auf eine Affäre mit einem Hetero-Paar ein: Nathan und Olivia. Die Dreiecksbeziehung entwickelt sich schnell von einem unverbindlichen und vermeintlich selbstbestimmten Abenteuer zu einem Machtspiel. Nathan beginnt, die zwei Frauen zu manipulieren und gegeneinander auszuspielen.



Die Kunst des Verschwindens

Melanie Raabe

Gibt es das, eine Seelenverwandtschaft zwischen bislang Unbekannten? Als Nico zufällig Ellen auf den nächtlichen, winterlichen Straßen Berlins begegnet, fühlt sie eine unheimliche Nähe, die sie sich nicht erklären kann. Was haben sie schon gemeinsam, der weltberühmte Hollywoodstar und die noch um Anerkennung ringende Fotografin? Vor allem aber: Warum schert sich Nico darum, dass Ellen eines Tages einfach wieder aus ihrem Leben verschwindet? Als Nico endlich begreift, warum sie nicht loslassen kann, macht sie sich auf die Suche – nicht nur nach Ellen, sondern auch nach ihrer eigenen Geschichte.

Alle Farben meines Lebens

Cecelia Ahern

Schon als Kind entdeckt Alice, dass sie den Gemütszustand anderer Menschen in Farben sehen kann. Die Auren verraten ihr, ob ihr Gegenüber die Wahrheit sagt oder lügt, glücklich ist oder heimlich den Tränen nah. Ihr eigenes Leben in die Farben des Glücks zu tauchen, das gelingt ihr zunächst dennoch nicht. Aber ihre Nachbarin zeigt ihr die Richtung, und die Begegnung mit einem Mann, dessen Farben sie überraschenderweise nicht erkennen kann, leitet sie auf der Suche nach all den bunten, leuchtenden Facetten des Lebens.



Das Licht der Frauen

Zanna Sloniowska

In einem Haus mitten in Lemberg leben vier Frauen, die einander ebenso lieben, wie sie sich hassen. Sie einen ihren Freiheitsdrang, ihre Aufsässigkeit – und ihre unglücklichen Lieben. Bis zu dem Tag, der alles verändert: Marianna wird auf offener Straße erschossen. Vom Fenster aus beobachtet ihre Tochter, wie sich der Trauerzug zu einer Demonstration auswächst.



Wie viel

Was wir mit Geld machen und was Geld mit uns macht

Mareice Kaiser

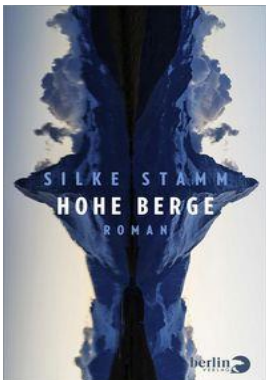
Geld ist nicht alles? Aber Geld ist ziemlich viel: Macht, Status, Lebensgrundlage. Und Grund für ziemlich viele Gefühle: Scham, Neid, Eifersucht. Aber auch Sicherheit, Glück, Freiheit.

Was macht Geld mit uns, und was machen wir mit Geld? Mareice Kaiser erzählt ihre eigene Geldgeschichte und trifft Menschen, mit denen sie über Geld spricht. Vom Pfandflaschensammler bis zum Multi-Millionär stellt sie ihnen Fragen: Wie viel Geld ist genug? Wie viel Geld macht glücklich? Wer sollte mehr Geld haben? Wer weniger?

Unsre verschwundenen Herzen

Celeste Ng

Der zwölfjährige Bird lebt mit seinem Vater in Harvard. Seit einem Jahrzehnt wird ihr Leben von Gesetzen bestimmt, die nach Jahren der wirtschaftlichen Instabilität und Gewalt die »amerikanische Kultur« bewahren sollen. Vor allem asiatisch aussehende Menschen werden diskriminiert, ihre Kinder zur Adoption freigegeben. Als Bird einen Brief von seiner Mutter erhält, macht er sich auf die Suche. Er muss verstehen, warum sie ihn verlassen hat. Seine Reise führt ihn zu den Geschichten seiner Kindheit, in Büchereien, die der Hort des Widerstands sind, und zu seiner Mutter.



Hohe Berge

Silke Stamm

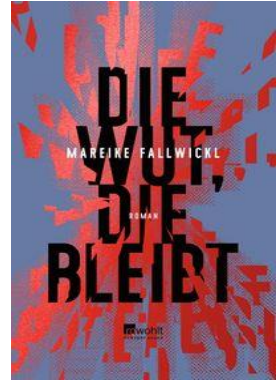
Eine Frau. Fünf Männer. Eisiger Wind in höheren Lagen während einer Skidurchquerung in den Schweizer Alpen. Kunstvoll verdichtet und mit außergewöhnlicher literarischer Kraft erzählt »Hohe Berge« eine Geschichte vom Miteinander unter herausfordernden Umständen.

Sechs einander fremde Menschen – fünf Männer, eine Frau – brechen zu einer Skidurchquerung im Hochgebirge auf. Eine Woche, in der die Tourteilnehmer aufeinander angewiesen sind und sich zwangsläufig sehr nahekomen.

Die Wut, die bleibt

Mareike Fallwickl

Helene, Mutter von drei Kindern, steht beim Abendessen auf, geht zum Balkon und stürzt sich ohne ein Wort in den Tod. Die Familie ist im Schockzustand. Plötzlich fehlt ihnen alles, was sie bisher zusammengehalten hat: Liebe, Fürsorge, Sicherheit. Alle suchen nach einer Möglichkeit, mit ihren Emotionen und der neuen Lebenssituation fertigzuwerden.

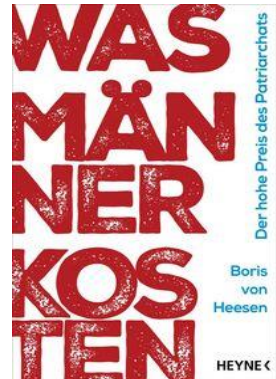


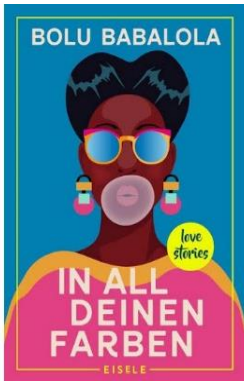
Was Männer kosten

Der hohe Preis des Patriarchats

Boris von Heesen

Gewalt, Unfälle, Sucht, Diskriminierung, Hate Speech und Extremismus – Männer dominieren die Statistiken des Abgrunds: Sie verursachen doppelt so viele Verkehrsunfälle, begehen mit Abstand die meisten Straftaten und belegen deshalb auch 94 Prozent der Plätze in deutschen Gefängnissen. 75 Prozent der Alkoholtoten jedes Jahr sind männlich und mehr als 80 Prozent der häuslichen Gewalt geht von Männern aus. Diese Zahlen stehen nicht nur für Schmerz und Trauer – sie verursachen auch immense Kosten.





In all deinen Farben

Bolu Babalola

»Ein subversives Korrektiv für die westliche Vorstellung davon, wer in der Liebe den Ton angibt.« NEW YORK TIMES. Während in der Mythologie Frauen oft die Opfer männlicher Begierde sind, geben bei Bolu Babalola immer die Frauen den Ton an und nehmen ihr Schicksal selbst in die Hand. In all deinen Farben wechselt aufregend Perspektiven, Kontinente und Stile,

durchschreitet Grenzen von Zeit und Raum - und feiert die Romantik in all ihren Formen.

Die Freiheit, allein zu sein

Eine Ermutigung

Sarah Diehl

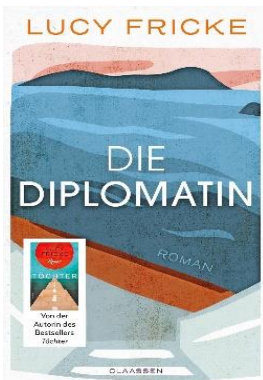
Je mehr Freundschaften und Projekte, je fester der Job und die Partnerschaft, desto größer das Lebensglück? In ihrem aufrüttelnden Debattebuch zeigt Sarah Diehl, wie trügerisch diese Vorstellung ist und warum vor allem Frauen immer noch zu wenig Räume zum Alleinsein haben. Dabei ist es nicht nur der Grundstein eines verantwortungsvollen Miteinanders – es ist die Triebfeder für Reflexion und Veränderung sowie ein elementarer Teil der Selbstfürsorge.



Dieser Beitrag wurde entfernt

Hanna Bervoets

Wer oder was bestimmt unsere Weltanschauung? Hanna Bervoets erzählt von den Abgründen des virtuellen Raums. Mindestens 500 Beiträge pro Tag, maximal sieben Minuten Pause, beim Gang aufs Klo läuft die Stoppuhr - die Arbeitsbedingungen bei HEXA sind hart. Aber Kayleigh gefällt der neue Job, das Gehalt ist gut, und die schrecklich verstörenden Bilder, die sie für die Plattform prüfen muss, behandelt sie mit professioneller Distanz. Als sie sich in ihre Kollegin Sigrid verliebt, scheint ihr Glück vollkommen. Bis ihre Kollegen plötzlich zusammenbrechen oder Verschwörungstheorien anhängen, und Sigrid sich immer mehr distanziert. Ist Kayleigh dem Job als Einzige gewachsen?



Die Diplomatin

Lucy Fricke

Fred ist eine erfahrene und ehrgeizige deutsche Konsulin. Eine Frau, die eigentlich nichts aus der Ruhe bringt, überall und nirgends zu Hause. Dann jedoch, in Montevideo, scheitert sie erstmals in ihrer Karriere. Sie wird versetzt ins politisch aufgeheizte Istanbul, ihrer bisher größten Herausforderung.



Blutbuch

(Deutscher Buchpreis 2022)

Kim de l'Horizon

Dieser Roman ist ein stilistisch und formal einzigartiger Befreiungsakt von den Dingen, die wir ungefragt weitertragen: Geschlechter, Traumata, Klassenzugehörigkeiten. Kim de l'Horizon macht sich auf die Suche nach anderen Arten von Wissen und Überlieferung, Erzählen und Ichwerdung, unterspült dabei die linearen Formen der Familienerzählung und nähert sich einer flüssigen und strömenden Art des Schreibens, die sich nicht festlegt, sondern öffnet.

Die Jahre

(Literaturnobelpreis 2022)

Annie Ernaux

Kindheit in der Nachkriegszeit, Algerienkrise, die Karriere an der Universität, das Schreiben, eine prekäre Ehe, die Mutterschaft, de Gaulle, das Jahr 1968, Krankheiten und Verluste, die sogenannte Emanzipation der Frau, Frankreich unter Mitterrand, die Folgen der Globalisierung, die unerfüllten Verheißungen der Nullerjahre, das eigene Altern. Anhand von Fotografien, Erinnerungen und Aufzeichnungen, von Worten, Melodien und Gegenständen vergegenwärtigt Annie Ernaux die Jahre, die vergangen sind. Und dabei schreibt sie ihr Leben – unser Leben, das Leben – in eine völlig neuartige Erzählform ein.





Sechzehn Wörter

Nava Ebrahimi

Es gibt Wörter, die wir nicht kennen. Deren Bedeutung wir aber erahnen. Als hätten sie schon immer in uns gewohnt. Und manchmal wollen sie endlich ausgesprochen werden. Als ihre Großmutter stirbt, diese eigenwillige Frau, die stets einen unpassenden Witz auf den Lippen hatte, beschließt Mona, ein letztes Mal in den Iran zu fliegen. Gemeinsam mit ihrer Mutter wagt sie die Reise in die trügerische Heimat. Der Rückflug in ihr Kölner Leben ist schon gebucht.

**ANNABELLE
HIRSCH
DIE DINGE.
EINE
GESCHICHTE
DER FRAUEN
IN 100
OBJEKTEN**

DIE DINGE

Annabelle Hirsch

Es gibt unzählige Möglichkeiten, eine Geschichte der Frauen zu erzählen, diese hier tut es anhand von Objekten. Hundert Gegenstände des Alltags, der Mode, der Medizin, der Kunst, leise und laute Objekte, solche, die vom Freiheitsdrang und der Rebellion der Frauen zeugen, aber auch solche, die für die Mythen und Normen stehen, mit denen man sie schon immer kleinhalten wollte. Annabelle Hirsch schafft einen Kosmos der Frauen und ihrer Dinge. Wir begegnen einer antiken Amazonen-Puppe, einem Lilith-Amulett, der Nonnen-Krone von Hildegard von Bingen, venezianischen Stelzenschuhen und vielem mehr.

Unerhörte Stimmen

Elif Shafak

So sehr Leila es auch dreht und wendet: Sie wurde ermordet. Wie konnte es zu dieser Tat kommen? Fieberhaft denkt sie zurück an die Schlüsselmomente ihres aufreibenden Lebens, an den Geschmack von gewürztem Ziegen Eintopf aus ihrer Kindheit, an den Gestank der Straße der Bordelle, wo sie arbeitete, und den Geruch von Kardamomkaffee, den sie mit einem jungen Mann teilte, der zu ihrer großen Liebe wurde. Elif Shafak erzählt in ihrem neuen Roman von einer Frau, die am Rand der Gesellschaft Halt sucht, wo Freundschaften tief sind, aber das Glück flüchtig.



Die gereizte Frau

Was unsere Gesellschaft mit meinen Wechseljahren zu tun hat

Miriam Stein

Die Periode ist politisch – ihr Ausbleiben aber auch. Als Miriam Stein von Hitzewallungen, Schlafstörungen und weiteren Vorboten der Menopause überrascht wird, erkundet sie die ihr von der patriarchalen Gesellschaft zuge dachte Stellung neu. Leicht gereizt stellt sie fest: Die sogenannten Wechseljahre sind das letzte Tabu der Frauengesundheit. Der unfruchtbar – und somit unattraktiv – gewordenen Frau wird geraten, sich neu zu erfinden. Miriam Stein räumt mit alten Vorurteilen auf und holt das Thema aus dem gesellschaftlichen Abseits.

SÜSS

Eine feministische Kritik

Ann-Kristin Tlusty

Plötzlich sind alle Feminist*innen. Bloß kann von echter Gleichberechtigung keine Rede sein. Warum wirken überholte Strukturen fort? Ann-Kristin Tlusty betrachtet die inneren und äußeren Zwänge, die das Leben von Frauen auch heute prägen: Noch immer wird ihnen abverlangt, „sanft“ die Sorgen und Bedürfnisse der Gesellschaft aufzufangen und niemals zu viel Mündigkeit zu beanspruchen. Klug und persönlich, befreiend und neu: Diese Streitschrift wirbelt die Geschlechterordnung für immer durcheinander.



Nie, nie, nie

Linn Strømsborg

Die Erzählerin ist fünfunddreißig – und hat sich schon vor Jahren dazu entschlossen, keine Kinder zu bekommen. Linn Strømsborg beschäftigt sich mit Fragen, die jede Frau – ob Mutter oder nicht – sich irgendwann stellt. »Nie, nie, nie« ist ein Buch der Stunde, das sich mit Elternschaft und Weiblichkeit auseinandersetzt, und zwar auf direkte, empathische und bewegendende Weise.





Ein offenes Buch

Von idealen Körpern, perfektem Sex und anderen Mythen

Lara Ermer

Tabulos, aber niveauvoll: Ein im Wortsinne offenes Buch über Body Positivity und sexuelle Mythen in Zeiten ständiger Selbstoptimierung geschrieben. Mit klugem Witz und erfrischender Ehrlichkeit spricht Lara Ermer die unangenehmen Details und Merkwürdigkeiten von

Körpern an. Dabei verhilft es durch viel befreiendes Lachen zu einem unverkrampften Umgang mit Sex und einer liebevollen Haltung zum eigenen Körper.



Nachkommen

Wenn Töchter ihren Müttern schreiben

Wiebke Dierks

Von der bedingungslos unterstützenden Mutter über die schweigsame Versorgerin der Familie bis hin zur distanzierten Frau, zu der nie eine tiefere Bindung entsteht - Tochter-Mutter-Beziehungen haben unzählige Gesichter und Facetten. 21 Töchter mit Lebensgeschichten,

die unterschiedlicher nicht sein könnten, schreiben ehrliche und offene Briefe an ihre Mütter.

Wenn Männer mir die Welt erklären

Rebecca Solnit

Ein Mann, der mit seinem Wissen prahlt, in der Annahme, dass seine Gesprächspartnerin ohnehin keine Ahnung hat - jede Frau hat diese Situation schon einmal erlebt. Rebecca Solnit untersucht die Mechanismen von Sexismus. Sie deckt Missstände auf, die meist gar nicht erkannt werden, weil Übergriffe auf Frauen akzeptiert sind, als normal gelten. Leidenschaftlich, präzise und mit einem radikal neuen Blick zeigt Rebecca Solnit auf, was längst noch nicht selbstverständlich ist: Für die Gleichberechtigung von Frauen und Männern gilt es, die Stimme zu erheben.



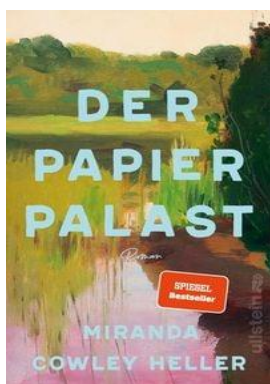
Eine hodenlose Frechheit

Vom Männer-Dilemma moderner Frauen

Ida von Wegen

Weiblich, smart, unabhängig, sucht ... und sucht und sucht ... Unter den hiesigen Langzeitsingles tummeln sich erstaunlich viele erfolgreiche Frauen. Attraktive, schlaue, zielstrebige und eloquente Prachtexemplare in den besten Jahren, nur leider ohne Mann. Woran liegt das?





Der Papierpalast

Miranda Cowley Heller

Eine Frau zwischen Liebhaber und Familie. Elle Bishop, 50, glücklich verheiratet, steht vor einer großen Entscheidung: Bleibt sie bei ihrem Ehemann oder verlässt sie ihn und ihre Familie für ihren Jugendfreund, mit dem sie eine unvergessliche Nacht verbracht hat. Sie hat nur einen Tag Zeit, um herauszufinden, wer sie im Leben sein will und mit wem sie es verbringen möchte. Im Papierpalast, dem Sommerhaus der Familie, steht sie vor der Frage, welche Art des Glücks sie wählen wird.

Morgen kann kommen

Ildikó von Kürthy

Mitreißend, warmherzig und witzig. Ein lebenskluger Roman für und über Frauen, die aus dem Schatten treten, zerstörerische Beziehungen beenden und endlich die Bühne ihres eigenen Lebens erobern. Ein zerrissenes Foto bringt die Wahrheit ans Licht. Es ist die Momentaufnahme eines Verrats, der vier Schicksale miteinander verbindet, sie zusammenführt und mit den unbequemen Fragen der Lebensmitte konfrontiert: loslassen oder festhalten? Wer bin ich, wenn ich niemandem mehr gefallen will, und wo will ich hin, wenn ich mir von niemandem mehr sagen lasse, wo es langgeht? Ruth flieht mit dem Foto und ihrem viel zu großen Hund in die alte Villa der Großeltern.





'Wir sind doch alle längst gleichberechtigt!'

Alexandra Zykunov

Über Bullshitsätze kann sich Alexandra Zykunov stundenlang aufregen. Denn davon bekommen Frauen auch heutzutage unfassbar viele zu hören. Sie werden heimtückisch unter Freundinnen fallen gelassen oder von engsten Familienmitgliedern wohlmeinend ins Ohr geflüstert: "Deine Oma hat das mit den Kindern sogar ganz ohne Kindergarten geschafft!" "Dein Mann hilft doch im Haushalt und wickelt das Baby." Dieses Buch ist die ultimative Anleitung zum Parieren von Bullshitsätzen. Gegen die aus dem Umfeld - und gegen die im eigenen Kopf.

Chillig mit Baby

So sind Schwangerschaft, Geburt und die Zeit danach wirklich

Julia Knörnschild

Julia Knörnschild, bekannt aus dem erfolgreichen Eltern-Podcast »Mama Lauda«, verrät, wie man chillig durch die Schwangerschaft, die Geburt und die ersten Monate mit Kind kommt, und das einzigartig offen, lustig und brutal ehrlich!





Feuer und Brot

Alice und Maxi

In ihrem Podcast besprechen Alice und Maxi gesellschaftlich relevante, popkulturelle und persönliche Themen wie z.B. Rap, Feminismus, Kulturelle Aneignung, Männlichkeit, das Älterwerden oder auch mal das Tabuthema der weiblichen Lust oder Menstruation.

Starke Frauen

Cathrin Jacob und Kim Seidler

„Welche weiblichen Vorbilder hast du eigentlich?“ Starke Frauen ist ein Podcast, der weibliche Vorbilder in den Fokus rückt, Frauen von damals und heute, die Mut machen und inspirieren.



PODCASTS



100 Frauen

Miriam Steckl

Spannende Geschichten und Meinungen von Aktivistinnen gibt es hier zu hören! Im Podcast -100 Frauen interviewt Miriam Steckl starke Frauen und Männer, Persönlichkeiten, die sich in Deutschland für Chancengleichheit einsetzen. Bei den Interviews regen die individuellen Geschichten dazu an,

sich gesellschaftlichen Debatten über Gleichberechtigung zu stellen. Es geht darum, wie eine Zukunft eines gleichberechtigten Zusammenlebens aller Geschlechter erreicht werden kann.

X und Y

Elisabeth Ries und Luisa Filip

Der Podcast X und Y nimmt einen mit in zwei Welten: die Welt der Medien und die Welt des Feminismus. Die Autorinnen sprechen über und mit Medienmacher*innen, darüber, wie Frauen in der Werbung oder in Serien dargestellt werden, wie es im Musikbusiness aussieht, aber auch, wie

viele - oder eher wie wenige - Frauen in Chefredaktionen sitzen.





Lila Podcast

Laura Lucas, Lena Sindermann, Katrin Röncke und Susanne Klingner

Im Lila Podcast geht es um aktuelle Themen, Debatten und interessante Gedanken, die den Autorinnen aufgefallen und hängengeblieben sind – und die vor allem Auswirkungen auf die Geschlechterverhältnisse in unserer

Gesellschaft haben. Sie nehmen das Weltgeschehen in die feministische Mangel und fragen sich: Was passiert da gerade? Geht das noch besser? Oder kann das weg?

Die Alltagsfeministinnen

Sonja Koppitz und
Johanna Fröhlich Zapata

Ihr wollt gleichberechtigt leben – in Partnerschaft, Job und Familie - aber irgendwie kommt immer was dazwischen? Die Alltagsfeministinnen zeigen euch, wie ihr eure Ideale lebt. In

jeder Folge sprechen die Autorinnen über alltägliche Situationen, die wie Kleinkram wirken, aber in Wirklichkeit viel Zündstoff bieten. Sie hinterfragen Rollenklischees und scheinbare Selbstverständlichkeiten. Die meisten Ungerechtigkeiten folgen einem System – das wollen wir verstehen und überwinden. Für ein faires Leben für alle!



Große Töchter

Beatrice Frasl

Beatrice Frasl lädt alle zwei Wochen Frauen aus Wissenschaft, Kultur oder Politik zum Gespräch. Man spricht über Feminismus, das Patriarchat und Geschlechternormen, aber auch über Klassendenken, Migration und Rechtsextremismus. Intelligent und differenziert geht Frasl dem auf die Spur, was Feminismus eigentlich ausmacht.



Frauenfragen

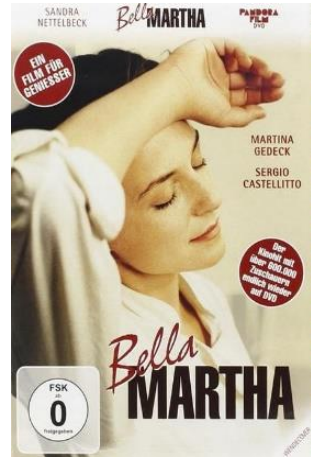
Mari Lang

Wie bekommst du Karriere und Familie unter einen Hut? Schadet dein Erfolg deiner Partnerschaft? Hast du schon mal an eine Schönheitsoperation gedacht?

Mari Lang stellt erfolgreichen Männern Fragen, mit denen sonst eigentlich eher Frauen konfrontiert sind. Deren Reaktionen sind entwaffnend ehrlich, humorvoll und immer wieder auch sehr aufschlussreich.

Bella Martha

Edle Zutaten, raffinierte Speisen, dampfende Kochtöpfe - dies ist die Welt, in der sich Spitzenköchin Martha zu Hause fühlt. Mit den Männern hat die Perfektionistin jedoch seit langem abgeschlossen, da sie lieber für sie kocht als von ihnen vernascht zu werden. Als sie nach dem Unfalltod ihrer Schwester die achtjährige Nichte Lina bei sich aufnimmt, holt Chefin Frida mit dem lebenslustigen Ersatzkoch Mario einen Rivalen in Marthas Reich. Die überforderte Martha muss daraufhin erkennen, dass es kein Rezept fürs Glücklichein gibt. FSK 0, 2001.



Ausgeflogen

Mon Bébé

Als ihre jüngste Tochter kurz vor ihrem Abschluss steht, geht auch für eine Mutter aus Paris ein Lebensabschnitt zu Ende. Die letzten Wochen, die beide gemeinsam unter einem Dach verbringen, werden zu einem langen Abschied. FSL 6, 2019.



Gott existiert, ihr Name ist Petrunya

Eine arbeitslose Historikerin aus der nord-mazedonischen Stadt Štip gerät nach erniedrigenden Erfahrungen bei der Jobsuche in eine religiöse Prozession und lehnt sich spontan gegen Regeln und Tradition auf, indem sie als erste Frau ein kleines Kruzifix aus einem eiskalten Fluss fischt, was ihr ein Jahr lang Glück bescheren soll. Eine temporeiche Komödie, die ohne Bitterkeit, aber mit gebotener Schärfe die patriarchalen Effekte monotheistischer Religionen hinterfragt. FSK 12, 2019.

Corsage

Wien 1877. Kaiserin Elisabeth, verehrt für ihre Schönheit, begeht ihren 40. Geburtstag unter strenger Beobachtung der Öffentlichkeit. Aber ihr Freiheitsdrang und ihre Rastlosigkeit passen nicht zu den Erwartungen, die man an sie als Repräsentantin der Monarchie, Ehefrau, Mutter und Schönheitsidol hat. Zwischen Lebenshungrer und Selbstbestimmung zeichnet Marie Kreutzer das hochmoderne Porträt einer starken Frau, die sich gegen System und Rollenzuschreibung auflehnt. FSK 12, 2022.



Paula

Mein Leben soll ein Fest sein

Um 1900 scheint es undenkbar, dass eine Frau an einer Kunsthochschule studiert, geschweige denn sich als Malerin einen Namen macht. Aber Paula Becker denkt nicht daran, sich den herrschenden Konventionen anzupassen. In der Künstlerkolonie Worpswede ergründet sie unbeirrt

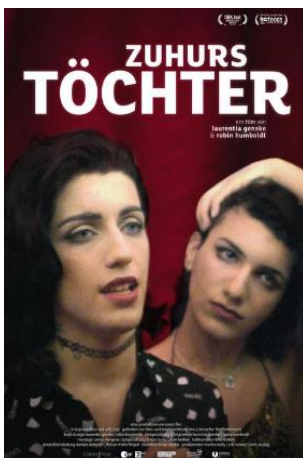
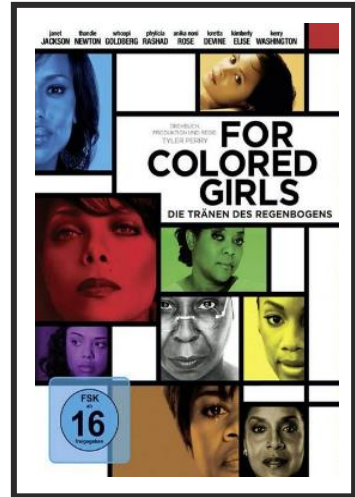
von der vernichtenden Meinung ihres Lehrers ihren eigenen Stil. Als sie den Maler Otto Modersohn heiratet, scheint es, als hätte Paula einen verständnisvollen Seelenverwandten gefunden. Aber in der Ehe findet sie nicht ihr Glück. Finanziell unterstützt von ihrem Mann zieht sie nach Paris, wo sie sich als Mensch und Künstlerin verwirklicht. Das Interesse, sich mit der Avantgardistin näher zu beschäftigen, ist dank der sympathischen Protagonistin und der spannenden Biografie schnell geweckt. An ihrem Werdegang lässt sich im Kunstunterricht, aber auch in den Fächern Sozialkunde und Geschichte exemplarisch nachvollziehen, unter welchen Schwierigkeiten es vereinzelt Frauen gelang, sich um 1900 beruflich zu etablieren. FSK 12, 2016.



For Colored Girls Die Tränen des Regenbogens

In Episoden erzählt "For Colored Girls" die Geschichten New Yorker Frauen, die so facettenreich sind wie die Farben des Regenbogens. Tyler Perry verknüpft ihre Einzelschicksale zu einem dichten Drama, das erschreckt, fesselt und doch Mut macht: ein Film über starke Frauen, die - ungeachtet ihrer Hautfarbe - an ihrem Schicksal wachsen und nicht verzweifeln. Basierend auf dem Theatererfolg von Ntozake Shange, bei dem sieben Frauen zwanzig Gedichte interpretieren.

FSK 16, 2010.



Zuhurs Töchter

Beobachtender Dokumentarfilm über zwei Transgender-Schwwestern, die als kurdische Flüchtlinge aus Syrien nach Deutschland kamen und davon träumen, endgültig und auch medizinisch zu Frauen zu werden. Der Film nimmt über zwei Jahre an ihrem Leben teil, das von viel Aufregung um die Transition, Unterstützung durch ihre Familie und konventionellem Teenager-Alltag geprägt ist. FSK 12, 2021.

Kooperation der Gleichstellungsstellen

Alpen	Rheinberg
Hamminkeln	Schermbbeck
Kamp-Lintfort	Voerde
Moers	Wesel
Neukirchen-Vluyn	Kreis Wesel

Ganz besonderen Dank an:

