

Gar nichts MUSS ich!

Referentin Dr. Sabine Heumann stellt ihre Gedanken zum Thema: "Gar nichts MUSS ich - für mehr innere Freiheit und mehr Spaß am Leben" vor.

Wann: Donnerstag, 12.03.2026, 15 Uhr

Wo: Landhotel Behre, Zum Großen Freien 3, Lehrte/Ahlten

Anmeldung: bitte bis zum 02.03.2026 bei Anke Claus unter anke.31275@web.de oder 05132 7377

Kosten: Das Kaffeegedeck mit Kuchen zahlt jede selbst.

Veranstalterinnen: LandFrauenverein Lehrte/Sehnde

"Frauenfrühstück"

Die Bedeutung des Friedens in Dir für die Welt

Im Grunde wünscht sich jeder Mensch in Frieden zu leben. Doch warum brodelt es an so vielen Stellen in der Welt? Bist Du selbst wirklich in Frieden mit Dir selbst und mit Deinen Mitmenschen? Dies kann im Vortrag von Kirsten Busche (Psychotherapeutin, Osteopathin, Heilpraktikerin) überprüft werden. In einer Meditation kannst Du mit einem Menschen, mit dem Du bis heute noch in Unfrieden bist, Frieden schließen.

Wann: Samstag, 14.03.2026, 9.30 Uhr bis ca. 11.30 Uhr,

Wo: Begegnungsstätte Sehnde, Peiner Str. 13

Anmeldung: bitte bis Mittwoch, 11.03.2026, unter jennifer.glandorf@sehnde.de oder telefonisch unter 05138 707 224

Kosten: 7,50 €, ermäßig 5 €

Veranstalterinnen: Civitan Club Sehnde

Schon jetzt vormerken!

Frauenmahl zum Thema „Mutterschaft im Wandel – Rollen, Erwartungen und Wirklichkeit“.

Samstag, 25.04.2026, 18 Uhr im Gemeindehaus

„Broadway Nights in Sehnde“

Die Sängerin Daria nimmt das Publikum mit auf eine musikalische Reise durch die Welt der großen Musicals. Mit ausdrucksstarker Stimme und charismatischer Bühnenpräsenz präsentiert sie bekannte Klassiker und moderne Highlights von Broadway und internationalen Musicalbühnen. Die Besucher*innen dürfen sich auf einen unterhaltsamen Abend voller Emotionen, Energie und musikalischer Vielfalt freuen.

Wann: Samstag, 14.03.2026, 19.30 Uhr

Wo: Forum KGS Sehnde, Am Papenholz

Karten: 18 € im Vorverkauf erhältlich bei der Stadt Sehnde, Außenstelle, Peiner Straße 33 oder Storia Boutique, Peiner Straße 20 / Ecke Mittelstraße

Veranstalterinnen:

Stadt Sehnde, FD Schule, Sport. Kultur



Ein NEIN zu anderen ist ein JA zu sich selbst

Wer kennt es nicht? Ständig ist von Abgrenzung, Achtsamkeit und Selbstfürsorge zu hören. Aber wie bitte kann ich das im Alltag umsetzen? Im privaten aber auch beruflichen Bereich werden ständig Bitten an mich herangetragen "Kannst du mal ...?" Und wie oft fällt es dann schwer, einfach NEIN zu sagen? Warum ist das so? Warum sagen wir ja - zu anderen und nicht zu uns?!? Gemeinsam mit den teilnehmenden Frauen möchte Monika Rietze, Referentin, Coach und Supervisorin, diesem "Geheimnis" auf die Spur kommen und Möglichkeiten der Abgrenzung aufzeigen.

Wann: Mittwoch, 18.03.2026, 18 Uhr

Wo: Sitzungszimmer im Rathaus, Nordstraße 21

Anmeldung: Bitte bis zum 16.03.2026 vorzugsweise per Mail an frauenberatung@awo-hannover.de oder telefonisch an 05132 823434

Veranstalterinnen: AWO Frauenberatungsstelle für Burgdorf, Lehrte, Sehnde und Uetze



Frauenkulturtage 2026

27.02. - 18.03.2026



Informationen und Kontakt:

Jennifer Glandorf,
Gleichstellungsbeauftragte
Stadt Sehnde
05138 707 224
jennifer.glandorf@sehnde.de
www.sehnde.de



Liebe Frauen, liebe Interessierte,
herzlich willkommen zu den
Frauenkulturtagen 2026!

Frauenkulturtage im Jahr 2026, ist das noch zeitgemäß? Ganz klar ja! – Weil Frauenkultur unsere Welt vielfältiger, gerechter und lebendiger macht. Die Sichtbarkeit von Künstlerinnen wird erhöht, Frauengeschichten aus verschiedenen Ländern werden lebendig gemacht, neue Ideen werden gefördert, für Stereotype sensibilisiert und Räume für Diskussionen eröffnet. Wir leben in Zeiten, in denen Gleichberechtigung noch nicht erreicht ist und leider wieder Rückschritte erlebt. Die Frauenkulturtage sollen daran erinnern, dass Zusammenarbeit, Respekt und kreative Freiheit zentrale Werte unserer Gesellschaft und Demokratie sind und im Grundgesetz stehen. Viel Freude, gute Unterhaltung und einen lebendigen Austausch bei den Frauenkulturtagen 2026 in Sehnde!

Equal Pay Day!

Equal pay every day: Unter diesem Motto rückt die Equal Pay Day Kampagne 2026 in den Fokus, wie sich die geschlechterspezifische Lohnlücke im Laufe des Lebens entwickelt und auswirkt. Vom Erlernen von Rollenbildern in Kindheit und Jugend über die Berufswahl und die Familiengründung bis zur Rente und weiblichen Altersarmut: Anhand der verschiedenen Lebensabschnitte wird deutlich, wie gesellschaftliche, wirtschaftliche und politische Strukturen Lohnungleichheit immer wieder erschweren und mit welchen Stellschrauben es gelingen kann, das zu ändern und equal pay Realität werden zu lassen – nicht nur punktuell, sondern an jedem Tag.

Wann: Freitag, 27.02.2026, 11 Uhr

Wo: Mittelstraße

Veranstalterinnen: AK Frauen für Sehnde



Lesung „Raus aus dem Hamsterrad – ab aufs Surfbrett“

Christine Sing lebt das, wovon viele träumen: Nach einer steilen Volkswagen-Karriere hat sie 2018 ihren Bürojob gegen ein Surfbrett eingetauscht und lebt seitdem zwischen Teneriffa & Esslingen. Und: Sie hat ihre Vision für eine lebenswertere (Arbeits-)Welt zum Beruf gemacht: Als selbstständige Beraterin setzt sie sich für mehr Frauen in Führung & neue Formen der Arbeit ein.

In ihrer interaktiven Lesung nimmt sie Menschen mit auf ihre Reise des Ausstiegs, der Neuorientierung und ihres heute ganz anderen Arbeitens & Lebens. Offen und authentisch lässt sie an ihren Erfahrungen und Herausforderungen dieses befreienden Wandels teilhaben, gibt Einblicke in ihre Gefühle und teilt ihre wichtigsten Erkenntnisse.

Christine Sing möchte andere Menschen inspirieren und ermutigen – ab und an mal aus dem eigenen Hamsterrad auszusteigen, den eigenen Träumen zu folgen und immer wieder neue Horizonte zu entdecken.

Wann: Mittwoch, 04.03.2026, 19 Uhr

Wo: Stadtbücherei Sehnde in der KGS Sehnde, am Papenholz 11

Anmeldung: Bitte bis zum 28.02.2026 unter jennifer.glandorf@sehnde.de oder telefonisch unter 05138 707 224

Veranstalterinnen: Stadt Sehnde, FD Schule, Sport, Kultur und Gleichstellungsbeauftragte



Frauenweltgebetstag aus Nigeria „Kommt! Bringt eure Last.“

Der Weltgebetstag der Frauen 2026 kommt aus Nigeria und thematisiert die Herausforderungen nigerianischer Frauen wie Armut, Gewalt und soziale Ungleichheit, aber auch ihre Hoffnung und den Glauben, der durch Lieder und Gebete geteilt wird. Es ist eine Einladung zur Solidarität, zum Gebet und zur Hoffnung. Herzlich willkommen!

Wann: Freitag, 06.03.2026 um 18.00 Uhr

Wo: Katholischen Kirche St. Maria, Am Papenholz. Anschließend afrikanischer Imbiss im Pfarrheim.

Veranstalterinnen: Ökumenischer Arbeitskreis der ev. und kath. Kirchengemeinden Sehnde



Table-Quiz „Starke Frauen“

Nach einer erfolgreichen Premiere im vergangenen Jahr laden wir auch in diesem Jahr wieder herzlich zum quizen ein! Wer? Wann? Was? Wo? - Knifflige Fragen und verblüffende Fakten zum Thema Gleichstellung, Feminismus und Frauenpower erwarten Sie. Es winken kleine Preise!

Wann: Montag, 09.03.2026, 18 Uhr

Wo: Café Sozo, Mittelstraße 10

Anmeldung: Bitte bis zum 07.03.2026 unter jennifer.glandorf@sehnde.de oder telefonisch unter 05138 707 224

Eintritt: 5 €, inkl. keinen Snacks, Getränke bitte selber zahlen

Veranstalterinnen: AK Frauen für Sehnde und Civitan Club Sehnde