

Stadt Bad Salzuflen  
Gleichstellungsstelle  
Rudolph-Brandes-Allee 19 | 32105 Bad Salzuflen

Gleichstellungsbeauftragte  
**Sybille Lüdecke**  
T 05222 952 – 339  
gleichstellung@bad-salzuflen.de  
www.bad-salzuflen.de/gleichstellungsstelle



Volkshochschule Bad Salzuflen  
Hermannstraße 32 | 32105 Bad Salzuflen  
T 05222 952 – 941  
volkshochschule@bad-salzuflen.de  
www.vhs-badsalzuflen.de

© Fotos: Bad Salzuflen, Stadtarchiv Bad Salzuflen, Celia Kaspar,  
Julia Kranz Fotografie; Bildagentur: AdobeStock



***Mein Wohlfühlort.***

# Veranstaltungen

Februar – Juni 2026

Stand: Januar 2026. Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



**SALZUFLER  
FRAUEN  
POWER**



**BAD SALZUFLLEN**  
LIPPISCHES STAATSBAD SEIT 1818

# Veranstaltungen im Überblick

Februar – Juni 2026

**04**

08. März 2026 | 13.00 Uhr | Internationaler Frauentag

**Weibliche VorBILDER – laut, unbequem, unperfekt!**

**06**

16. April 2026 | 18.30 Uhr | Onlinevortrag

**„Finanzen für Frauen zwischen  
Sicherheit und Chance“**

**08**

25. April 2026 | 16.00 Uhr | Klangbad

**Meditation und wohltuende Klänge für Frauen**

**10**

13. Juni 2026 | 14.30 Uhr | Führung

**Die Frauen von Varenholz**

Was ist sonst noch so los?

- 14. Februar 2026 | **One Billion Rising**
- 27. Februar 2026 | **Equal Pay Day**
- 01. März 2026 | **Equal Care Day**
- 19. Mai 2026 | **Diversity Day**



**BAD SALZUFLLEN**  
LIPPISCHES STAATSBAD SEIT 1818

**Liebe Frauen\*!**

Unsere Welt steht vor vielfältigen Herausforderungen – umso wichtiger bleibt das Thema Gleichberechtigung. Mit unserem Veranstaltungsformat „Salzufler Frauen Power“ möchten wir inspirierende Begegnungsräume schaffen, wo sich Frauen\* gegenseitig bestärken, vernetzen und ermutigen können.

Gemeinsam wollen wir Erfahrungen teilen, Wissen weitergeben und neue Verbindungen eingehen. So entsteht eine solidarische Gemeinschaft, die Frauen\* bestärkt, ihre Potenziale zu entfalten und sich aktiv für gleiche Teilhabe stark zu machen.

Unsere Themenschwerpunkte bieten euch ein vielfältiges und abwechslungsreiches Veranstaltungsprogramm – seid dabei und gestaltet mit!

**Eure Gleichstellungsbeauftragte Sybille Lüdecke und das Team der VHS Bad Salzuflen**

**SALZUFLER  
FRAUEN  
POWER**



08. März | 13.00 Uhr

Internationaler Frauentag

## Weibliche VorBILDER – laut, unbequem, unperfekt!

Ein Nachmittag voller Inspiration, Kreativität und Gemeinschaft – für alle Frauen, die ihre Stimme erheben, sichtbar werden und andere stärken wollen. Erlebe Geschichte, Kreativität und Gemeinschaft. Finde Inspiration in starken Frauen – und werde selbst Teil einer Bewegung, die Spuren hinterlässt.

Referentinnen

### Pia Gillner

Volontärin, Stadtarchiv der Stadt Bad Salzuflen

### Celia Kaspar

Künstlerin, Bad Salzuflen

### Sybille Lüdecke

Gleichstellungsbeauftragte der Stadt  
Bad Salzuflen

## Programm

### Mitreißender Vortrag von Pia Gillner

WeibsBILDER – Die wahren Geschichten hinter „bösen“ Frauen: Erlebe faszinierende Frauen, die gegen Widerstände antraten – unbequem, mutig, echt – und dadurch Geschichte schrieben.

### Kreativ-Workshop mit Celia Kaspar

Gestalte gemeinsam mit anderen Frauen Plakate als Zeichen weiblicher Stärke und Sichtbarkeit. Farbe, Wort und Haltung werden zu Kunst!

### Gemeinschaft & Ausklang

Bei Kaffee, Tee und Kuchen kommen wir ins Gespräch: Was bewegt uns? Welche Spuren wollen wir hinterlassen? Welche Art von Vorbild möchten wir sein?



So. | 08.03.2026 | 13.00 – 17.00 Uhr

Volkshochschule Bad Salzuflen

Hermannstraße 32 | 32105 Bad Salzuflen

**TEILNAHMEBEITRAG:** 8,00 €

Anmeldung bitte unter:  
[www.vhs-badsalzuflen.de](http://www.vhs-badsalzuflen.de)



16. April 2026 | 18.30 Uhr

## Onlinevortrag

### „Finanzen für Frauen zwischen Sicherheit und Chance“

Wirtschaftliche Eigenständigkeit bedeutet mehr Freiheit – heute und im Alter. Noch immer verdienen Frauen im Durchschnitt deutlich weniger als Männer: 2024 lag der Bruttolohn von Frauen bei 2.851 €, bei Männern bei 4.078 €.

Gründe sind oft Teilzeit, Care-Arbeit und Erwerbsunterbrechungen – mit Folgen für die Rente: Frauen erhalten im Schnitt rund 32 % weniger Altersrente.

Umso wichtiger ist es, dass wir selbst die Regie über unsere Finanzen übernehmen. Eigenständige Vorsorge schützt vor Altersarmut – egal, wie sich das Leben entwickelt.



#### Welche Spar- und Anlageformen passen zu dir?

Die Verbraucherzentrale NRW zeigt in diesem Vortrag, wie du Schritt für Schritt deine Finanzen selbst in die Hand nimmst:

- Wie kannst du Chancen und Risiken einschätzen?
- Was ist der Unterschied zwischen verzinsten Anlagen und Investmentfonds?
- Worauf solltest du beim Abschluss achten?

Geld anlegen muss nicht kompliziert sein. Mit etwas Wissen und klaren Zielen kannst du deine finanzielle Zukunft selbst gestalten – sicher, informiert und unabhängig.

Referent



**Thomas Hentschel**

Verbraucherzentrale NRW e.V.



Do. | 16.04.2026 | 18.30 – 20.00 Uhr

Digital per Zoom

**TEILNAHMEBEITRAG: 8,00 €**

Anmeldung bitte unter:  
[www.vhs-badsalzuflen.de](http://www.vhs-badsalzuflen.de)



25. April 2026 | 16.00 Uhr

## Klangbad

### Meditation und wohltuende Klänge für Frauen

Sound ist ein sehr wirkungsvolles Tool für die physische und mentale Gesundheit. Schenke dir eine Auszeit in der Tanzwerkstatt und genieße ein entspannendes Klangbad. Dich erwarten wohltuende Klänge, eine geführte Meditation und eine wunderschöne Playlist zur Entspannung für zu Hause.

Die sanften Schwingungen helfen, Stress abzubauen, den Geist zu beruhigen und deine innere Balance zu stärken. Regelmäßige Klangmomente können deine Resilienz fördern und dir mehr Ruhe, Gelassenheit und innere Stärke schenken.

- Empfehlenswert sind bequeme Kleidung und bring dir gerne eine Decke/Stola und ggf. dein Lieblingskissen mit. Matten sind vorhanden. Wasser und Tee sind inklusive!



Sa. | 25.04.2026 | 16.00 - 18.30 Uhr  
Tanzwerkstatt  
Bahnhofstraße 36 | 32105 Bad Salzuflen

**TEILNAHMEBEITRAG:** 10,00 €

Anmeldung bitte unter:  
[www.vhs-badsalzuflen.de](http://www.vhs-badsalzuflen.de)



*„Das Glück besteht darin,  
zu leben wie alle Welt und  
doch wie kein anderer zu sein.“*

Simone de Beauvoir

Referentin

#### Nadine König

Tanzpädagogin, Beraterin und Mediatorin

Als leidenschaftliche zeitgenössische Tänzerin und Choreografin hat Nadine König 2007 die Tanzwerkstatt in ihrer Heimatstadt gegründet – als sicheren Ort für verbindlichen Austausch und Teamspirit, für Tanz und künstlerische Entfaltung.



13. Juni 2026 | 14.30 Uhr

## Führung

### Die Frauen von Varenholz

In der Geschichte von Schloss Varenholz spielen Frauen eine besondere Rolle. Drostin Sybille Margarethe von Heiden-Donop wollte den Dorfbewohnern eine Kirche und eine Schule stiften. Als sie verstarb, erfüllte ihr Mann Lewin Moritz von Donop das Vermächtnis. Gräfin Elisabeth zur Lippe, geborene Prinzessin zu Schaumburg-Lippe, wählte Schloss Varenholz als Sommerresidenz. Gräfin Amalie zur Lippe, geborene Erbgräfin zu Dohna-Vianen, verwandelte das Schloss in ein Klein-Versailles. Fürstin Pauline zur Lippe schenkte der Domäne einen Fohlen-Stall und der Kirche eine Orgel aus dem Schloss Brake.

Von 1945–1952 war im Schloss die Verwaltung der UFA-Filmgesellschaft aus Potsdam-Babelsberg untergebracht. Schauspielerin Grete Weiser war dort, ihr Ehemann Dr. Hermann Schwerin war Verwaltungsleiter. Die anthroposophische Pädagogin Elisabeth Engels gründete nach der NS-Zeit ein Schulinternat für Mädchen. Katharina, Ehefrau des Drostes Gerstein, musste Varenholz zwar verlassen, kehrte jedoch als Witwe zurück. Sie verschwand spurlos. Seitdem soll der Legende nach in Vollmondnächten eine weiße Dame als gutmütiger Geist durch die Räume wandeln.

Referentin

**Vera Varlemann**

Ev.-ref. Kirchengemeinde Varenholz



### Ablauf

#### Besichtigung

- Begrüßung am Schlosstor
- Innenhofbesichtigung
- Rundgang durch den Schlosspark
- Besichtigung der Schlosskirche (verkürzt)

#### Im Anschluss

- Vortrag mit Bildern
- Möglichkeit für Fragen und Austausch
- Kaffee, Kaltgetränke, Kuchen



Sa. | 13.06.2026 | 14.30 – 17.00 Uhr

Schloss Varenholz (Parkplatz vor dem Eingang)  
Varenholzer Str. , 32689 Kalletal-Varenholz

**TEILNAHMEBEITRAG:** Spendenbasis

Anmeldung bitte unter:  
[www.vhs-badsalzuflen.de](http://www.vhs-badsalzuflen.de)

