

# EQUAL CARE DAY

29. FEBRUAR 2020



Wer kümmert sich  
um mich,  
um meine Eltern,  
um meine Kinder,  
um ... ?



Dieser Flyer wird vom Projekt „Perspektive Wiedereinstieg im Landkreis Osterholz“ herausgegeben.

Der Equal Care Day ist eine Initiative von klische\*esc e.V., gemeinnütziger Verein zur Förderung von Wahlfreiheit jenseits limitierender Rollenklischees.  
[www.equalcareday.de](http://www.equalcareday.de)



## Projekt „Perspektive Wiedereinstieg im Landkreis Osterholz“

ProArbeit kAöR

Kostenfreie Karriere- und Wiedereinstiegsberatung  
Coaching · Workshops · Webinare

Bahnhofstraße 36 · 27711 Osterholz-Scharmbeck  
Telefon/WhatsApp: 0 47 91 - 930 36 27  
[perspektive-wiedereinstieg@proarbeit-ohz.de](mailto:perspektive-wiedereinstieg@proarbeit-ohz.de)  
[www.perspektive-wiedereinstieg-ohz.de](http://www.perspektive-wiedereinstieg-ohz.de)  
[www.facebook.com/pweohz](https://www.facebook.com/pweohz)

gefördert durch:



„Perspektive Wiedereinstieg im Landkreis Osterholz“ unterstützt Menschen beim Vereinbaren von Familie und Beruf. Care-Arbeit spielt dabei eine wichtige Rolle: Sie ist Grund für Erwerbspausen und entscheidet mit über die wöchentliche Stundenanzahl im Job. Aus der Fürsorgearbeit heraus entwickeln sich wertvolle Kompetenzen, die auch für den beruflichen Weg genutzt werden können. Eine partnerschaftliche Verteilung von Aufgaben im Haushalt und in der Familie ermöglicht einen gelungenen Wiedereinstieg und ein erfolgreiches berufliches Entwickeln.

In kostenlosen Beratungen und Coachings werden diese Aspekte aufgegriffen und zum Klären der eigenen beruflichen Ziele genutzt.

# Wer pflegt und versorgt, wer kocht und füttert, wer putzt und wäscht, wer räumt auf, wer kümmert sich – und zu welchem Preis?

## Am 29. Februar ist EQUAL CARE DAY.

Care-Arbeit, also Fürsorgearbeit/das Kümmern um andere, ist überwiegend „unsichtbare Arbeit“. Sie wird in unserer Gesellschaft allzu oft schlecht bis gar nicht honoriert. Fürsorgearbeit wird vor allem von Frauen übernommen. Sie betrifft viele Bereiche im sozialen Leben, nur durch sie kann eine Gesellschaft gut gelingen. Eine gesellschaftliche Anerkennung von Sorgearbeit fehlt jedoch.

Fürsorgearbeit wird, genau wie der Schalttag am 29. Februar, oft übergangen. Daher findet der „Equal Care Day – Aktionstag für mehr Wertschätzung und eine faire Verteilung der Sorgearbeit“ am 29. Februar in Schaltjahren und in allen anderen Jahren am 1. März statt.

### WORKSHOP

#### „Wie gehe ich als pflegende Person achtsam mit mir um?“

Familienangehörige oder Freund/-innen zu pflegen, ist eine Aufgabe, die sehr kräftezehrend sein kann. Dabei gut auf sich und die eigene Gesundheit zu achten, ist eine große Herausforderung. Im Workshop stellen Heidi Murken, Inhaberin von fit mit fun „Dein Studio“, und Anna Breimer, Gesundheitsberaterin, Übungen zur Alltagsentlastung in Theorie und Praxis vor.

**Termin:** Mittwoch, 26. 2. 2020, 19.00 – 21.00 Uhr,

**Ort:** Volksbank Worpswede eG, Hembergstr. 24, Worpswede  
Kostenfreies Angebot

**Anmeldung** (bis 24. 2. 2020): Heike Grotheer, 01 52 - 24 33 48 19, h.grotheer@gemeinde-worpswede.de

**Veranstalterinnen:** Gleichstellungsbeauftragte Heike Grotheer (Gemeinde Worpswede), Evelin Meyer (Gemeinde Grasberg), Christina Weiland (Gemeinde Lilienthal)

### WIEDEREINSTIEGS-CAFÉ

#### „Da hab' ich nichts gemacht, da war ich nur zu Hause“ – Familienzeit und Bewerbung

Viele Wiedereinsteiger/-innen sind sich bei Bewerbungen unsicher, wie familiäre Auszeiten in den beruflichen Kontext eingeordnet werden können. „Wie soll ich diesen Zeitabschnitt im Lebenslauf benennen?“ „Welche Fragen ergeben sich im Vorstellungsgespräch dazu?“ Beim Wiedereinstiegs-Café werden diese und weitere Fragen geklärt.

**Termin:** Donnerstag, 5. 3. 2020, 10.00 – 12.00 Uhr

**Ort:** Amtmann-Schroeter-Haus, Hauptstraße 63, Lilienthal  
Kostenfreies Angebot

**Anmeldung** (bis 2. 3. 2020): 047 91 - 9603627, perspektive-wiedereinstieg@proarbeit-ohz.de

**Veranstalter:** Projekt „Perspektive Wiedereinstieg im Landkreis Osterholz“

### VORTRAG

#### Frauen im Spagat: Zwischen Erwerbs- und Care-Arbeit

Für die Familie da zu sein und im Job seine Frau zu stehen ist herausfordernd. Insbesondere dann, wenn Frauen den Großteil der Care-Arbeit übernehmen. Der Vortrag von Carola Bury, Referentin für Gesundheitspolitik bei der Arbeitnehmerkammer Bremen, beleuchtet diese Situation und zeigt Wege auf, wie frau gut für sich sorgen kann.

Der Vortrag findet im Rahmen der Veranstaltung zum Internationalen Frauentag 2020 statt. Mit Kaffeetafel und dem Frauenpopchor LadyLIKE.

**Termin:** Samstag, 7. 3. 2020, 15.00 – 18.00 Uhr (Vortrag: 16.00 Uhr)

**Ort:** Rathaus, Ratssaal, Rathausstraße 1, Osterholz-Scharmbeck  
Kosten: € 5,-

**Anmeldung:** Karin Wilke, 047 91 - 17353, wilke@osterholz-scharmbeck.de

**Veranstalterin:** Karin Wilke, Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Osterholz-Scharmbeck

Der Equal Care Day liegt auch deshalb auf dem 29. Februar, weil Sorgearbeit zu 80% von Frauen übernommen wird, ob im Privaten, im Ehrenamt oder im professionellen Bereich. Männer übernehmen also 20% und brauchen damit vier Mal so lange, um denselben Umfang an Fürsorgearbeit zu leisten.

#### Das Projekt „Perspektive Wiedereinstieg im Landkreis Osterholz“ und die Gleichstellungsbeauftragten im Landkreis Osterholz unterstützen den Equal Care Day.

Rund um den Aktionstag gibt es im Landkreis Osterholz verschiedene Veranstaltungen:

### FILM

#### Die Berufung - Ihr Kampf für Gerechtigkeit

Die US-Richterin Ruth Bader Ginsburg hat ihr Leben in den Dienst der Gleichberechtigung gestellt. Ihre Chance, etwas zu verändern, kommt in den 1970ern mit einem scheinbar kleinen Fall in der Provinz: Einem unverheirateten Mann wird es verwehrt, die Pflege seiner Mutter als Steuerabzug geltend zu machen – Pflege sei ausschließlich Sache von Frauen. So wird der Fall der Diskriminierung eines Mannes zum Hebel, die Ungleichheit von Frauen vor dem Gesetz an die Öffentlichkeit zu bringen. (USA 2018, 120 Min.)

Der Kinofilm wird im Rahmen des Internationalen Frauentags 2020 in gemütlicher Atmosphäre bei einem Glas Sekt und einem kleinen Fingerfood-Büfett gezeigt.

**Termin:** Sonntag, 8. 3. 2020, 19.30 Uhr

**Ort:** Filmpalast Schwanewede, Am Markt 54, Schwanewede

**Eintritt:** € 14,-, Karten im Vorverkauf bei der Gemeinde Schwanewede

**Kontakt:** Dörthe Kleppe, 04209 - 740

**Veranstalterin:** Dörthe Kleppe, Gleichstellungsbeauftragte der Gemeinde Schwanewede

### WORKSHOP

#### Familienzeit und Kompetenzen – eine Schatzsuche

Care-Arbeit hat viele Gesichter und Facetten. Hinter den einzelnen Tätigkeiten verbergen sich Kompetenzen, die sich als wertvoll für den eigenen beruflichen Weg erweisen können. Julia Drees und Tanja Heidt, Beraterinnen im Projekt „Perspektive Wiedereinstieg im Landkreis Osterholz“, begleiten die Workshop-Teilnehmenden bei der Schatzsuche: Nach einer Bestandsaufnahme der Aufgaben im Familienmanagement werden die Kompetenzen benannt und in den beruflichen Kontext verortet. Erst einmal sichtbar gemacht, entwickeln diese Schätze ungeahnte Kräfte beim beruflichen Wiedereinstieg!

**Termin:** Donnerstag, 12. 3. 2020, 9.00 – 13.00 Uhr

**Ort:** ProArbeit kAöR, Bahnhofstr. 36, Osterholz-Scharmbeck  
Kostenfreies Angebot

**Anmeldung** (bis 9. 3. 2020): 047 91 - 9603627, perspektive-wiedereinstieg@proarbeit-ohz.de

**Veranstalter:** Projekt „Perspektive Wiedereinstieg im Landkreis Osterholz“

### #unversichtbar

Die „Galerie der unsichtbaren Arbeit“ rückt Menschen, die Fürsorgearbeit leisten ins Licht und macht Care-Arbeit sichtbar! Zum Schmökern und Mitmachen: [equalcareday.de/unversichtbar/](http://equalcareday.de/unversichtbar/)