

Feminismus im Comicregal

März 2023 – Medienliste

Girlsplaining

Katja Klengel

Warum haben wir vor dem Wort “Vulva” mehr Angst als vor “Voldemort”? Müssen wir uns wirklich für unsere Körperbehaarung schämen? Wieso werden im Schulunterricht hauptsächlich männliche Autoren gelesen? Und warum sind die Geschlechterrollen bei Kinderspielzeug in den fünfziger Jahren des vorigen Jahrhunderts stecken geblieben?

In “Girlsplaining” geht Katja Klengel diesen Fragen auf den Grund und schildert mit Humor und schonungsloser Offenheit ihre persönlichen Erfahrungen und vermeintlichen Unzulänglichkeiten – und was es für sie bedeutet, heute eine Frau zu sein.

[Girlsplaining beim Verlag Reprodukt](#)

Frannerd

Fran Meneses

Fran ist eine queere, chilenische Illustratorin, wohnhaft in New York. Sie schafft es in wenigen Zeichnungen, komplexe Gefühle und Situationen darzustellen, für die man mit Worten mit vielen Seiten nicht hin käme.

Dabei zeigt sie Momente und Beobachtungen aus ihrem eigenen Alltag, ihren Struggle als Künstlerin, Erlebnisse und Situationen, Selbstzweifel und vieles mehr,

bei dem man sich ggfls. schnell selbst wiedererkennt.

[@frannerd auf Instagram](#)

Hier finden sich viele ihrer Comics.

Auch den sehr bewegenden Comic über ihre Fehlgeburt:

[Frutilla Part 1](#)

[Frutilla Part 2](#)

I’m Every Woman

Liv Strömquist

In I’m every woman setzt sich Liv Strömquist mit dem Mythos vom männlichen Genie auseinander, indem sie die Geschichte aus weiblicher Perspektive umschreibt. Die Leser*innen begegnen darin diversen Frauen, die sich im Schatten ihrer allseits gelobten und bewunderten Männer bewegen mussten.

[I’m Every Woman beim Avant-Verlag](#)

Heute ist der letzte Tag vom Rest deines Lebens

Ulli Lust

Bericht von der heldenmütigen Reise zweier Punk-Mädchen, wie sie bis nach Sizilien gelangten, manchem Unhold begegneten, und was ihnen dabei widerfuhr. Wie sie ganz unten waren und trotzdem immer weiter

wollten. Nach über vierjähriger Arbeit erschien das autobiographische Comic-Epos "Heute ist der letzte Tag vom Rest deines Lebens" von Ulli Lust.

[Heute ist der letzte Tag vom Rest deines Lebens beim Avant-Verlag](#)

Spring #19: Scheitern

Illustratorinnen-Gruppe Spring

Wir tun alles, damit eines nicht passiert: Wir wollen nicht scheitern. Doch was bedeutet es überhaupt, zu scheitern? Und wer legt das fest? Zeigt ein Scheitern uns immer nur unsere Grenzen, oder weist es uns nicht auch neue Wege? Welche neuen Perspektiven können wir durchs Scheitern erlangen? Und was hat Scheitern mit Empathie zu tun? In der aktuellen Ausgabe des SPRING-Magazins erzählen die 14 Illustratorinnen Geschichten aus dem Alltag und den Beziehungen, von der Evolution und vom ökologischen Kollaps. Sie fragen sich, wer einen beim Scheitern auffängt und illustrieren den Schmerz, die Angst, aber auch die Erleichterung nach dem Fall.

[Spring #19 beim mairisch Verlag](#)

Infidel *

Pornsak Pichetshote, Aaron Cambell

Aisha, ihr Freund Tom und dessen Tochter Kris haben ihr Leben umgekrempelt und sind umgezogen, um dem Familienleben mit Toms Mutter eine Chance zu geben. Und obwohl die neuen Nachbarn nicht gerade begeistert über eine junge Muslimin im Hijab sind, lässt sich Aisha nicht so einfach unterkriegen und blickt der Zukunft positiv entgegen. Aber als die Albträume, unter denen sie seit dem Umzug leidet, mehr und

mehr ein erschreckendes Eigenleben führen, kommt ihr eine grauenhafte Erkenntnis: Ein uraltes Böses lebt in ihrem Haus, und es ernährt sich von Fremdenangst und Rassismus...

[Infidel beim Splitter-Verlag](#)

Weitere Lesemöglichkeiten:

Ein anderer Blick

Emma

Mit ihren schnörkellosen Comics illustriert die französische Bloggerin Emma Alltagssituationen ebenso wie die großen gesellschaftlichen Fragen. Von Sexismus in der Arbeitswelt über häusliche Gewalt und die Anatomie der Klitoris: Emma widmet sich den unterschiedlichsten feministischen und sozialen Themen in einem Dutzend kleiner Geschichten, jede davon lehrreich, berührend und gleichzeitig humorvoll erzählt. Mit Feingefühl und schonungsloser Ehrlichkeit hinterfragt sie alltägliche Zumutungen und Absurditäten.

[Ein anderer Blick beim Unrast-Verlag](#)

Der vermutlich bekannteste Ausschnitt daraus kostenlos auch hier:

["Du hättest doch nur fragen müssen"](#)

Die dicke Prinzessin Petronia

Katharina Greve

Das ganze Weltall vergöttert den kleinen Prinzen, der alles „mit dem Herzen“ sieht – aber keiner beachtet seine Cousine, die dicke Prinzessin Petronia. Im Gegensatz zum süßen blonden Jungen ist sie misstrauisch und völlig unsentimental. Überhaupt erfüllt sie kein Prinzessinnen-Klischee: Sie hasst rosa Rüschen, liebt dafür Mathe. Der kleine Prinz hat natürlich auch den größeren Himmelskörper, während Petronia auf dem wohl winzigsten und langweiligsten Planeten des Universums lebt. Unterstützt vom Multifunktionswurm Mirco versucht sie, ihr tristes Leben aufzupeppen, reist per Wurmloch durch den Kosmos oder versucht, David Bowie zu treffen – meist völlig erfolglos.

Die dicke Prinzessin Petronia beim Avant-Verlag

Busengewunder *

Lisa Frühbeis

Wussten Sie, dass sechs von sieben Figuren bei „Super Mario Kart“ männlich sind? Und Princess Peach fährt voll lahm und kichert nervig! War Ihnen klar, dass es weiblichen Exhibitionismus vor dem Gesetz nicht gibt? Ist ja auch zu hübsch anzuschauen! Schon gemerkt, dass die großen Gewinner der Emanzipation Gender-Marketing und Pink Tax heißen? Oder dass ein Gros der umgangssprachlichen Bezeichnungen für das männliche Genital sich von grobem Mordwerkzeug ableitet?

Scharfsinnig, meinungsstark und mit viel Humor stellt Lisa Frühbeis in ihren

feministischen Comic-Kolumnen Beobachtungen zu den vorherrschenden Geschlechterrollen an, um überraschende Schlüsse daraus zu ziehen und bissige Denkanstöße zu geben.

Busengewunder beim Verlag Carlsen

Saga (Comic-Serie)

Brian K. Vaughan und Fiona Staples

In SAGA geht es um die frischgebackenen Eltern Alana und Marko, die mit ihrer neugeborenen Tochter dem Jahrzehnte währenden Krieg entkommen wollen, von dem der Rest der Galaxis besessen zu sein scheint. Beide stammen von verschiedenen Spezies ab und sind Soldaten der jeweils gegnerischen Fraktion und doch kämpfen die zwei Liebenden mit allem was sie haben gegen das System und für das Überleben ihrer Tochter, die den politischen Führern beider Seiten ein Dorn im Auge ist.

Saga 1 beim Verlag Cross-Cult

Endzeit*

Olivia Vieweg

Vor zwei Jahren haben Zombies die Erde überrannt. Weimar und Jena sind dank eines Sicherheitszauns die vermutlich letzten Orte menschlicher Zivilisation. Als Vivi (22) und Eva (26) sich zwischen den Städten schutzlos auf freiem Feld wiederfinden, müssen sie wohl oder übel gemeinsam den Kampf gegen die Untoten aufnehmen. Und damit auch gegen die Dämonen der eigenen Vergangenheit.

Eine mystisch-märchenhafte Horrorgeschichte voller Gefahren, aber auch ungeahnter Chancen für ein neues Leben in einer anderen Welt.

[Endzeit beim Verlag Carlsen](#)

The Complete Wimmen's Comix

Wimmen's Comix-Kollektiv

Dieses zweibändige Set im Schuber versammelt zwei Jahrzehnte der bahnbrechenden Underground-/Alternative-Anthologie Wimmen's Comix.

In den späten 1960er Jahren veränderten die Underground-Comics die Art und Weise, wie Comic-Leser*innen das Medium sahen - diese Bewegung war zunächst aber stark männlich dominiert. 1972 trafen sich zehn Comiczeichnerinnen in San Francisco, um dies zu ändern und die erste und langlebigste Comic-Anthologie nur für Frauen, Wimmen's Comix, herauszubringen.

In den zwanzig Jahren ihres Bestehens haben die Frauen von Wimmen's Themen aufgegriffen, die die Männer nicht einmal mit einer zehn Fuß langen Stange anfassen würden: Abtreibung, Menstruation, Masturbation, Kastration, Lesben, Hexen, Mörderinnen und Feministinnen.

[The Complete Wimmen's Comix beim Verlag Fantagraphics](#)

Wer ist hier die Mutter?

Alison Bechdel

Nach ihrem internationalen Bestseller »Fun Home«, in dem Alison Bechdel ihrem Vater nachspürte, erscheint nun ihre gewitzte, melancholische Abrechnung mit ihrer Mutter, die das Leben der Tochter bis heute bestimmt. Mit ihrer unverwechselbaren Kunst, Bilder und Worte gegeneinander zu setzen, pflügt Alison Bechdel das oft beackerte Terrain der Mutter-Tochter-Beziehung ganz neu um und ermöglicht einen vollkommen frischen Blick auf die erste Beziehung unseres Lebens.»Ich kann dieses Buch nicht schreiben, wenn ich meine Mutter nicht aus dem Kopf kriege«, erzählt Bechdel ihrer Therapeutin. »Aber ich kriege sie nur aus dem Kopf, wenn ich dieses Buch schreibe.« Den komplexen Prozess, mit der eigenen Geschichte und den eigenen Eltern klarzukommen, zeichnet Alison Bechdel auf noch nie dagewesene Weise nach und auf.

[Wer ist hier die Mutter? beim Verlag KiWi](#)

Persepolis *

Marjane Satrapi

Im Jahr 1979 fegt die Iranische Revolution unter Ayatollah Chomeini den Schah von Persien vom Thron. Marjane ist zehn Jahre alt und das einzige Kind einer linksintellektuellen Familie aus dem Teheraner Bürgertum, die hofft, dass nun bessere Zeiten anbrechen. Bald jedoch wachen Revolutionswächter über den Kopftuchzwang, und der Iran-Irak-Krieg bricht aus. Marjane lässt sich nicht unterkriegen und rebelliert mit Kim-Wilde-Kassetten und Nike-Turnschuhen. Zu ihrer eigenen Sicherheit wird sie von den

Eltern als 14-Jährige allein nach Österreich geschickt. Doch mit der westlichen Lebensart kommt sie nicht zurecht und kehrt nach vier Jahren wieder in den Iran zurück.

Persepolis beim Verlag Edition Moderne

Kleine Geschichte des Feminismus

Patu / Antje Schrupp

Philosophinnen, Rebellinnen, Aktivistinnen: Dieser Comic erzählt die Geschichte des Feminismus im euro-amerikanischen Kontext von der Antike bis heute. Vorgestellt werden dabei nicht nur einzelne Feministinnen, sondern auch wichtige feministische Debatten, zum Beispiel über gleiche Rechte, Hausarbeit, freie Liebe, Gleichheit und Differenz oder Gendermainstreaming, in ihrem jeweiligen historischen Kontext.

Dabei wird deutlich, dass Feminismus nicht ein bestimmter, festgelegter politischer Inhalt ist, sondern ein aktiver Beitrag von Frauen zu den gesellschaftlichen Debatten ihrer jeweiligen Zeit – und dass sich die Themen und Anliegen der Frauenbewegung entsprechend immer wieder verändern. Ob mittelalterliche Mystikerinnen, neuzeitliche Philosophinnen, moderne Frauenrechtlerinnen oder radikale Aktivistinnen: Allen gemeinsam ist ihnen die Liebe zur weiblichen Freiheit. Ihr Beispiel zeigt, dass Feminismus nichts ist, was man ›lernen‹ kann, sondern die Herausforderung,

sich selbst eine Meinung zu bilden und persönlich dafür einzustehen. Dazu ist es aber wichtig, die Geschichte zu kennen und sich von vergangenen Debatten inspirieren zu lassen.

Kleine Geschichte des Feminismus beim Unrast Verlag

Einführender Sachcomic – unterhaltsam

Und es gibt noch sooooo viel mehr. Viel Spaß beim Entdecken, darüber Austauschen und miteinander Teilen.



Hinweis:

* Alle Bücher mit Sternchen sind in der Hagener Stadtbücherei ausleihbar

Neue Bücher haben in Deutschland alle den gleichen Preis, egal wo ihr bestellt (Buchpreisbindung). Deshalb unterstützt gerne unsere tollen lokalen Buchhandlungen, wie z.B. Quadrux, Rathaus-Buchhandlung, Lesen & Hören & Co. Und bei Comics das wunderbare Comic Centrum. Alles was nicht vor Ort zu haben ist, ist meist innerhalb eines Werktags bestellbar. Wenn das nicht geht, ist buch7.de eine Online-Alternative.

Feminismus im Streamingportal

November 2022 – Medienliste



Borgen – Gefährliche Seilschaften

Polit-Serie aus Dänemark, 4 Staffeln

Das Wechselspiel aus Politik, Medien und Öffentlichkeit mit aktuellen gesellschaftlichen Themen unterhaltsam, einfach verständlich und wunderbar auf den Punkt gebracht.

Die 10 Jahre später veröffentlichte 4. Staffel unter dem Titel “Borgen – Macht und Ruhm”

[Borgen bei Netflix](#)



Godless

Serie, Western

In den 1880er Jahren terrorisiert der Gesetzlose Frank Griffin (Jeff Daniels) den amerikanischen Westen. Auf der Suche nach seinem früheren Partner Roy Goode (Jack O’Connell), mit dem er sich zerstritten hatte und den er jetzt zur Strecke bringen will, landet Griffin in der Stadt La Belle, die ausschließlich von Frauen bewohnt ist.

[Godless bei Netflix](#)



Enola Holmes 2

Amerikanischer Film, Mystery / Krimi

Die kleine Schwester von Sherlock Holmes hat ihre eigene Detektei, löst ihren ersten Fall

und damit am Ende eine der ersten Arbeiterinnenrevolution aus.

[Enola Holmes 2 bei Netflix](#)



Mad Max: Fury Road

Film, Action

In einer trüben Wüstenlandschaft, wo die Menschheit verkommen und fast jeder bereit ist, für das Überlebensnotwendige bis an die Grenzen zu gehen, leben zwei Außenseiter: Max (Tom Hardy), ein Mann der Tat und weniger Worte, der nach dem Verlust seiner Frau und seines Kindes Seelenfrieden sucht – und die elitäre Furiosa (Charlize Theron), eine Frau der Tat, die glaubt, dass sie ihr Überleben sichern kann, wenn sie es aus der Wüste bis in ihre Heimat schafft. Als Max gerade beschlossen hat, dass er alleine besser dran ist, trifft er auf eine Gruppe in einem Kampfwagen, hinter dessen Steuer Furiosa sitzt. Die Geflüchteten, darunter Splendid (Rosie Huntington-Whiteley) und andere Ex-Sklavinnen (Riley Keough, Zoë Kravitz, Abbey Lee, Courtney Eaton), sind dem Warlord Immortan Joe (Hugh Keays-Byrne) entkommen, der ihnen nun nachstellt – denn Frauen sind zur Ware geworden, wertvoll wie Wasser und Benzin. Die Konfrontation zwischen Immortan Joes Banden und den Flüchtlingen führt zum temporeichen, staubigen Straßenkrieg...

[Mad Max bei Netflix](#)



Becoming Charlie

Coming-of-Age Mini-Serie

Charlie fühlt sich weder als Mann noch als Frau und begibt sich neben all den eigenen Problemen auf die Suche nach der eigenen Identität. Toll gezeichnete Charaktere und mehr als sehenswert.

[Becoming Charlie bei ZDF](#)



Alias Grace

Serie, Drama

Im Kanada des 19. Jahrhunderts nimmt ein Nervenarzt die Psyche einer verurteilten Mörderin unter die Lupe. Nach dem preisgekrönten Roman von Margaret Atwood.

[Alias Grace bei Netflix](#)



Grace & Frankie

Amerikanische Serie, 7 Staffeln

Spießerin Grace und Hippie Frankie sind grundverschieden, aber freunden sich an, als ihre Ehemänner sie füreinander verlassen. Alle Facetten des Alterns und von Freundschaft. Hochglanz Feel Good Serie

[Grace and Frankie bei Netflix](#)

Vorschläge aus dem Publikum:

Generation Tochter

Druck

Anne with an E

Good Vibrations

Cable Girls

Tuca and Bertie – Cartoon-Serie

Big Mouth – Cartoon-Serie

Sexify

Die Telefonistinnen

Eine Klasse für sich

Diebische Elstern

Feminismus im Bücherregal

Oktober 2022 (musste leider ausfallen) – Medienliste

Die letzten Tage des Patriarchats *

Margarete Stokowski

Debatten & Texte aus ihrer Spiegel-Online Kolumne von 2011 bis 2018 (teilweise überarbeitet und kommentiert). Text, die Mut machen, helfen (wütend zu bleiben), Haltung zu zeigen und doch den Humor nicht zu verlieren. Ein Stück Zeitgeschichte über den langen Weg, bestehende Strukturen aufzubrechen.

[Die letzten Tage des Patriarchats – Margarete Stokowski | buch7 – Der soziale Buchhandel](#)
Wunderbare Einstiegslektüre

Alle Kolumnen bis April 2022 auch kostenlos unter:

https://www.spiegel.de/thema/spon_stokowski

Riot, don't diet. Aufstand der widerspenstigen Körper

Elisabeth Lechner

Dicke, haarige, queere, alternde Körper, People of Colour, Menschen mit Behinderung: Wer in unserer Gesellschaft nicht der Norm entspricht, wer sich und seinen Körper nicht dem kommerzialisierten Zwang zur Selbstoptimierung unterwirft, wird marginalisiert, gemobbt und ausgegrenzt. Doch wer definiert Schönheit und wem nützt das? Klar ist jedenfalls: Schönheit ist nicht nur ein Geschäft, sie ist vor allem eines: politisch.

Elisabeth Lechner trifft Aktivist:innen, zerlegt gekonnt gängige Vorurteile und legt einen ermutigenden 5-Punkte-Plan vor, wie echte Solidarität aussehen kann und wie wir alle unseren Begriff von Schönheit hinterfragen können.

[Das Buch beim Sozialen Buchhandel](#),
Sachbuch

(K)eine Mutter

Jeanne Diesteldorf

Laut und sichtbar sind Aktivist:innen auf beiden Seiten zum Thema Abtreibung. Was man dagegen selten hört: Die Geschichten der Betroffenen. In diesem Buch werden sie von zwölf Frauen erzählt, die abgetrieben haben. Ein Anfang für das Aufbrechen des Tabuthemas, für die Entstigmatisierung der Frauen und um Missstände sichtbar zu machen und verändern zu können.

[Das Buch beim Sozialen Buchhandel](#),
Sachbuch

Woman on Fire. Alles über die fabelhaften Wechseljahre.

Sheila de Liz

Deutschlands beliebteste Gynäkologin weiß: Die Wechseljahre sind cooler, als wir glauben! Hitzewallungen, Gewichtszunahme, Stimmungsschwankungen - kaum eine Frau sieht den Wechseljahren gelassen entgegen.

Dabei ist unser Bild von der Perimenopause hoffnungslos veraltet und benötigt dringend ein Makeover. Viele Frauen leiden heute unnötig, und keine "muss da durch". Sind die Beschwerden erst mal identifiziert, können wir viel für unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden tun.

[Das Buch beim Sozialen Buchhandel.](#)

Sachbuch, Ratgeber

Aus aktuellem Anlass:

Solidarität und Support für andere Frauen kennt keine Grenzen. Informieren und auf die Situation und/oder Missstände aufmerksam machen ist schon ein mega wichtiger Schritt. Aktuell möglich z.B. unter folgenden Begriffen auf Social Media (da die allgemeine Berichterstattung stark eingeschränkt wird):

#iranianwomen #iran #iranprotests
#iranprotests2022 #mahsaamini

Weitere Lesemöglichkeiten:

PMDS als Herausforderung: Die Prämenstruelle Dysphorische Störung als schwerste Form des PMS

Almut Dorn, Anneliese Schwenkhagen,
Anke Rohde

Die Prämenstruelle Dysphorische Störung (PMDS) stellt die schwerste Form zyklusabhängiger PMS-Symptome dar und erzeugt bei betroffenen Frauen erheblichen Leidensdruck. Die Einordnung der typischen Symptome wie Reizbarkeit, Wut, Anspannung, Angst, Depressivität etc. fällt schwer und eine wirksame Behandlung zu finden, erweist sich oft als Hürdenlauf. Das Buch informiert über diagnostische Kriterien und Behandlungsmöglichkeiten aus Gynäkologie, Psychiatrie und Psychotherapie, ergänzt durch speziell auf die Symptome ausgerichtete Selbsthilfestrategien. Erfahrungsberichte Betroffener veranschaulichen die vielfältigen Auswirkungen der PMDS.

[Das Buch beim Sozialen Buchhandel.](#)

Sachbuch, Selbsthilfe

Selfish, Shallow and Self-absorbed – Sixteen years on the decision not to have kids

Meghan Daum

One of the main topics of cultural conversation during the last decade was the supposed "fertility crisis," and whether modern women could figure out a way to have it all—a successful career and the required 2.3 children—before their biological clocks stopped ticking. Now, however, the conversation has

turned to whether it's necessary to have it all (see Anne-Marie Slaughter) or, perhaps more controversial, whether children are really a requirement for a fulfilling life. In this exciting and controversial collection of essays, curated by writer Meghan Daum, thirteen acclaimed female writers explain why they have chosen to eschew motherhood.

[Das Buch beim Sozialen Buchhandel](#)

Dietland

Sarai Walker

Plum Kettle does her best not to be noticed, because when you're fat, to be noticed is to be judged. With her job answering fan mail for a teen magazine, she is biding her time until her weight-loss surgery. But when a mysterious woman in colorful tights and combat boots begins following her, Plum falls down a rabbit hole into the world of Calliope

House — an underground community of women who reject society's rules — and is forced to confront the real costs of becoming "beautiful." At the same time, a guerilla group begins terrorizing a world that mistreats women, and Plum becomes entangled in a sinister plot. The consequences are explosive.

[Das Buch beim Sozialen Buchhandel](#)

Belletristik, Fiktion - leider bislang keine deutsche Übersetzung

Schwangerschaftsabbruch in Deutschland (+Klinikverzeichnis)

<https://correctiv.org/schwerpunkte/schwangerschaftsabbruch/>

<https://liste.bundesaerztekammer.de/suche>

Feminismus im Bücherregal

März 2022 – Medienliste

Mädchen, Frau etc. *

Bernardine Evaristo

In »Mädchen, Frau etc.« verwebt Bernardine Evaristo die Geschichten schwarzer, britischer Frauen über ein Jahrhundert zu einem einzigartigen und vielstimmigen Panorama unserer Zeit. Ein beeindruckender Roman über Herkunft und Identität, der daran erinnert, was uns zusammenhält.

[Das Buch beim sozialen Buchhandel](#)

Belletristik, "Fusion Fiction"

Adas Raum *

Sharon Dodua Otoo

Der lang erwartete erste Roman der Mädchen, Frau etc. von Bernadine Evaristo im sozialen Buchhandel Bachmann-Preisträgerin Sharon Dodua Otoo: »Adas Raum« verwebt die Lebensgeschichten vieler Frauen zu einer Reise durch die Jahrhunderte und über Kontinente. Ein überraschender Roman, der davon erzählt, was es bedeutet, Frau zu sein.

[Das Buch beim Sozialen Buchhandel](#)

Belletristik, Fiktion

Das Unwohlsein der modernen Mutter *

Mareice Kaiser

Versorgerin, Businesswoman, Mom I'd like to fuck - Mütter sollen heute alles sein. Das Mutterideal ist unerreichbar und voller Widersprüche. Nichts kann man richtig machen und niemandem etwas recht. Mutterschaft berührt dabei, natürlich, jeden Lebensbereich: Denn Stereotype, Klischees und gesellschaftlichen Druck gibt es überall.

[Das Buch beim Sozialen Buchhandel](#)

Sachbuch für alle (bes. auch nicht Mütter!)

Radikale Selbstfürsorge - Jetzt! Eine feministische Perspektive *

Svenja Gräfen

Svenja Gräfen hielt Self-Care lange für egoistisch, unsolidarisch und allem voran für ein falsches Versprechen der milliardenschweren Wellness-Industrie. Aber eigentlich ist Selbstfürsorge weder Produkt noch Luxus, sondern zugänglich für jede*n und eine Basis, um auch für andere da sein zu können. Die Autorin von eigenen Strategien und Erfahrungen und macht deutlich, warum Self-Care gerade jetzt so wichtig ist und weshalb Selbstfürsorge & Feminismus sich nicht widersprechen, sondern zusammengehören.

[Das Buch beim Sozialen Buchhandel](#)

Self Care und Feminismus

Ankündigen und Sonstiges:



Auch Männer haben ein Recht auf Weglaufen

https://www.zeit.de/zeit-magazin/leben/2022-03/ukraine-russland-krieg-maenner-widerstand-flucht?utm_referrer=https%3A%2F%2F



Die Zukunft der Außenpolitik ist feministisch – Online-Lesung mit Kristina Lunz

Wie globale Krisen gelöst werden müssen | Weltpolitik im 21. Jahrhundert: Frieden & Gesundheit, Menschenrechte & Klimagerechtigkeit für alle überall

Do, 10. März, 19 Uhr

<https://facebook.com/events/s/-aus-dem-lesezimmer-mit-kristi/425398702695466/>



Ausstellung: Auf der Flucht – Frauen und Migration

12. März bis 24. März 2022
Junges Museum im Osthausmuseum
Im Rahmen der internationalen Woche gegen Rassismus

http://www.osthausmuseum.de/web/de/keom/aktuell/ausstellungen/auf_der_flucht.html

Weitere Lesemöglichkeiten:



Die Erfindung der Hausfrau. Geschichte einer Entwertung *

Eva Rulffes

Eva Rulffes erzählt die historische Entwicklung der Hausfrau nach und zeigt, wo sich diese alten Verhältnisse trotz all der politischen

Bemühungen um ein gleichberechtigtes Miteinander heute noch wiederfinden, wie sie uns prägen und beeinflussen: Warum haben vor allem Mütter das Gefühl, sie müssen alles alleine schaffen? Warum ist es ihnen unangenehm, sich Hilfe zu organisieren? Und warum bleibt selbst das Organisieren von Hilfe in der Regel bei ihnen hängen?

Die Erfindung der Hausfrau im Sozialen Buchhandel

Spannende kulturwissenschaftliche Abhandlung über "die Hausfrau". Sehr gut zu lesen und nicht zu wissenschaftlich ;)



Americanah

Chimamanda Ngozi Adichie

Eine einschneidende Liebesgeschichte zwischen drei Kontinenten - virtuos und gegenwartsnah erzählt von einer der großen jungen Stimmen der Weltliteratur. Adichie gelingt ein eindringlicher, moderner und hochpolitischer Roman über Identität und Rassismus in unserer globalen Welt.

Americanah im Sozialen Buchhandel

Modern, fesselnd & mit jeder Menge neuer Erkenntnisse.



Die Mutterglücklüge. Warum ich lieber Vater geworden wäre *

Sarah Fischer

Sarah Fischer liebt ihre zweijährige Tochter - doch sie bereut es, Mutter geworden zu sein. Denn noch immer ist das Leben als Mutter mit

vielen beruflichen und persönlichen Einschränkungen verbunden. Väter haben es da leichter. Frauen aber werden in die Mutterrolle gezwängt und zu einer Art aufopfernder Dienstleisterin, deren eigene Bedürfnisse bedeutungslos sind. Und als wäre das noch nicht genug, sollen sie darüber auch noch glücklich sein, denn Mutter zu sein ist erfüllend - wer anders empfindet, gilt als selbstsüchtig oder als Rabenmutter.

[Die Mutterglücklüge im Sozialen Buchhandel](#)

Augenöffnend und überfällig.



Bleib bei mir

Ayòbámi Adébáyò

Yejide möchte ein Kind. Ihr geliebter Mann Akin wünscht es sich, ihre Familie erwartet es. Yejide hat alles versucht - vergeblich. Da verliert ihre Schwiegermutter die Geduld. Doch die Lösung, auf der sie besteht, führt Yejide an den Rand dessen, was sie erträgt.

[Bleib bei mir im Sozialen Buchhandel](#)

Sehr packender und berührender Roman.

Feminismus im Bücherregal

März 2021 – Medienliste

Die Veranstaltung von 2021 zum Nachschauen:

https://www.pelmke.de/aiovg_videos/feminismus-im-buecherregal/

Die Bücherauswahl 2021:

Unsichtbare Frauen: Wie eine von Daten beherrschte Welt die Hälfte der Bevölkerung ignoriert * Caroline Criado-Perez

Caroline Criado-Perez legt die geschlechtsspezifischen Unterschiede bei der Erhebung wissenschaftlicher Daten offen und wie sie diese Wissenslücke sich auf den Alltag von Frauen auf der ganzen Welt auswirkt.

[Das Buch beim Sozialen Buchhandel](#)
Technologie & Daten, Gender Data Gap

Speak out! – Die Kraft weiblicher Wut Soraya Chemaly

Frauen haben in unserer Gesellschaft allen Grund, wütend zu sein – Sexismus, Diskriminierung, Misogynie –, aber zornige Frauen gelten als hysterisch, und so schweigen sie. In *Speak out!* plädiert Chemaly für eine radikale Neubewertung weiblicher Wut: Richtig eingesetzt, kann sie zu einer mächtigen Waffe gegen persönliche und

politische Unterdrückung werden und uns helfen, die Welt zu verändern.

[Das Buch beim sozialen Buchhandel](#)

Eure Heimat ist unser Albtraum * Fatma Aydemir, Hengameh Yaghoobifara

Essays von 14 deutschsprachigen Autor:innen über Alltagsrassismus, Diskriminierung und Nationalismus, aber auch Ideen für die Zukunft, wie ein besseres Zusammenleben möglich werden könnte.

<https://www.buch7.de/produkt/eure-heimat-ist-unser-albtraum-fatma-aydemir/1038712554?ean=9783548062402>

Augenöffner.

Good Night Stories for Rebel Girls – 100 Migrantinnen, die die Welt verändern * Elena Favilli

100 Biografien von Migrantinnen, die die Welt verändert haben. 100 vielfältige Frauen aus Geschichte und Gegenwart, die ihre Heimat verließen, um in einem anderen Land ein neues Leben zu beginnen.

[Good Night Stories for Rebel Girls - 100 Migrantinnen, die die Welt verändern](#)

Kurze Geschichten über Vorbilder – für Kinder, Jugendliche, aber auch Erwachsene.

Weitere Lesemöglichkeiten:

Seven Necessary Sins for Women and Girls

Mona Eltahawy

Die feministische Aktivistin Mona Eltahawy plädiert für einen offensiven, lauten Ansatz, um Frauen und Mädchen zu lehren, ihre Macht durch das zu nutzen, was sie die "sieben notwendigen Sünden" nennt, die Frauen und Mädchen nicht begehen sollen: Wut, Ehrgeiz, Gottlosigkeit, Gewalt, Aufmerksamkeit, Lust und Macht zu sein. Ein Manifest für alle Feministinnen im Kampf gegen das Patriarchat.

[Das Buch beim Sozialen Buchhandel](#)

Nur auf Englisch verfügbar

Untenrum frei * Margarete Stokowski

Ein persönliches, provokantes und befreiendes Buch. Das all die kleinen und großen Dinge aufzeigt, die man in seinem bisherigen Leben als Frau nicht hinterfragt hat und deren Absurdität man jetzt erkennt. Oder wie Margarete Stokowski es ausdrückt: "Haben wir die Fesseln der Unterdrückung längst gesprengt, oder haben wir nur gelernt, in ihnen shoppen zu gehen?"

[Untenrum frei – Margarete Stokowski | buch7](#)

Wunderbare Einstiegslektüre.

Die letzten Tage des Patriarchats * Margarete Stokowski

Aktuelle Debatten & Texte aus ihrer Spiegel-Online Kolumne, die Mut machen, helfen (wütend zu bleiben), Haltung zu zeigen und doch den Humor nicht zu verlieren. Und sie zeigen, dass es noch einiges zu tun gibt auf

dem Weg zu einer gleichberechtigten Gesellschaft.

[Die letzten Tage des Patriarchats – Margarete Stokowski | buch7 – Der soziale Buchhandel](#)

Wunderbare Einstiegslektüre. Auch unter: https://www.spiegel.de/thema/spon_stokowski

Dicht – Aufzeichnungen einer Tagediebin * Stefanie Sargnagel

Dicht beschreibt auf charmante und liebevolle Art eine Jugend in Parks, Eckkneipen & Michis Wohnung. Weibliche Popliteratur aus Wien, sehr lebensbejahend und eine Hommage an die Leistungsverweigerung.

[Dicht – Aufzeichnungen einer Tagediebin – Stefanie Sargnagel | buch7](#)

Gut lesbarer Coming-of-Age-Roman.

Caliban und die Hexe Silvia Federici

Eine Neuschreibung der Geschichte der Frauen unter den Vorzeichen der Hexenverfolgungen, die den (gewaltsamen) Übergang zwischen Feudalismus zum Kapitalismus markieren. Muster erkennen, die sich auch heute noch wiederholen: Mittel von Machthabern politische Gegner zu beseitigen, sich zu bereichern, Klassen und Geschlechter gegeneinander aufzuhetzen.

[Caliban und die Hexe – Silvia Federici | buch7](#)

Für eine vertieftere Auseinandersetzung.



Youtube: Contrapoints

Selbstbeschreibung Natalie Wynn alias Contrapoints: "I'm a PhD dropout who makes YouTube videos, mostly discussing Internet culture, politics, and LGBT issues. My main political goal is to counterbalance the hatred toward progressive movements that is so common online, though I'm not afraid to criticize "my own side" either. Stylistically, I try to appeal to a wide audience and avoid merely preaching to the choir. I try to make the videos I'd want to watch: well-produced, informative, funny, and entertaining."

[ContraPoints's YouTube channel](#)

Nur auf Englisch verfügbar



Auf eine Tüte

Der Potcast mit Hengameh

Linke, feministische Stimme im Gespräch mit vielfältigen Personen aus Popkultur und Politik, die mit einer Tüte des eigenen Lieblingssnacks auf ein Gespräch dazu kommen.

<https://soundcloud.com/user-492731713>



Tired Women Podcast

Feministischer Medienpodcast von und für Journalist*innen, Autor*innen und Medienmacher*innen, die eine kapitalismuskritische Sichtweise auf aktuelle Themen und Phänomene im deutschsprachigen Diskurs vermissen.

[Tired Women Podcast von Bianca Jankovska - podcast.de](https://tiredwomenpodcast.de)

Und es gibt noch soooooo viel mehr. Viel Spaß beim Entdecken, darüber Austauschen und miteinander Teilen. →

Hinweis:

* Alle Bücher mit Sternchen sind in der Hagener Stadtbücherei ausleihbar

Neue Bücher haben in Deutschland alle den gleichen Preis, egal wo ihr bestellt (Buchpreisbindung).. Deshalb unterstützt gerne unsere tollen lokalen Buchhandlungen, wie z.B. Quadrux, Rathausbuchhandlung & Co. Alles was nicht vor Ort zu haben ist, ist meist innerhalb eines Werktags bestellbar. Wenn das nicht geht, ist buch7.de eine Online-Alternative.