

HAUPTSTUDIUM

Frauenakademie Schwäbisch Hall



**Semester
Frühjahr/Sommer 2026**

Termine & Ferien

- 27.02.2026
Semesterbeginn
- 30.03.–10.04.2026
Osterferien
- 01.05.2026
Feiertag
- 15.05.2026
Brückentag
- 25.05.–05.06.2026
Pfingstferien
- 19.06.2026
Schnuppertag
- 10.07.2026
Seminarpräsentation &
Bausteinwahl

Semestergebühren 2026

- 3. bis 6. Semester**
14 Termine/2 Bausteine
(1. + 2. Zeitschiene)
192 €/Semester
- nach dem 6. Semester**
ist auch die Belegung von
nur 1 Baustein möglich
(1. oder 2. Zeitschiene)
1 Baustein: 98 €
2 Bausteine: 192 €

Freitag

08:30

bis

10:00 Uhr

Mathematik

Im Wunderland
der Zahlen -
Eine Entdeckungsreise

Melissa Hullmann

Psychologie

Resilienz

Kathrin Comino

Methodenwerkstatt

Kommunikation

ABGESAGT

Jennifer Tanasić

Philosophie

Die Philosophie
als Lebensart

Oleh Utkin

Freitag

10:30

bis

12:00 Uhr

Literatur

Geschichte
Auf der Suche

ABGESAGT

Dorothee Gammel

Soziologie

Natur oder Kultur?

Christine Dalinger

Kunstgeschichte

Vom 19. Jahrhundert
in die Moderne

Dr. Armin Panter

Politik

Politisches
Zeitgeschehen in der
Praxis

Annette Sawade

Die Bausteinwahl für Frühjahr/Sommer 2026-1 (je ein Baustein pro Zeitschiene) findet am Freitag, 23. Januar 2026 ab 10:30 Uhr im Erhard-Eppler-Saal, S 3.04 statt.

Stand: 27. Januar 2026

Mathematik

Im Wunderland der Zahlen - Eine Entdeckungsreise

Das Schulfach Mathematik haben viele Menschen in grauenhafter Erinnerung. Dabei ist Mathematik mehr als eine Quälerei für alle, die glauben, kein Mathe-Gen zu haben.

Mathematik ist ein Witz. Ein Witz ist eine Geschichte mit einer Struktur und einer Pointe. Man muss nicht unbedingt die Struktur in Gänze nachvollziehen, um am Ende Mathematik wie einen Witz zu „kapieren“. Daher kann Mathematik sehr unterhaltsam sein, weil sie andere Perspektiven eröffnet und außerdem das Gehirn auf Trab hält.

Hier einige der geplanten Themen:

- Warum sind manche Zahlen männlich und manche weiblich?
- Was macht die Primzahlen zu etwas besonderem?
- Wie kann ich mit zwei Händen bis 1023 zählen (Einführung in das binäre System)?
- Warum hat ein Kreis 360 Grad, die Minute 60 Sekunden und die Stunde 60 Minuten?

Es soll in der Unterrichtsreihe nicht darum gehen, Mathematikaufgaben zu lösen. Ich denke eher an eine Art interaktive Vorlesung, bei der einerseits die Scheu vor Mathematik abgebaut wird, die Schönheit und Ästhetik der Logik zum Vorschein kommt und andererseits die Bereiche im täglichen Leben aufgezeigt werden, in der Mathematik zum Einsatz kommt.

Voraussetzungen:

Eine vage Erinnerung daran,

- wie man Klammern ausmultipliziert, z. B. $(a+b)^2 = a^2 + 2ab + b^2$
- was Prozente sind
- was Potenzen sind
- was ein rechtwinkliges Dreieck ist
- dass die Winkelsumme im Dreieck 180 Grad beträgt



MITZUBRINGEN

Die Bereitschaft zu bedingungslosem logischen Denken



Melissa Hullmann

Ich habe Mathematik nicht studiert, meine höchste Qualifikation: ein Leistungskurs in Mathe und Physik bis zum Abitur. Aber ich liebe logisches Denken. Genau dieser Umstand könnte mich zu dieser Unterrichtsreihe qualifizieren, da ich mich stets erneut in die Materie reindenken, mir die Materie erklären muss, um sie im zweiten Schritt den Teilnehmerinnen vermitteln zu können ohne sie zu überfordern. Man könnte diese Unterrichtsreihe auch als unterhaltsames gemeinsames Gehirnjogging auf höherem Niveau betrachten, als Alternative zu Sudoku und Kreuzworträtseln.

Psychologie

Resilienz: das mentale Immunsystem

Unsere heutige Zeit ist geprägt von zunehmender Komplexität und Beschleunigung. Die Anforderungen im beruflichen, sowie im privaten Umfeld steigen und jeder versucht diesen bestmöglich gerecht zu werden. Während andere Menschen zunehmend häufiger an ihre Belastungsgrenze kommen, scheinen andere Menschen scheinbar mühelos mit ihnen zurechtzukommen. Warum das so ist, werden Sie in diesem Kurs erfahren.

Dieses Programm richtet sich an Frauen, ihre innere Stärke zu entdecken, Resilienz aufzubauen und den Herausforderungen des Lebens mit mehr Gelassenheit und Selbstbewusstsein zu begegnen. Ziel ist es, praktische Strategien und alltagstaugliche Werkzeuge zu vermitteln, die dabei helfen, Stress besser zu bewältigen, klare Grenzen zu setzen und das eigene Potenzial zu entfalten.

Jede Woche widmet sich einem spezifischen Thema, wie z. B. Stressbewältigung, Achtsamkeit, Optimismus, Selbstwirksamkeit oder Lösungsorientierung. Impulse und Übungen unterstützen die Teilnehmerinnen dabei, ihre Fähigkeiten gezielt weiterzuentwickeln. Am Ende steht ein individueller Resilienz-Plan, der langfristig für mehr Balance und Lebensfreude sorgt.

Das Programm zeigt, wie Frauen ihr Leben aktiv gestalten und an Herausforderungen wachsen können. Es richtet sich an alle Frauen, die sich mehr innere Stärke, Klarheit und Energie wünschen.



Kathrin Comino

Ich bin Kathrin, Selbstwertcoach und Trainerin für Frauen. Die Herausforderung, meinen Selbstwert zu erkennen und für mich einzustehen, zog sich lange Zeit wie ein roter Faden durch mein gesamtes Leben.

Durch meinen persönlichen Weg mit Coachings, der Teilnahme an verschiedenen Persönlichkeitsentwicklungsprogrammen und einer Vielzahl an Qualifikationen, darunter meine Ausbildung zum Life & Health Coach am renommierten INHESA-Institut sowie zur Resilienz-Trainerin, habe ich gelernt, wie wertvoll ich bin. Heute darf ich selbst Frauen in herausfordernden Lebenssituationen stärken, ihren Selbstwert zu erkennen, um Selbstzweifel zu überwinden, klare Grenzen nach außen zu setzen und ihr Potenzial zu leben.

Methodenwerkstatt

Kommunikation und Präsentation

ABGESAGT

Klarheit leben & Wirkung entfalten

Unsere innere Kommunikation ist die Basis für die Kommunikation im Außen. Wie sprichst du unterbewusst mit dir selbst und welche Rolle spielen deine Gefühle? Wir legen den Fokus auf deine innere Führung und decken auf, wie diese deine Wirkung auf andere beeinflusst.

In diesem Kurs kombinieren wir fundierte Kommunikationswerkzeuge und Präsentationstechniken mit einem tieferen Blick auf die Selbstwirksamkeit.

Wir lernen, die Balance zwischen Zuhören und Kante-Zeigen zu finden und frischen die Basis-Tools der Kommunikation auf.

Für viele ist es eine Herausforderung, vor anderen zu sprechen und/oder die eigene Meinung klar zu vertreten. Dies trainieren wir praxisnah mit dem Ziel, die Selbstwirksamkeit, Authentizität und Klarheit zu fördern sowie souverän die Führung über die eigene Kommunikation zu stärken.



Foto: Pixabay



Jennifer Tanasić

Mein Name ist Jennifer Tanasić, ich bin 1979 in SHA geboren und 2018 mit meiner Familie hierhin zurückgekehrt.

Mit Klarheit zur Leichtigkeit: Ich bin Ganzheitliche Coachin für innere Balance. Mein Ansatz basiert auf einem starken Fundament aus Ernährungs- und Gesundheitsberatung, Positiver Psychologie und effektiven Entspannungstechniken. Spirituelles Coaching und gezieltes Kommunikationstraining schließen den Kreis des ganzheitlichen Gedankens und ermöglichen klare, authentische Dialoge im Innen und Außen.

Philosophie

Die Philosophie als Lebensart

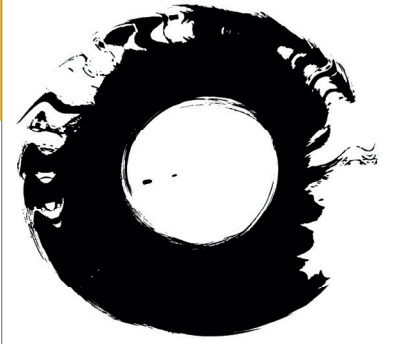


Foto: Oleh Utkin

„Die Philosophie als Lebensart:
eine Einführung in das freie Denken“

Die Kunst, in einer vielstimmigen Welt selbst zu denken, ist die Kunst, viele Stimmen zu hören – und dennoch nur einer zu folgen. Vielleicht ist diese eine Stimme, nichts anderes als die reine Stille. Oder?

Philosophie ist weit mehr als ein akademisches Fach – sie ist sowohl eine Lebensart als auch die Kunst des Selbstdenkens.

Gemeinsam erkunden wir, wie Menschen in verschiedenen Kulturen und Epochen ihre grundlegenden Fragen gestellt haben – von der antiken Lebensweise der Stoiker, über buddhistische Einsichten, bis hin zu modernen Ideen über Freiheit, Sinn und Denken.

Der Kurs bietet keine fertigen Antworten, sondern begleitet Sie dabei, eigene Fragen zu entwickeln und innere Klarheit zu gewinnen.

Im Mittelpunkt stehen verständliche philosophische Impulse, alltagsnahe Beispiele, Übungen zum Selbstdenken und offene Gespräche.



Oleh Utkin

Ich bin Oleh Utkin und 1986 in Odessa, in der Ukraine geboren worden. Die Philosophie war nie bloß ein Studienfach, sondern ein Lebenskompass. Sie führte mich vom Masterstudium an der Nationalen I.-I.-Metschnikow-Universität Odessa (Ukraine) über die Aspirantur bis zur derzeitigen Promotion an der Universität Regensburg. Ich unterrichtete als Dozent am MAUP-Institut in Odessa und gründete ein eigenes internationales Bildungsprojekt, die „Offene philosophische Schule“, an der Abteilung für Philosophie der Nationalen I.-I.-Metschnikow-Universität Odessa. Doch all diese Namen und Funktionen sagen letztlich wenig aus, denn unsere Rolle in der Gesellschaft ist nichts anderes als ein Schattenspiel auf der lichtenden Bühne des Seins.

Literatur

Geschichten vom Aufbruch

ABGESAGT

„Von Einer, die auszog, ihr Leben zu finden...“

Menschen brechen auf, aus Neugier auf Neues, aus Sehnsucht, aus Abenteuerlust, weil ihnen ihr Lebensraum zu eng ist, weil sie ihre Fähigkeit entdecken, Grenzen zu überschreiten.

Frauen brechen auf. In Romanen, Kurzgeschichten, Märchen wird von ihnen erzählt.

Wie wird von diesen Frauen erzählt?

Erkennen wir in den Geschichten vom Aufbruch eigene Lebensentscheidungen?

Wir befassen uns mit Märchen, Kurzgeschichten, Romanauszügen verschiedener Schriftsteller/innen (Doris Lessing, Marie Luise Kaschnitz, Marlen Haushofer, Judith Hermann, Katja Petrowskaja, Peter Härtling u.a.)



Dorothee Gammel

Ich bin Theologin und habe bis vor einigen Jahren als Gemeindepfarrerin gearbeitet. Seither leben mein Mann und ich in Schwäbisch Hall. Die Beschäftigung mit Texten und die Freude daran gehören schon lange zu meinem Leben. Das Verstehen und Interpretieren von biblischer Literatur hat zum Studium und zum Beruf gehört und ist mir nach wie vor wichtig. Dabei faszinieren mich besonders Texte von Schriftstellerinnen, die Worte gefunden haben, wo Schicksale oder das Weltgeschehen sprachlos machen könnten; die gegen das Schweigen angeschrieben haben; die Schönes gesehen und glückliche Momente wahrgenommen haben und mit ihren Texten einladen, genau hinzuschauen.

Soziologie

Natur oder Kultur?

„Das liegt in der Natur des Menschen“ – Natur oder Kultur?

Sätze wie „Manche Gruppen sind von Natur aus fleißiger“, „Freiheit und Gleichheit sind universelle menschliche Eigenschaften“ oder „Es liegt in der Natur der Frau, dass sie Kinder möchte“ hören wir sicher häufiger und nehmen sie teilweise als selbstverständlich hin. Vieles, was wir als „natürlich“ ansehen, ist jedoch tatsächlich kulturell und sozial geprägt.

In diesem Kurs wollen wir gemeinsam erkunden, wo vermeintliche Natur endet und kulturelle Prägung beginnt.

Der Fokus liegt auf aktuellen und politisch präsenten Diskursen aus den Bereichen Familienpolitik, Migration und Rassismus, Bildungspolitik und Demokratieverständnis.

Wir werden aber auch Wunschthemen, die euch interessieren, einbeziehen. Durch das Lesen und Diskutieren ausgewählter Texte werfen wir einen soziologischen Blick auf unsere Alltagsüberzeugungen und fragen: Was halten wir für „Natur“, wer profitiert davon und wem schaden diese Zuordnungen?



Christine Dalinger

Mein Name ist Christine Dalinger, ich bin verheiratet und habe eine aufgeweckte Tochter. Ich habe ein Bachelorstudium im Bereich Sozialwissenschaften abgeschlossen. Themen, die mich sowohl im wissenschaftlichen Kontext als auch aus persönlichem Interesse sehr ansprechen, sind der faire Handel und die Konsumgesellschaft sowie diverse Themen rund um die Geschlechterforschung. Deshalb ist das Unterrichten an der Frauenakademie für mich etwas Besonderes, denn hier kann ich gemeinsam mit Ihnen diese spannenden Themen bearbeiten und auf ganz persönlicher Ebene zusammen mit Ihnen Neues entdecken. Ansonsten trifft man mich in meinem Garten – entweder mit einem Buch in der Hand oder mit Freund:innen in gute Gespräche über Politik und das Leben verwickelt.

Kunstgeschichte

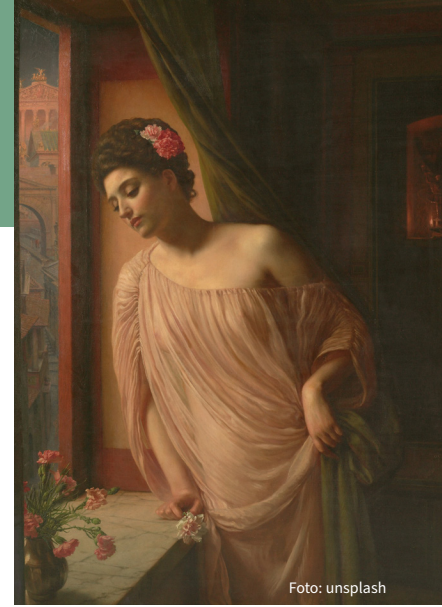
Vom 19. Jahrhundert in die Moderne

In dem Seminar wird ein Überblick über die Entwicklung der Kunst des 19. Jahrhunderts bis in die erste Hälfte des 20. Jahrhunderts gegeben. Der Schwerpunkt liegt dabei auf Malerei.

Im 19. Jahrhundert fanden politische und soziale Umbrüche statt, die unsere moderne Welt prägten. Die ständigen Veränderungen spiegeln sich auch in der Kunst wider, die immer neue Strömungen hervorbrachte.

Das Spektrum reicht von staatlich gelenkter Historienmalerei bis hin zu sozialkritischer Kunst. Dementsprechend werden sowohl Vertreter und Richtungen der offiziellen Malerei als auch der Avantgarde vorgestellt.

Wir beginnen mit Gemälden des Klassizismus zur Zeit der französischen Revolution und enden mit Bildern des Expressionismus und des Kubismus, also der klassischen Moderne.



Dr. Armin Panter

Armin Panter studierte Kunstgeschichte (Nebenfächer: Geschichte und Literaturwissenschaft) an der Universität Karlsruhe und der Sorbonne, Paris I.

1988 promovierte er über den Maler Franz Xaver Winterhalter (1805 - 1873). Nach einem Volontariat am Badischen Landesmuseum und einer Anstellung bei den Staatlichen Schlössern und Gärten kam er 1992 nach Schwäbisch Hall ans Hällisch-Fränkische Museum, das er von 2000 bis 2024 leitete.

Wie funktioniert eigentlich praktische Politik?

Darüber wollen wir diskutieren:

- Was heißt Demokratie, wo haben wir noch Länder mit demokratischen Regierungsformen, mehr Demokratie wagen?
- Stört Bürgerbeteiligung demokratische Formen, was heißt Parteiendemokratie?
- Was ist eine Petition?
- Funktion des Ehrenamtes?
- Wie funktioniert ein politisches Amt? Gibt es Unterschiede zwischen den Bundesländern? Wie funktioniert es im Bund, in Europa?
- Was heißt Friedenspolitik heute?
- Gibt es eine Kirchenpolitik?
- Was macht ein Betriebsrat, ein Personalrat oder eine Mitarbeitervertretung?
- Machen Frauen eine bessere/andere Politik?
- Was heißt Generationengerechtigkeit?
- Ist es wichtig, die eigene Geschichte zu kennen? Welche Bedeutung hat die Erinnerungskultur?

Es wird immer einen Input geben und danach wollen wir uns austauschen.



Foto: pixabay



Annette Sawade

Diplomchemikerin, 1982 aus der DDR in die Bundesrepublik ausgereist, Vorsitzende eines Stuttgarter Bürgervereins, von 1994 bis 2009 SPD-Stadträtin in Stuttgart, von 2012 bis 2017 Mitglied des Deutschen Bundestages für den Wahlkreis Schwäbisch Hall-Hohenlohe (Verkehrsausschuss, Petitionsausschuss). 2014 - 2025 Kreisrätin, von 2019 bis heute SPD-Stadträtin in Schwäbisch Hall.

Seit 2019 und gerade wiedergewählt, Mitglied der Landesynode der evang. Kirche Württemberg. Mitglied in einigen Vereinen, Vorsitzende Diakonieverein Gailenkirchen Gottwollshausen und im Vorstand „Unser Dorfladen Gailenkirchen Gottwollshausen“.

Lebt seit 2010 mit ihrem Mann Robert Gunderlach in Wackershofen.