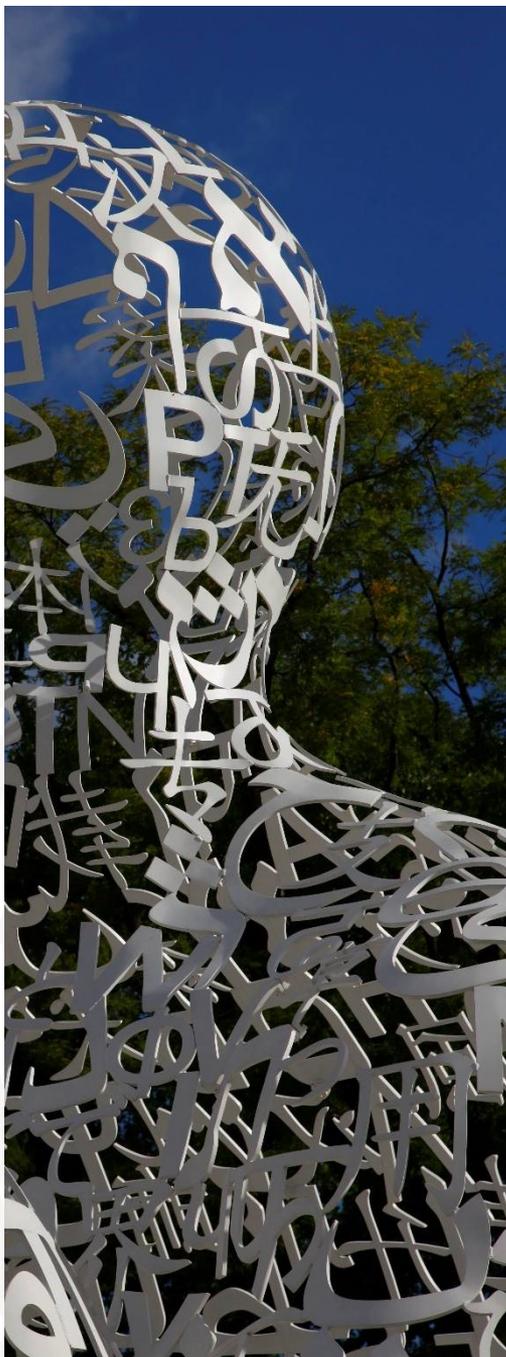


Selbstlerntools zum Fokusthema „Frauen und Finanzen“

Sammlung von Buchtipps, Podcast, etc.

Stand: Februar 2024



Selbstlerntools im Überblick: *Bücher*



Finanziell unabhängig und selbstbestimmt – dieses Buch zeigt, wie's geht!

Natascha Wegelin ruft Frauen dazu auf, sich selbst um ihre finanziellen Angelegenheiten zu kümmern und sich von Staat und Partner unabhängig zu machen – aber sie weiß auch, dass es ihnen von Bankberatern und Finanzdienstleistern nicht immer leicht gemacht wird. In ihrem Buch trägt die Finanzbloggerin Tipps und Tricks zusammen, mithilfe derer sich jede Frau ihre ganz persönliche Spar- und Investitionsstrategie erarbeiten kann, und baut dabei ganz nebenbei Hemmungen und Scheu ab, sich mit Anlagen und Aktien zu beschäftigen. Denn finanzielle Abhängigkeit ist ein enormes Risiko, vor dem sich jede Frau einfach schützen kann. @amazon
Rowohlt Verlag, 2018



Viele Frauen stehen heute finanziell auf eigenen Füßen. Aber es gibt immer noch die, die sich auf einen »Versorger« verlassen und darauf vertrauen, dass die große Liebe schon hält. Doch nach einer Trennung verlieren häufig gerade Frauen, die ihren Beruf für die Familie aufgegeben haben, ihre finanzielle Basis. Auf lange Sicht droht ihnen sogar Altersarmut.

Helma Sick und Renate Schmidt rufen die Frauen dazu auf, die Notwendigkeit ihrer finanziellen Unabhängigkeit zu erkennen und entsprechend zu handeln. In dieser aktualisierten Ausgabe zeigen sie, was Politik und Wirtschaft – und die Frauen selbst – verändern müssen, damit diese Familie und Beruf besser vereinbaren können. @amazon
Penguin Verlag, 2019



Wie Geld, Klasse und Herkunft zusammenhängen und warum wir uns alle dringend damit beschäftigen sollten: Bestsellerautorin Otegha Uwagba widmet sich diesen wichtigen Fragen mit einem klugen, heutigen und weiblichen Blick.

Otegha Uwagba ist erfolgreiche Autorin, Rednerin und Unternehmerin – und ein Vorbild für zahlreiche Frauen, wenn es um Beruf, Karriere und modernen Lifestyle geht. Als Tochter nigerianischer Einwanderer in London war ihr Weg aber nicht immer einfach. In diesem Buch erzählt sie ihre persönliche Geschichte und ruft allen Frauen zu: Wir müssen über Geld sprechen. Und zwar dringend.

Dieses Buch macht Mut und zeigt Frauen, wie sich Finanzen selbstbestimmt angehen lassen und weshalb sich das lohnt. @amazon
Atlantik Verlag, 2022



MONEY MAKERS zeigt dir, wie du den Schritt an die Börse schaffst und welche Anlagestrategien dir am besten zum Erfolg verhelfen. Du erfährst, wie man im Internet nach den richtigen Informationen sucht, wie man online investiert und welche Apps sinnvolle Begleiter sind. MONEY MAKERS zeigt aber nicht nur, wie du die Börsen für dich entdecken kannst, sondern erläutert auch anhand von Alltagsbeispielen, warum du dich mit den Themen Wirtschaft und Börse beschäftigen solltest. @amazon
FBV-Verlag 2020

Selbstlerntools im Überblick: *Podcasts*



MADAME MONEYPENNY PODCAST

Finanzielle Unabhängigkeit für Frauen

Der #1 Finanzpodcast für Frauen, die finanziell unabhängig werden wollen. Spannende Interviews, Finanztips, Life Hacks & Erfolgsgeschichten aus der Madame Money Penny Community. Immer Dienstags, überall, wo es Podcasts gibt.

[Episode 32: So nimmst du deine Finanzen endlich selbst in die Hand – Interview mit Madame Money Penny](#)

[Episode 204 Finanzsystem verstehen: Was wir wissen sollten und beachten können – Interview mit Britta Langenberg](#)



Rente gut, alles gut? Der DIA Podcast

Podcast vom Deutschen Institut für Altersvorsorge

Finanzielle Dienstleistungen, Persönliche Finanzen, Bildung, Ökonomie, Nachrichten

Im Zweiwochentakt informiert der [DIA-Podcast Rente gut, alles gut?](#) über Wissenschaft und Politik zum Thema Altersvorsorge. DIA steht für Deutsches Institut für Altersvorsorge und ist eine branchennahe Denkfabrik. Die beiden Sprecher Fabio Dittrich und Klaus Morgenstern besprechen jeden zweiten Mittwoch aktuelle Finanzthemen mit wechselnden Experten.

[Episode vom 17.01.2024: Mit Plan in die Rente – das gilt auch 2024](#)

[Episode vom August 2023: Frauen, Finanzen und Vorurteile](#)



SUMMA SUMMARUM - Finanzen verstehen mit Vreni Frost

Bildung, Wirtschaft, Nachrichten

Vreni Frost schafft mit ihrem Podcast „Summa Summarum - Finanzen verstehen“ jetzt einen geordneten Überblick. Die Moderatorin und Autorin aus Berlin tauscht sich dort mit Finanzprofis aus den unterschiedlichsten Bereichen aus, um Themen wie Altersvorsorge oder Kapitalanlagen für alle verständlich aufzubereiten.

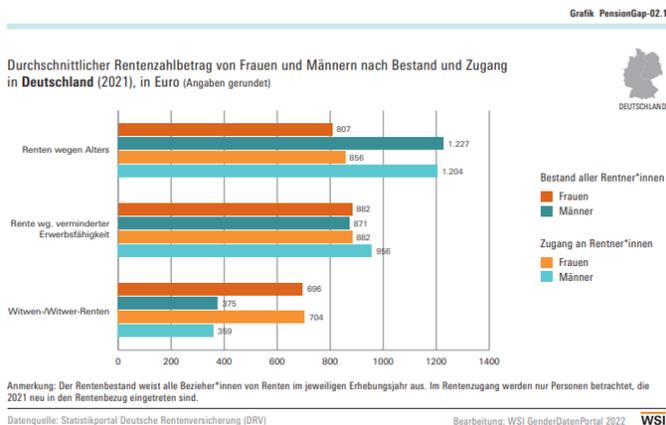
[Episode 01: Einstieg in die Finanzwelt mit Anja Jungbluth & Lukas Mazur](#)

Selbstlertools im Überblick: *Studien*



Womenomics-Studie zu Frauen und Finanzen 2022: Nur 63 Prozent der deutschen Frauen fühlen sich finanziell unabhängiger als Frauen vorheriger Generationen
[Womenomics-Studie zu Frauen und Finanzen](#)

Frauen erhalten niedrigere Renten als Männer



WSI-Studie: Durchschnittliche Rentenhöhen von Frauen und Männern 2021
[wsi_gdp_ek-pensiongap_02.pdf](#)

Selbstlerntools im Überblick: *Newsletter / Websites*

- wird noch ergänzt -



Kontakt

Ulrike Schneider-Gladbach

Stellv. zentrale Gleichstellungsbeauftragte ATM
Goethe-Universität Frankfurt | Campus Westend
SKW-Gebäude | Raum 05.C.109 | Rostocker Str. 2
60323 Frankfurt am Main | GERMANY
Telefon +49 (0)69 798 18128 | Fax +49 (0)69 798 76312979
E-Mail: schneider-gladbach@em.uni-frankfurt.de

[Überblick über Angebote / Unterstützungsmöglichkeiten](https://tinygu.de/AngeboteStellvGIBATM)

<https://tinygu.de/AngeboteStellvGIBATM>

[GleichstellungsImpulse für ATM](https://www.uni-frankfurt.de/134788683/GleichstellungsImpulse)

<https://www.uni-frankfurt.de/134788683/GleichstellungsImpulse>

Sara Schnier

Familienservice
Goethe-Universität Frankfurt | Campus Westend
SKW-Gebäude | Raum 05.C.111 | Rostocker Str. 2
60323 Frankfurt am Main | GERMANY
Telefon +49 (0)69 798 18688 | Fax +49 (0)69 798 76312979
E-Mail: s.schnier@em.uni-frankfurt.de

[Überblick über Angebote / Unterstützungsmöglichkeiten des](#)

[Familienservice](#)