

## Literaturkreis

jeden 3. Mittwoch im Monat, 19 Uhr

Bücher lesen und besprechen

Leitung: Edibe Hertel

E-Mail: edibe.hertel@t-online.de

## Interreligiöser Dialog

jeden letzten Donnerstag im Monat, 19 Uhr

Austausch zu Weltreligionen mit ihren Traditionen

Leitung: Gudula Danzer

## Feministischer Buchklub Fulda

jeden 1. Donnerstag im Monat, 18 Uhr

monatlich wird ein feministisches Buch gelesen und

anhand von Leitfragen gemeinsam besprochen

Leitung: Mila Buntins, Iva Ruth Bartmann

E-Mail: feministischerbuchklub@web.de

Instagram: @Feministischerbuchklub

## Omas gegen Rechts

jeden 4. Mittwoch im Monat, 17 Uhr

Informationsaustausch zu aktuellen

gesellschaftlichen und politischen Themen

Leitung: Andrea Renner,

Cornelia Thiessen-Westerhoff

E-Mail: omasgegenrechts.fulda@gmail.com

## Patchwork-Gruppe

jeden 2. Mittwoch im Monat, 19 Uhr

gemeinsame Quilt-Aktivitäten, Ausstellungen

besuchen

Leitung: Andrea Nießen, Tel.: 0661 63553

## Internationales Frauentreffen

jeden 3. Dienstag im Monat, 15 Uhr

durch Gespräche und Aktionen mehr über andere

Kulturen erfahren

Leitung: Shahida Naeem, Tel.: 0661 29193192

## Frauen aus Eritrea

jeden 2. Sonntag im Monat, 14 Uhr

Kultur leben und erlebbar machen, Frauenprojekte

im Heimatland unterstützen

Leitung: Aster Amine, Tel.: 06652 7939242

## RODNIK e.V.

1-2 Mal pro Woche

interkultureller Treffpunkt mit Beratung und

Bildungsangeboten, u.a. Sprachklub

Leitung: Iuliia Ieromenko, Anastasiia Nikulina,

Larissa Timpel, Natalia Kotova

E-Mail: rodnikfulda@aol.com

# Frauen- zentrum



FRAUENBÜRO

## Frauenzentrum Fulda

Schlossstraße 12  
(1. OG, kein Aufzug vorhanden)  
36037 Fulda

## Frauenbüro der Stadt Fulda

Magistrat der Stadt Fulda  
Schlossstraße 12 (EG)  
36037 Fulda

Katharina Roßbach  
Frauen- und Gleichstellungsbeauftragte

Vera Dudyka  
stellv. Frauen- und  
Gleichstellungsbeauftragte

Tel.: 0661 102-1040/-1041  
E-Mail: frauenbuero@fulda.de  
www.frauenbuero-fulda.de

Möchten Sie als Gruppe das  
Frauenzentrum nutzen, dann  
melden Sie sich im  
Frauenbüro.

**zentraler Ort  
für Frauen**



**Begegnung - Bildung -  
Netzwerk**

**Programm  
Juli bis Dezember 2025**

Einige Angebote sind kostenfrei.  
Bitte beachten Sie die jeweiligen Veranstaltungshinweise für eine mögliche Anmeldung.

#### **Mittwoch, 27. August 2025, 17 - 18:30 Uhr Stadtrundgang „Fuldaer Frauen“**

An 25 Orten werden herausragende weibliche Persönlichkeiten der Fuldaer Geschichte gewürdigt. Bei einem Rundgang durch die Innenstadt werden einzelne Orte aufgesucht und spannende Informationen zu einem Stück Frauengeschichte in der Region vermittelt.

**Referentin:** Petra Sorg

**Ort:** wird bei Anmeldung bekanntgegeben

**Anmeldung:** [www.frauenbuero-fulda.de](http://www.frauenbuero-fulda.de)

**Teilnahmebeitrag:** 5 €

#### **Dienstag, 2. September 2025, 9 - 12 Uhr**

#### **“Fit für den Wiedereinstieg ins Berufsleben”**

Die individuelle Beratung hilft Frauen nach der Familienphase wieder in den Beruf einzusteigen oder den Minijob auszubauen. Die Beraterin findet mit Ihnen heraus, was das Beste für Sie ist und welche Schritte nötig sind, um Ihr berufliches Ziel zu erreichen.

**Referentin:** Petra Zentgraf

**Ort:** Frauenzentrum, Schlossstr. 12

**Anmeldung:** [www.frauenbuero-fulda.de](http://www.frauenbuero-fulda.de)

#### **Freitag, 5. September 2025, 9 - 12 Uhr**

#### **“Chancentag für Frauen in der Arbeitswelt”**

Informationen zu Qualifizierungsmöglichkeiten, Wiedereinstieg ins Berufsleben, Fördermöglichkeiten, Bewerbungsfotos, Ausbildung in Teilzeit, Bewerbungsmappen-Check sowie aktuellen Stellenangeboten.

**Ort:** Bürgerzentrum Ziehers Süd, Dingelstedtstr. 12

#### **Samstag, 20. September 2025, 10 - 15 Uhr**

#### **Workshop „Schluss mit dem Gedankenkarussell: Overthinking überwinden – so findest du Ruhe im Kopf“**

In diesem Seminar wird ein Bewusstsein für die eigenen Denkmuster geschaffen. Durch die Entwicklung von Handlungsstrategien erlernen Sie, aus ständigen Gedankenschleifen auszubrechen. Inhalte sind Stärkung der mentalen Gesundheit, Förderung von Selbstreflexion sowie Achtsamkeit.

**Referentin:** Silvia Kann-Staudt

**Ort:** Frauenzentrum, Schlossstr. 12

**Anmeldung:** [www.frauenbuero-fulda.de](http://www.frauenbuero-fulda.de)

**Teilnahmebeitrag:** 35 €



**Mittwoch, 1. Oktober 2025, 19:30 - 21 Uhr  
Astronomischer Spaziergang in der Stadt Fulda**  
Erfahren Sie mehr über Deutschlands erste Sternenstadt, den Einfluss von Kunstlicht auf Tiere und Pflanzen, himmelsmechanische Zusammenhänge rund um das Thema Jahreszeiten und lauschen spannenden sowie unterhaltsamen Sternengeschichten aus Wissenschaft und Mythologie.  
**Referentin:** Sabine Frank  
**Ort:** wird bei Anmeldung bekanntgegeben  
**Anmeldung:** [www.frauenbuero-fulda.de](http://www.frauenbuero-fulda.de)

#### **Dienstag, 14. Oktober 2025, 9 - 11 Uhr**

#### **Integrations-Rallye für Frauen „Digitale Kompetenzen und Mediennutzung“**

Das Angebot richtet sich an Frauen mit Migrations- und Fluchtgeschichte.

**Leitung:** Elena Martou, Katharina Roßbach

**Ort:** Bürgerzentrum Ziehers Süd, Dingelstedtstr. 12

#### **Samstag, 18. Oktober 2025, 14 - 15:30 Uhr**

#### **Stadtrundgang “Blaue Bänke”**

Der Serviceclub Soroptimist International Club Fulda will mit den “Blauen Bänken” an das Leben und Wirken von Frauen im Mittelalter bis zum 20. Jahrhundert erinnern, die maßgeblichen Einfluss auf Fulda und die Gesellschaft hatten. Die Bänke in der Innenstadt sind Orte der Begegnung und Kommunikation.

**Referentin:** Gudrun Jonas

**Ort:** wird bei Anmeldung bekanntgegeben

**Anmeldung:** [www.vhsfulda.de](http://www.vhsfulda.de)

**Teilnahmebeitrag:** 5 €

#### **Freitag, 24. Oktober 2025, 16 - 18 Uhr**

#### **Stadtrundgang „Auf den Spuren der Merga Bien“**

Zwischen 1600 und 1606 fielen ca. 270 Fuldaer Frauen der Hexenverfolgung zum Opfer. Das Schicksal der Merga Bien ist in den alten Akten besonders ausführlich dokumentiert. Anhand eines Stadtrundgangs sind die letzten Stationen ihres Lebens heute noch nachvollziehbar.

**Referentin:** Petra Sorg

**Ort:** wird bei Anmeldung bekanntgegeben

**Anmeldung:** [www.frauenbuero-fulda.de](http://www.frauenbuero-fulda.de)

**Teilnahmebeitrag:** 5 €

**Montag, 27. Oktober 2025, 17:30 - 20:30 Uhr  
Online-Workshop „Frauen und Erfolg – Leadership kann erlernt werden“**

Wie ist das Verhältnis von Frauen zu Macht und Erfolg? Fühlen wir uns wohl, wenn wir Macht haben oder wenn wir erfolgreich sind? Im Workshop werden u.a. die unterschiedlichen Faktoren, die ein gutes Leadership ausmachen, vorgestellt. Er richtet sich an Frauen, die mehr zum Thema Leadership erfahren möchten – ob Frauen in der Carearbeit, im beruflichen oder politischen Kontext.

**Referentin:** Inés Rentería-Hernández

**Anmeldung:** [www.frauenbuero-fulda.de](http://www.frauenbuero-fulda.de)

**Teilnahmebeitrag:** 10 €

#### **Dienstag, 4. November 2025, 9 - 12 Uhr**

#### **“Fit für den Wiedereinstieg ins Berufsleben”**

Informationen siehe 2. September 2025

#### **Dienstag, 4. November 2025, 13 - 15 Uhr**

#### **Integrations-Rallye für Frauen**

#### **„Frauen und Familie - Rechte in Deutschland“**

Das Angebot richtet sich an Frauen mit Migrations- und Fluchtgeschichte.

**Leitung:** Elena Martou, Katharina Roßbach

**Ort:** Stadtteilzentrum Aschenberg, Aschenberplatz 16

#### **Samstag, 15. November 2025, 10 - 16 Uhr**

#### **Workshop „Mit mir nicht! – Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Frauen“**

Es ist ein Training zur Stärkung des Selbstvertrauens und Selbstbewusstseins sowie der Erweiterung individueller Handlungsmöglichkeiten bei Übergriffen.

**Referentin:** Ulrike Vogler, Herbert Hohmann

**Ort:** Bürgerhaus Haimbach, Hirschweg 17

**Anmeldung:** [www.frauenbuero-fulda.de](http://www.frauenbuero-fulda.de)

**Teilnahmebeitrag:** 35 €

#### **Regelmäßige Gruppenangebote im Frauenzentrum**

#### **Feministische Initiative Fulda e.V.**

jeden Donnerstag, 18:30 Uhr

Initiative für mehr Gleichberechtigung und Feminismus in Fulda, Bildungspolitische Arbeit, Öffentlichkeitsarbeit und Projekte zu verschiedenen feministischen Themen

**Leitung:** Lena Limpert

**E-Mail:** feministische-initiative-fulda@gmx.de

**Instagram:** feministische\_initiative\_fulda