

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



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.

Frauen- zentrum

**zentraler Ort
für Frauen**

**Begegnung - Bildung -
Netzwerk**

**Programm
Juli bis Dezember 2025**



Einige Angebote sind **kostenfrei**.
Bitte beachten Sie die jeweiligen Veranstaltungs-
hinweise 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

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

Freitag, 5. September 2025, 9 - 12 Uhr
„Chancetag 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: Over-
thinking 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

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

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

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

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

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: Stadtteiltreff 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

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](https://www.instagram.com/feministische_initiative_fulda)

