

FRAUENZENTRUM

Zentraler Ort für Frauen

BEGEGNUNG - BILDUNG - NETZWERK
Programm September bis Dezember 2019

*„Frauen von heute warten nicht auf das Wunderbare,
sie inszenieren ihre Wunder selbst.“*

Katharine Hepburn

Liebe Frauen,

Sie halten gerade das neue Programm des Frauenzentrums in Ihren Händen. Vollgepackt mit Workshops, Vorträgen und Exkursionen – von Frauen für Frauen.

Seit der Gründung vor 17 Jahren hat sich das Frauenzentrum zu einem Ort der Begegnung, der Bildung und des Netzwerkers für Frauen in der Stadt Fulda entwickelt.

Unser Frauenzentrum lebt von den tollen Ideen unserer Mitgliedsfrauen und engagierten Fuldaer Bürgerinnen. Wir möchten an dieser Stelle den vielen ehrenamtlich tätigen Frauen DANKE sagen, die sich mit Begeisterung und Tatkraft im Frauenzentrum einbringen.

Sie haben Lust mitzuwirken? Dann sprechen Sie uns doch einfach an. Wir freuen uns auf Sie und nehmen Ihre Wünsche und Anregungen gern entgegen!



Katharina Roßbach

Frauen- und Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Fulda



Beate Kann

Vorsitzende Förderverein Frauenzentrum e. V.

INHALTSVERZEICHNIS

VERANSTALTUNGEN IM ÜBERBLICK

03.09.	EINZELBERATUNG: Fit für den Wiedereinstieg ins Berufsleben	Seite 4
10.09.	VERANSTALTUNGSREIHE: Gesund und Vital durch das Jahr 3. Termin: Erntezeit – Kräuter konservieren	Seite 5
24.09.	VORTRAG: Transgenerationale Traumatisierung und die unbemerkten Kriegsfolgen	Seite 6
28.09	WORKSHOP: „Eigene Ängste bewältigen“	Seite 7
15.10.	VORTRAG: Abenteuer Wechseljahre – Was Sie schon immer über Wechseljahre wissen wollten...	Seite 8
29.10.	VORTRAG: Margarete Grippentrog – Vorkämpferin für das Frauenwahlrecht in Fulda	Seite 9
31.10.	VORTRAG: Natürlich Entsäuern – in die Balance kommen für mehr Wohlbefinden und Gesundheit	Seite 10
12.11.	VERANSTALTUNGSREIHE: Gesund und Vital durch das Jahr 4. Termin: Tees, Gewürze – Immunsystem stärken	Seite 11
16.11.	VERANSTALTUNGSHINWEIS: „Und nun tanzen Sie die Farbe Blau! Bauhausfrauen und weibliche Aufbrüche in der Moderne“	Seite 12
23.11.	WORKSHOP: „Mit mir nicht!“ – Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Frauen	Seite 13
25.11.	HINWEIS: 25. November – Internationaler Tag gegen Gewalt an Frauen	Seite 14
26.11.	VORTRAG: Die Erbse finden – Essstörungen und Borderline-Symptome ursächlich zuordnen	Seite 15
03.12.	MÄRCHENABEND: Weihnachtliche „Zauberpflanzen“ in alten Überlieferungen	Seite 16

REGELMÄßIGE GRUPPENANGEBOTE

Patchwork-Gruppe	Seite 17
Frauen aus Eritrea	Seite 18
Offener Lesbentreff	Seite 18
Internationales Frauentreffen	Seite 19
Literaturkreis	Seite 20
Interreligiöser Dialog	Seite 20
Frauen und Filme	Seite 21

WIR ÜBER UNS

Förderverein Frauenzentrum e. V. stellt sich vor	Seite 22
Der Auftrag des Frauenbüros	Seite 23
Verwaltung des Frauenzentrums	Seite 24
Anmeldung	Seite 26
Beitrittserklärung Förderverein Frauenzentrum	Seite 27

VERANSTALTUNGEN

EINZELBERATUNG

Fit für den Wiedereinstieg ins Berufsleben

Erster Einzelberatungstermin: Dienstag, 3. September 2019

„Fit für den Wiedereinstieg ins Berufsleben“ soll Frauen nach der Familienphase unterstützen, wieder in den Beruf einzusteigen oder ihren Minijob auszubauen.

In einer individuellen Beratung findet die Beraterin gemeinsam mit Ihnen heraus, was der beste Weg für Sie ist und welche Schritte nötig sind, um Ihr berufliches Ziel zu erreichen.

Der Wiedereinstieg hält eine Menge Chancen parat: Persönliche Weiterentwicklung, Verbesserung der eigenen finanziellen und sozialen Absicherung sowie den Aufbau der Rente.

Wir unterstützen Sie in einer persönlichen Beratung dabei:

- Ihre Lebenssituation positiv in den Blick zu nehmen und Ihre Stärken und Fähigkeiten zu entdecken
- Realistische Ziele und Handlungsmöglichkeiten zu entwickeln

Die kostenlosen Einzelberatungen starten am: Dienstag, 03.09.2019

Weiterer Termin: Dienstag, 12.11.2019

Einzelberatung: Petra Zentgraf, Dipl. Individualpsychologische Beraterin, Encouraging-Trainerin, Coach Synchronizing

Veranstalterin: Frauenbüro der Stadt Fulda

Veranstaltungsort: Frauenzentrum, Schloßstraße 12, 36037 Fulda

Einzelberatungstermine können Sie im Frauenbüro unter der Telefonnummer 0661 102-1043 vereinbaren. Die Einzelberatung ist kostenlos.

Das Frauenzentrum ist leider nicht barrierefrei. Wir bemühen uns bei Bedarf, um barrierefreie Räumlichkeiten außerhalb des Frauenzentrums.

VERANSTALTUNGSREIHE

Gesund und vital durch das Jahr

Termin: Dienstag, 10. September 2019, 18:00 Uhr

3.) Erntezeit – Kräuter konservieren – Salz

Jede Jahreszeit hat ihre Besonderheiten und diese spiegeln sich nicht nur in der Natur und im Außen, sondern auch in unserem Körper und in unserem Befinden. Wenn wir mit unserer Ernährung und Lebensweise mitschwingen, fühlen wir uns nicht nur wohler in unserer Haut, es wirkt sich auch positiv auf unsere Gesundheit, Vitalität und Lebensqualität aus.

In dieser Veranstaltungsreihe werden wir in den zwei folgenden Veranstaltungen entsprechend der Jahreszeit passende Kräuter, Lebensmittel und Gewürze kennenlernen, die uns gesund und vital durch das Jahr begleiten.

Praktisch werden wir mithilfe von Salz, Wild-/Heilkräutern und Gewürzen Rezepte ausprobieren, die je passend zur Jahreszeit besondere Kräfte in sich tragen.

4.) Tees, Gewürze – Immunsystem stärken: Dienstag, 12.11.2019, 18:00 Uhr

Referentin: Petra Herchenröder
Heilpraktikerin für Psychotherapie
Dipl.-Astrologin API, Wild- und Heilkräuterexpertin

Veranstalterin: Förderverein Frauenzentrum

Teilnahmebeitrag: 5,- €

Veranstaltungsort: Frauenzentrum, Schloßstraße 12, 36037 Fulda

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

VORTRAG

Transgenerationale Traumatisierung und die unbemerkten Kriegsfolgen

Termin: Dienstag, 24. September 2019, 19:00 Uhr

In Generationen wiederholen sich Erfahrungen und bringen gleiche Eigenschaften hervor. Inzwischen weiß man, dass traumatische Erfahrungen zu epigenetischen Veränderungen führen und an die nachfolgende Generation vererbt werden können. Sie erhöhen nicht nur das Risiko für eine Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS), sondern auch die Wahrscheinlichkeit an Depressionen, Angststörungen und Persönlichkeitsstörungen zu erkranken.

Zu den Mechanismen dieser transgenerationalen Weitergabe von Traumatisierungen zählen das Bindungssystem, die Darmflora sowie epigenetische Markierungen an den Genen und an der Keimzelle. Traumatische Erfahrungen durch körperliche oder sexuelle Gewalt, Krieg, Flucht, und Armut prägen während der frühen Kindheit der Eltern deren Gene und beeinflussen damit die elterlichen Eigenschaften, ihr empathisches Verhalten und ihre Fähigkeit zur Stressregulierung.

So zeigten Kinder Holocaust-Überlebender eine höhere Anfälligkeit, in Folge eigener traumatischer Erlebnisse eine PTBS zu entwickeln.

Referentin: Carla Kraus,
Psychologin M.Sc., Traumatherapeutin und Supervision

Veranstalterin: Förderverein Frauenzentrum

Teilnahmebeitrag: 5,- €

Veranstaltungsort: Frauenzentrum, Schlosstraße 12, 36037 Fulda

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

WORKSHOP

Eigene Ängste bewältigen

Termin: Samstag, 28. September 2019, 10:00 – 16:00 Uhr

Viele von Ihnen kennen die Anspannung vor einer Prüfung, einem Vorstellungsgespräch oder einem Assessment-Center: Alles muss unter einen Hut gebracht werden – Alltag, Lernen und Vorbereitung. Je größer der Stress, desto schlechter gelingt das Abschalten. Die Gedanken kreisen immer mehr um den bevorstehenden Termin, je näher er rückt.

- Welche Ängste sind da im Spiel?
- Wie kann die Anspannung im Griff gehalten werden?

Mit bewusst erarbeiteten Techniken und einer zielorientierten Herangehensweise, können Sie sich entspannen und motivieren. Bauen Sie auf Ihre inneren Ressourcen!

Inhalte:

- Strategien von Spitzensportler/-innen übernehmen, Prüfungsangst und Stress positiv nutzen
- Motivation: Die Macht der eigenen Ziele nutzen
- Tipps zum erfolgreichen Lernen beherrschen
- Konzentration gewinnen und erhalten
- Selbst- und Zeitmanagement systematisch planen
- Umgang mit dem „inneren Schweinehund“ üben
- Entspannungsphasen einplanen und gestalten
- Prüfungen, Vorstellungsgespräche und Assessment-Center gelassen und erfolgreich meistern

Referentin: Monika Finkbeiner, Kauffrau, Coach & Trainerin, Idstein

Veranstalterinnen: Büro F in Kooperation mit dem Frauenbüro Fulda

Teilnahmebeitrag: 35,- €

Veranstaltungsort: Frauenzentrum, Schlossstraße 12, 36037 Fulda

Anmeldung bis 13.09.2019 im Frauenbüro, per E-Mail über frauenbuero@fulda.de oder unter Tel. 0661 102-1043

Das Frauenzentrum ist leider nicht barrierefrei. Wir bemühen uns bei Bedarf, um barrierefreie Räumlichkeiten außerhalb des Frauenzentrums.

VORTRAG

Abenteuer Wechseljahre – Was Sie schon immer über Wechseljahre wissen wollten...

Termin: Dienstag, 15. Oktober 2019, 18:00 Uhr

Wechseljahre können schweißtreibend sein, das körperliche und seelische Gleichgewicht kann aus den Fugen geraten und manchmal auch das Körpergewicht.

Diese Zeit ist nicht immer einfach und stellt für viele Frauen und deren Umfeld eine Herausforderung dar. Aber es ist auch eine Zeit des Aufbruchs und der Wandlung mit viel Lebenserfahrung im Gepäck.

Sie bekommen wichtige Informationen über diesen Lebensabschnitt und Anregungen, wie Sie gut für sich selbst sorgen können, um mögliche Beschwerden zu lindern und ihre Lebensqualität zu verbessern.

Referentin: Andrea Luley-Kempf, Gesundheitspädagogin, Dipl. Sozialpädagogin

Veranstalterin: Förderverein Frauenzentrum

Teilnahmebeitrag: 5,- €

Veranstaltungsort: Frauenzentrum, Schloßstraße 12, 36037 Fulda

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

VORTRAG

Margarete Grippentrog – Vorkämpferin für das Frauenwahlrecht in Fulda

Termin: Dienstag, 29. Oktober 2019, 19:00 Uhr

Die Lehrerin Margarete Grippentrog war von 1910 bis 1928 an der Evangelischen Stadtschule in Fulda tätig. Nach dem Ende des ersten Weltkriegs ist sie 1918 der neugegründeten DDP (Vorläuferin der heutigen FDF) beigetreten und hat sich in beharrlichem Kampf für das Frauenwahlrecht eingesetzt. Ihr Einsatz für freiheitliche Gesinnung ist ihr im NS-Regime fast zum Verhängnis geworden.

Referentin: Ingrid Möller-Münch

Veranstalterin: Förderverein Frauenzentrum

Teilnahmebeitrag: 5,- €

Veranstaltungsort: Frauenzentrum, Schloßstraße 12, 36037 Fulda

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

VORTRAG

Natürlich Entsäuern - In die Balance kommen für mehr Wohlbefinden und Gesundheit

Termin: Donnerstag, 31. Oktober 2019, 19:00 – 20:30 Uhr

Ein ausgeglichener Säure-Basen-Haushalt ist die Basis für die Gesundheit und das Leistungsvermögen

Bereits kleinste Störungen der Säure-Basen-Balance können erhebliche Folgen haben. Erschöpfung, Schmerz, Konzentrations- und Schlafstörungen, Probleme an Haut, Haaren und Immunsystem, aber auch Hormonstörungen sind nur einige der Probleme, die bei zu viel Säure im Körper auftreten können. Oft bewirken schon kleinste Veränderungen eine deutliche Verbesserung des Säure-Basen-Haushalts. Betroffene suchen häufig jahrelang vergeblich nach einer Lösung. Dabei zeigt uns der Körper oft klar, was er wirklich braucht. Wir haben es verlernt, auf Signale des Körpers einzugehen, obwohl es nur kleinste Impulse braucht, um das Körpermilieu wieder ins Gleichgewicht zu bringen.

Erfahren Sie, wie Sie die Signale des Körpers bei einer Übersäuerung erkennen und im Einklang mit dem Körper für eine bessere Gesundheit und mehr Wohlbefinden sorgen können.

Referent: Thomas Frankenbach leitet seit mehr als zehn Jahren den Fachbereich Ernährung und Bewegung in einer der traditionsreichsten Kliniken für Reha-Medizin in Deutschland und ist Wissenschaftlicher Leiter der Akademie für Somatische Intelligenz. Zu den Themen Säure-Basen-Therapie und ernährungsbezogene Körperintelligenz hat er mehrere Bücher veröffentlicht.

Veranstalter: Familienbildungsstätte Helene Weber in Kooperation mit dem Förderverein Frauenzentrum

Teilnahmebeitrag: 5,- € zahlbar an der Abendkasse

Veranstaltungsort: Familienbildungsstätte Helene Weber, Neuenberger Straße 3 – 5, 36041 Fulda
Bei vielen Anmeldungen wird in das Bonifatiushaus gewechselt.

Anmeldung über E-Mail: <https://www.thomas-frankenbach.de/landingpage-workshop-saeure-basen>

VERANSTALTUNGSREIHE

Gesund und vital durch das Jahr

Termin: Dienstag, 12. November 2019, 18:00 Uhr

4. Tees, Gewürze – Immunsystem stärken

Jede Jahreszeit hat ihre Besonderheiten und diese spiegeln sich nicht nur in der Natur und im Außen, sondern auch in unserem Körper und in unserem Befinden. Wenn wir mit unserer Ernährung und Lebensweise mitschwingen, fühlen wir uns nicht nur Wohler in unserer Haut, es wirkt sich auch positiv auf unsere Gesundheit aus, Vitalität und Lebensqualität aus.

In dieser letzten Veranstaltung werden wir entsprechend der Jahreszeit passende Tees und Gewürze kennenlernen. Tees und Gewürze die uns wärmen und uns stärken, um einen besinnlichen Blick in die verborgene Dunkelheit dieser Jahreszeit zu werfen und um das Jahr gut abschließen zu können.

Praktisch werden wir verschiedene Tees und wärmende Gewürze kennenlernen, und einen Medizinalwein nach Hildegard von Bingen verkosten.

Referentin: Petra Herchenröder
Heilpraktikerin für Psychotherapie
Dipl.-Astrologin API, Wild- und Heilkräuterexpertin

Veranstalter: Förderverein Frauenzentrum

Teilnahmebeitrag: 5,- €

Veranstaltungsort: Frauenzentrum, Schlosstraße 12, 36037 Fulda

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

- VERANSTALTUNGSHINWEIS -

VORTRAG:

**„Und nun tanzen Sie die Farbe Blau!
Bauhaus-Frauen und weibliche Aufbrüche in der Moderne“**

Samstag, 16. November 2019 um 15:00 Uhr

Die Frauen am Bauhaus haben mit ihrem Werk und ihrem Wirken maßgeblich die Entwicklung des Bauhauses und der frühen Moderne geprägt und vorangetrieben.

Anlässlich der Sonderausstellung

„Loheland 100

– Gelebte Visionen für eine neue Welt“

wird Frau Dr. Ulrike Müller aus Weimar einen Vortrag halten,
die zu den Expertinnen der „Bauhaus-Frauen“ zählt.

Ausstellungseröffnung: Donnerstag, 26. September 2019, 18:00 Uhr

Ausstellungszeitraum: Freitag, 27. September 2019 bis Sonntag, 5. Januar 2020

Veranstaltungsort: Vonderau Museum,
Jesuitenplatz 2, 36037 Fulda

Weitere Informationen unter: museum-fulda.de

WORKSHOP

„Mit mir nicht!“ -

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Frauen

Termin: Samstag, 23. November 2019, 10:00 – 16:00 Uhr

Grenzverletzungen und sexualisierte Gewalt gehören für viele Frauen leider immer noch zum Alltag. Sie kann überall stattfinden: In der Diskothek, auf der Arbeitsstelle, in öffentlichen Verkehrsmitteln.

Am 25. November jährt sich der Internationale Tag gegen Gewalt an Frauen, aus diesem Anlass bietet das Frauenbüro ein Training zur Stärkung des Selbstvertrauens, des Selbstbewusstseins und zur Erweiterung individueller Handlungsmöglichkeiten an.

Trainingsinhalte:

- Wege aus der Angst – Wege zur Selbstsicherheit
- Rechtliche Grundlagen der Selbstverteidigung
- Distanzzonen
- Die Stimme als Abwehrinstrument
- Täter-/Opfer-/Helferverhalten
- Das Ampel-Prinzip zur Gewaltprävention
- Verhaltensalternativen in diversen Gefahrensituationen
- Übungen und Rollenspiele

Referenten: Herbert Hohmann, Trainer im Selbstverteidigungssport Ju-Jutsu und Trainer für Polizeibehörden
Ulrike Vogler, lizenzierte Trainerin B für Gewaltprävention

Veranstalter: Frauenbüro der Stadt Fulda

Teilnahmebeitrag: 35,- €

Veranstaltungsort: Ehemalige BGS Sporthalle, Daimler-Benz-Straße 5, 36039 Fulda

Verbindliche **Anmeldung** bis zum 14.11.2019 im Frauenbüro, per E-Mail über frauenbuero@fulda.de oder unter der Telefonnummer 0661 102-1043.

– HINWEIS –

25. NOVEMBER

– INTERNATIONALER TAG GEGEN GEWALT AN FRAUEN –

Hintergrund für die offizielle Initiierung des Aktionstages 1999 durch die Vereinten Nationen war die Entführung, Vergewaltigung und Folterung dreier Schwestern und ihre Ermordung im Jahr 1960.

Die Schwestern Mirabal waren in der Dominikanischen Republik durch Militäranghörige des damaligen Diktators Rafael Trujillo verschleppt worden.

VORTRAG

Die Erbse finden – Essstörungen und Borderline-Symptome ursächlich zuordnen

Termin: Dienstag, 26. November 2019, 18:00 Uhr

Die Anerkennung der Ahninnen. Und was Töchter unbewusst für das Familiensystem tragen. Dieser Vortrag zeigt auf, wie sich traumatisierende Erfahrungen unsere Mütter und Großmütter unbewusst in unserem Leben fortsetzen. Wie wir die Veränderung und Abspaltung von Eindrücken, Erfahrungen und tiefen Gefühlen in unseren Beziehungen und auch in unserer Arbeit zu spüren bekommen. Und sie bleiben auch in unseren Töchtern nicht ohne Wirkung. Sie setzen sich als Beharrungstendenz von Generation zu Generation immer weiter fort und können dort Symptome von Essstörungen, Borderline-Erkrankungen und andere Auffälligkeiten bewirken. In dieser Weise wird auch die Kriegsenkelinnen-Thematik miteinbezogen.

Referentin: Claudia König, Systemische Beraterin (MA)

Veranstalterin: Förderverein Frauenzentrum

Teilnahmebeitrag: 5,- €

Veranstaltungsort: Frauenzentrum, Schlosstraße 12, 36037 Fulda

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

MÄRCHENABEND

Weihnachtliche „Zauberpflanzen“ in alten Überlieferungen

Termin: Dienstag, 3. Dezember 2019, 19:00 Uhr

Der Brauch, private und öffentliche Räume in der Advents- und Weihnachtszeit mit den verschiedensten Pflanzen festlich auszuschnücken, geht auf jahrtausendealte Rituale und Traditionen zurück.

Bereits seit den Anfängen der Menschheitsgeschichte bemühten sich die einzelnen Kulturen darum, die Geheimnisse der Natur zu enträtseln und zu verstehen. Sie entwickelten verschiedene Kulte, in denen bestimmte „Zauberpflanzen“ eine wichtige Rolle spielten, wurden diese doch schon damals als Träger magischer Kräfte betrachtet.

Mit der fortschreitenden Christianisierung Europas gingen die alten Erkenntnisse und Überzeugungen teilweise verloren bzw. wurden christlich umgedeutet. Vieles davon überlebte jedoch bis heute im Volksglauben in zahlreichen abergläubischen Vorstellungen und Gebräuchen bzgl. magischer Wirksamkeiten in bestimmten Lebewesen und Dingen ebenso wie in alten Überlieferungen, z. B. Berichten der Germanen, Kelten und Römer.

Verschiedene Märchen, Mythen, Legenden und Sagen laden ein, sich auf Spurensuche dieser weihnachtlichen „Zauberpflanzen“ zu begeben.

Referentinnen: Christine Osafo und Martina Fuchs

Veranstalterin: Förderverein Frauenzentrum

Teilnahmebeitrag: 3,- €

Veranstaltungsort: Frauenzentrum, Schloßstraße 12, 36037 Fulda

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

REGELMÄßIGE GRUPPENANGEBOTE

Patchwork-Gruppe

Erstes Treffen: Samstag, 7. September 2019, 9:30 – 16:00 Uhr

Wir sprechen über gemeinsame Quilt-Aktivitäten, arbeiten an Gemeinschaftsquilts, besuchen zusammen Ausstellungen oder richten auch eigene Ausstellungen aus.

Tipps und Ideen werden ausgetauscht. UFO's beratschlagt, um sie dann doch noch zu einem Lieblingsstück werden zu lassen.

Wir haben immer viel Spaß zusammen und neue Mitglieder oder Gäste sind jederzeit willkommen.

Termine: 11.09.2019, 09.10.2019, 13.11.2019, 11.12.2019
mittwochs jeweils ab 19:00 Uhr

07.09.2019, 05.10.2019, 16.11.2019 und 07.12.2019
samstags jeweils von 9:30 – 16:00 Uhr

Ansprechpartnerin: Ingeborg Klüber

Veranstaltungsort: Frauenzentrum, Schloßstraße 12, 36037 Fulda

Bei Interesse an einer Teilnahme sind Sie herzlich eingeladen, Kontakt mit Frau Klüber unter der Telefonnummer 0661 36874 aufzunehmen. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Frauen aus Eritrea

Erstes Treffen: Sonntag, 8. September 2019, 14:00 Uhr

Wir wollen uns mit unserer Kultur beschäftigen, unsere Kultur leben und erlebbar machen und uns über unsere Situation hier austauschen. Darüber hinaus möchten wir Frauenprojekte in unserem Heimatland unterstützen, diese hier in Deutschland bekannt machen und finanziell fördern.

Termine: 08.09.2019, 13.10.2019, 10.11.2019, 08.12.2019

Ansprechpartnerin: Aster Amine, 06652 7939242

Veranstaltungsort: Frauenzentrum, Schlosstraße 12, 36037 Fulda

Bei Interesse an einer Teilnahme sind Sie herzlich eingeladen, Kontakt aufzunehmen. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Offener Lesbentreff

Erstes Treffen: Freitag, 13. September 2019, 19:30

Du bist lesbisch und möchtest gerne Kontakte knüpfen, gemeinsame Aktivitäten planen und unternehmen, in lockerer Atmosphäre mit anderen Frauen zusammen sein – dann komm doch einfach vorbei! Wir sind eine Gruppe von Lesben, die sich regelmäßig im Frauenzentrum Fulda treffen und sich freuen, Dich kennenzulernen.

Termine: 13.09.2019, 11.10.2019, 08.11.2019, 13.12.2019

Kontakt: l-i-f@web.de

Veranstaltungsort: Frauenzentrum, Schlosstraße 12, 36037 Fulda

Bei Interesse an einer Teilnahme sind Sie herzlich eingeladen, Kontakt aufzunehmen. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Internationales Frauentreffen

Erstes Treffen: Dienstag, 17. September 2019, 15:00 Uhr

Die Gruppe „Internationales Frauentreffen“ lädt Sie herzlich zu einem Treffen in gemütlicher, lockerer Atmosphäre bei Tee und internationalen Speisen ein.

Erfahren Sie mehr über neue Kulturen durch Gespräche und gemeinsame Aktionen. Es haben sich hier bereits schöne neue Freundschaften für die Zukunft ergeben, worüber wir uns besonders freuen.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen.

Termine und Themen:

17.09.2019, 15:00 Uhr „Malen auf Stoff“ mit Frau Sylvia Dombrowski. Die Teilnehmerinnen bringen selbst Kissen, Tasche, T-Shirt oder Ähnliches aus Baumwolle zum bemalen mit. Die Farben hierzu werden gestellt.

15.10.2019, 15:00 Uhr Vortrag zum Thema „Geld und Finanzen“ mit Frau Andrea Spomer

19.11.2019, 15:00 Uhr Vortrag zum Thema „Gesundheit von Frauen“
Dipl.oec.troph Linda Rohn

17.12.2019, 15:00 Uhr Adventstreffen: Gemütliches Beisammensein

Veranstaltungsteam: Ingrid Balzer, Nelli Havko und
Shahida Naeem, Tel.: 0661 29193192

Veranstaltungsort: Frauenzentrum, Schloßstraße 12, 36037 Fulda

Bei Interesse an einer Teilnahme sind Sie herzlich eingeladen, Kontakt aufzunehmen. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Literaturkreis

Erstes Treffen: Mittwoch, 18. September 2019, 19:00 Uhr

Wir lesen weiter, wie gehabt jeden 3. Mittwoch im Monat. Jede kann Bücher vorschlagen, gemeinsam entscheiden wir uns, welches bis zum nächsten Treffen gelesen wird und besprechen es dann.

Bitte Anmeldung bei Frau Hertel unter der E-Mail-Adresse:
edibe.hertel@t-online.de

Termine: 18.09.2019, 16.10.2019, 20.11.2019, 18.12.2019

Leitung: Edibe Hertel

Teilnahmebeitrag: 2,50 € pro Abend

Veranstaltungsort: Frauenzentrum, Schlosstraße 12, 36037 Fulda

Bei Interesse an einer Teilnahme sind Sie herzlich eingeladen, Kontakt aufzunehmen. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Interreligiöser Dialog

Erstes Treffen: Donnerstag, 26. September 2019, 19:00 Uhr

Um ein besseres Verständnis für andere Weltreligionen mit ihren Traditionen zu bekommen, treffen wir uns jeden letzten Donnerstag im Monat im Frauenzentrum.

Termine: 26.09.2019, 31.10.2019 und 28.11.2019

Leitungsteam: Linde Weiland, Jutta Rahn und Gudula Danzer

Veranstaltungsort: Frauenzentrum, Schlosstraße 12, 36037 Fulda

Interessierte sind jederzeit herzlich willkommen.

Frauen und Filme

Erster Termin: Mittwoch, 23. Oktober 2019, 19:00 Uhr

Frauen und ihre Lieblingsfilme

In dieser neuen Gruppe stellen wir uns gegenseitig unsere Lieblingsfilme vor, was uns daran gefällt, berührt und ihn für uns besonders sehenswert macht.

Gemeinsam entscheiden wir, welcher Film für das nächst Treffen ausgesucht wird.

Termine: werden beim ersten Treffen festgelegt

Ansprechpartnerinnen: Hildegard Hast und Gabriele Wolf

Kontakt unter:
hildegard.hast@freenet.de oder
hereswolf@web.de

Veranstaltungsort: Frauenzentrum, Schloßstraße 12, 36037 Fulda

Bei Interesse an einer Teilnahme sind sie herzlich eingeladen, Kontakt aufzunehmen. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

FÖRDERVEREIN FRAUENZENTRUM E.V.

STELLT SICH VOR

Die Gründung fand am 4. Dezember 2001 statt im Hinblick auf das neu eingerichtete Frauenzentrum der Stadt Fulda, welches dann im Januar 2002 eröffnet wurde.

Aufgaben und Ziele des Fördervereins sind das Frauenzentrum als „Zentralen Ort für Frauen“ unter folgenden Aspekten zu fördern: interessierten Frauen die Möglichkeit bieten, sich zu informieren, zu lernen, in Kontakt zu anderen treten und Netzwerke zu knüpfen. Wir möchten Bewusstsein schaffen für Zusammenhänge von Bildung, Kultur, Gesundheit, Sozialem, Wirtschaft und Finanzen sowie eine Basis sein, um die hier erworbenen Erkenntnisse gesellschaftspolitisch wirksam werden zu lassen.

Beitrittserklärungen und Satzung sind erhältlich im Frauenbüro und im Frauenzentrum. Der Jahresbeitrag beträgt 50,- €. Eine Ermäßigung ist auf Anfrage möglich.

Zum Vorstand gehören die Vorsitzende Beate Kann, die Kassiererin Beate Fischer, die Schriftführerin Gabriele Wolf sowie die Beisitzerin Petra Herchenröder. Die Leiterin des städtischen Frauenbüros, Katharina Roßbach und ihre Stellvertreterin, Coriena Krönung, sind qua Amt Mitglied des Vorstands.

Erreichbar ist der Förderverein unter:

foerderverein@frauenzentrum-fulda.de oder über das Frauenbüro der Stadt Fulda.

Spendenkonto: Sparkasse Fulda, Konto-Nr.: 40307, BLZ: 530 501 80

IBAN: DE41 5305 0180 0000 0403 07, BIC: HELADEF1FDS

DER AUFTRAG DES FRAUENBÜROS

Das Frauenbüro der Stadt Fulda hat den gesetzlichen Auftrag, sich für das Verfassungsgebot der Gleichberechtigung von Frauen und Männern nach Artikel 3 des Grundgesetzes einzusetzen.

Wir engagieren uns als Interessenvertretung innerhalb und außerhalb der Stadtverwaltung (interne und externe Aufgaben). Die gesetzliche Arbeitsgrundlage befindet sich im Hessischen Gleichberechtigungsgesetz (HGIG) und in der Hessischen Gemeindeordnung (HGO).

Externe Aufgaben des Frauenbüros

- Vertretung von Fraueninteressen bei kommunalen Planungen und in öffentlichen Gremien
- Beratung zur Verbesserung der sozialen und beruflichen Situation von Frauen und Mädchen
- Allgemeine Beratung zu Gleichberechtigungs- und Genderfragen von Bürgerinnen und Bürgern
- Öffentlichkeitsarbeit und Bewusstseinsbildung zum Thema Gleichberechtigung und Gender-Mainstreaming
- Förderung und Durchführung von frauenpolitischen Projekten wie z. B. der Fuldaer Frauenwoche
- Netzwerkarbeit mit frauenpolitisch wichtigen Gruppen auf örtlicher, hessen- und bundesweiter Ebene

VERWALTUNG DES FRAUENZENTRUMS

Organisation und Planung für das Frauenzentrum obliegt dem städtischen Frauenbüro. Das Zentrum ist nur zu den Veranstaltungszeiten geöffnet.

Ansprechpartnerinnen für das Frauenzentrum:

Montag – Donnerstag von 8:30 - 16:00 Uhr
und Freitag von 8:30 - 13:00 Uhr

TELEFON: 0661 102 1040 Katharina Roßbach

(Frauen- und Gleichstellungsbeauftragte)

0661 102-1042 Coriena Krönung (Stellvertretende Frauenbeauftragte)

0661 102-1043 Michaela Busch (Mitarbeiterin Frauenbüro)

FAX: 0661 102-2042

E-MAIL: frauenbuero@fulda.de

Vorschläge und Angebote für die Veranstaltungen im Programmheft Januar – Juni 2020 müssen spätestens bis **15. November 2019** im Frauenbüro eingegangen sein.

Möchten Sie als Frauengruppe das Frauenzentrum nutzen, dann können Sie sich ebenfalls im Frauenbüro melden!



Empfänger:

Frauenbüro der Stadt Fulda
Schlossstraße 4 - 6
36037 Fulda

ANMELDUNGEN

Ist eine Anmeldung laut Ausschreibungstext beim Frauenbüro der Stadt Fulda erforderlich, so bitten wir dies schriftlich per E-Mail, Fax oder auf dem Postweg zu erledigen.

Für Seminare und Workshops gilt eine Absagefrist bis zu einer Woche vor Veranstaltungsbeginn. Danach wird bei einer Absage oder Nichtteilnahme der volle Teilnahmebeitrag fällig, falls keine Ersatzteilnehmerin durch Sie gefunden wird.

Sollte das Seminar beispielsweise mangels Teilnehmerinnenanzahl nicht stattfinden können, werden wir Sie rechtzeitig informieren.

ANMELDUNG

Mit meiner verbindlichen Anmeldung willige ich ein, dass meine angegebenen Daten für die Dauer und zum Zwecke der Anmeldung vom Frauenbüro der Stadt Fulda gespeichert werden. Weiterführende Informationen erhalten Sie unter: <https://www.fulda.de/datenschutz/>

Seminar / Workshop:

Termin:

Teilnahmebeitrag:

Name, Vorname:

Straße:

PLZ, Ort:

Telefon (Festnetz und Handy):

E-Mail-Adresse:

Datum und Unterschrift:



BEITRITTSERKLÄRUNG FÖRDERVEREIN FRAUENZENTRUM E. V.

Ich erkläre hiermit meinen Beitritt zum Förderverein Frauenzentrum e. V.
Der Mitgliedsbeitrag beträgt 50,- € im Jahr. Mit meiner Unterschrift willige ich ein,
dass meine angegebenen Daten für die Dauer und zum Zwecke der Mitgliedschaft
vom Förderverein Frauenzentrum e. V. gespeichert werden.

Name, Vorname:

Straße:

PLZ, Ort:

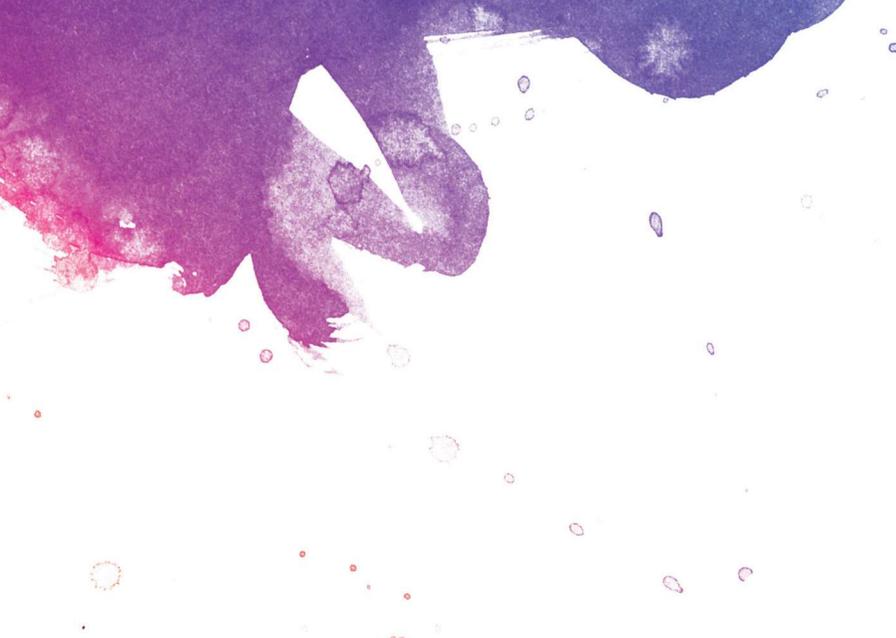
Telefon:

E-Mail-Adresse:

Datum und Unterschrift:

Empfänger:

Förderverein Frauenzentrum e. V.
c/o Frauenbüro der Stadt Fulda
Schlossstraße 4 - 6
36037 Fulda



IMPRESSUM



FRAUENBÜRO

HERAUSGEBER:

Magistrat der Stadt Fulda
- Frauenbüro -
Palais Altenstein
Schlossstraße 4 - 6
36037 Fulda
TEL.: 0661 102-1040, -1042 oder -1043
FAX: 0661 102-2042
E-MAIL: frauenbuero@fulda.de

REDAKTION:

Coriena Krönung und Michaela Busch

GESTALTUNG UND SATZ: Coriena Krönung und Michaela Busch

FRAUENZENTRUM FULDA

(gegenüber dem Schlosstheater Fulda)
1. Stock (kein Aufzug vorhanden)
Schlossstraße 12
36037 Fulda



FRAUENBÜRO FULDA

KONTAKT:

Katharina Roßbach
Frauen- und Gleichstellungsbeauftragte
Coriena Krönung
Stellvertretende Frauenbeauftragte
Michaela Busch
Mitarbeiterin im Frauenbüro

SO ERREICHEN SIE UNS:

Magistrat der Stadt Fulda
- Frauenbüro -
Palais Altenstein
Schlossstraße 4 - 6
36037 Fulda
TEL.: 0661 102-1040, -1042 oder -1043
FAX: 0661 102-2042
E-MAIL: frauenbuero@fulda.de
www.frauenbuero-fulda.de

