



PROGRAMMÜBERSICHT

SEPTEMBER BIS DEZEMBER

2021

Frauenbüro der Stadt Fulda und
Förderverein Frauenzentrum e. V.



Fit für den Wiedereinstieg ins Berufsleben

Telefonische Einzelberatung

Termin: Dienstag, 07.09.2021

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

Weiterer Termin: 02.11.2021

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

Veranstalter: Frauenbüro der Stadt Fulda

Einzelberatungstermine können Sie im Frauenbüro unter der Telefonnummer: 0661 102-1042 vereinbaren. Die Beratung ist kostenlos.

Spaziergang: „Breathwalk“

Präsenzveranstaltung

Termin: Dienstag, 14.09.2021, 17:30 – 18:30 Uhr

Yogalehrerin Annette Frankholz wird mit einer Kombination aus flottem Gehen, geführtem Atem, Dehnübungen und Meditation für die Vitalität der Teilnehmerinnen sorgen.

Weiterer Termin: 21.09.2021, 17:30 – 18:30 Uhr

Veranstalter: Förderverein Frauenzentrum e. V.

Teilnahmebeitrag: 3,- €

Treffpunkt: Oberer Eingang zum Friedhof am Frauenberg, gegenüber der Auffahrt zum Franziskanerkloster.

Verbindliche Anmeldung unter Angabe Ihrer vollständigen Kontaktdaten bis zum 13.09.2021 per E-Mail über: foerderverein@frauenzentrum-fulda.de

Aufwachsen in mehreren Kulturen – „Third Culture Kids“ Was bedeutet das?

Interaktiver Online-Vortrag im Rahmen der Interkulturellen Woche 2021

Termin: Mittwoch, 22.09.2021, 18:00 – 19:30 Uhr

In diesem interaktiven Fachvortrag erhalten Sie Einblicke in das Leben von Kindern und Jugendlichen, die in mehreren Kulturen aufgewachsen sind beziehungsweise leben.

Referentin: Nil Esra Dağistan, Business & Culture Coach, Migrationsspezialistin, Wiesbaden

Veranstalter: Frauenbüro der Stadt Fulda in Kooperation mit dem Büro für Staatsbürgerliche Frauenarbeit e. V.

Link und Anmeldung zum Online-Angebot:

<https://attendee.gototraining.com/r/1684799675239872257>

Die Anmeldung erfolgt bis 21. September 2021 über den oben angegebenen Link. Die Veranstaltung ist kostenlos.

Job und Familie – Herausforderung Care-Arbeit

Online-Veranstaltung

Termin: Dienstag, 05.10.2021, 18:00 – 19:30 Uhr

Wie können Frauen die Mehrfachbelastung von Beruf und Care-Arbeit gesund bewältigen? Die Veranstaltung zeigt Möglichkeiten für eine gesunde Work-Life-Family-Balance auf.

Referentin: Manuela Brehmen, Gesundheitswissenschaftlerin (M.Sc), Fachkraft für Arbeitssicherheit und Yogalehrerin, Kirchhain

Veranstalter: Frauenbüro der Stadt Fulda in Kooperation mit dem Büro für Staatsbürgerliche Frauenarbeit e. V.

Link und Anmeldung zum Online-Angebot:

<https://attendee.gototraining.com/r/987751085137319169>

Die Anmeldung erfolgt bis 4. Oktober 2021 über den oben angegebenen Link.

Die Veranstaltung ist kostenlos.

Märchenlesung: „Feuer und Wasser sind zwei gute Diener, aber schlimme Herren“

Präsenzveranstaltung (Änderungen sind aufgrund der Corona-Pandemie möglich)

Termin: Dienstag, 12.10.2021, 19:00 Uhr – 20:30 Uhr

Christine Osafo und Martina Fuchs erzählen mehr oder weniger bekannte Volksmärchen zum Thema „Feuer“, eines unserer elementaren Lebensgrundlagen.

Veranstalter: Förderverein Frauenzentrum e. V.

Teilnahmebeitrag: 5,- €

Veranstaltungsort: Palais Altenstein, Rokokosaal, Schlossstraße 4 – 6, 36037 Fulda
Verbindliche Anmeldung unter Angabe Ihrer vollständigen Kontaktdaten bis zum 11.10.2021 per E-Mail über: foerderverein@frauenzentrum-fulda.de

Warum es sich lohnt zu Bloggen

Online-Veranstaltung

Termin: Dienstag, 02.11.2021, 17:00 – 18:30 Uhr

In diesem Online-Vortrag erfahren Sie, was einen guten Blog ausmacht und wie er sich von einem Blogartikel unterscheidet. Außerdem lernen Sie, wie Sie einen Blog starten und Ihre Blogposts schreiben können.

Referentin: Dominika Rotthaler, Bloggerin und Social-Media-Beraterin, Bad Vilbel

Veranstalter: Förderverein Frauenzentrum e. V. in Kooperation mit dem Büro für Staatsbürgerliche Frauenarbeit e. V.

Link und Anmeldung zum Online-Angebot:

<https://attendee.gototraining.com/r/2770292530915450114>

Die Anmeldung erfolgt bis 1. November 2021 über den oben angegebenen Link. Die Veranstaltung ist kostenlos.

Atmen – Aufladen – Loslegen

Online-Veranstaltung

Termin: Dienstag, 09.11.2021, 18:00 – 19:30 Uhr

Wir brauchen im Alltag eine Menge Energie, da wir häufig das Management für Familie, unseren Job und unsere eigenen Bedürfnisse übernehmen müssen. Sie lernen in diesem Online-Seminar bewusstes Wahrnehmen, identifizieren Ihre persönlichen Energieräuber und erfahren, wie Sie diese in Energiequellen umwandeln können.

Referentin: Kathrin Laborda, Autorin, Teamcoach, Bewusstseinstrainerin, Hofheim a. T.

Veranstalter: Frauenbüro der Stadt Fulda in Kooperation mit dem Büro für Staatsbürgerliche Frauenarbeit e. V.

Link und Anmeldung zum Online-Angebot:

<https://attendee.gototraining.com/r/7992416409279539969>

Die Anmeldung erfolgt bis 8. November 2021 über den oben angegebenen Link. Die Veranstaltung ist kostenlos.

„Mit mir nicht!“ – Selbstbehauptung für Frauen

Präsenzveranstaltung (Änderungen sind aufgrund der Corona-Pandemie möglich)

Termin: Samstag, 27.11.2021, 10:00 – 16:00 Uhr

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.

Referenten: Herbert Hohmann, Trainer in 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 unter Angabe Ihrer vollständigen Kontaktdaten bis zum 24.11.2021 per E-Mail über: frauenbuero@fulda.de

Ausführliche Informationen zu den Veranstaltungen erhalten Sie unter: www.fulda.de/unsere-stadt/frauen/veranstaltungen.html

Kontakt:

Frauenbüro der Stadt Fulda

Palais Altenstein

Schlossstraße 4 - 6

36037 Fulda

Tel.: 0661 102-1042

E-Mail: frauenbuero@fulda.de

www.frauenbuero-fulda.de

