

## Regelmäßige Gruppenangebote im Frauenzentrum

### 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  
jeden Monat wird ein feministisches Buch gelesen und anhand von Leitfragen gemeinsam besprochen  
Leitung: Mila Buntins, Josefin Moll  
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

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

#### Frauenbüro der Stadt Fulda

Magistrat der Stadt Fulda  
Palais Altenstein, Zimmer B 009  
Schlossstraße 4 - 6  
36037 Fulda

Katharina Roßbach  
Frauen- und Gleichstellungsbeauftragte  
Celine Grosch  
stellvertretende Frauenbeauftragte

Tel.: 0661 102-1040/-1042  
E-Mail: frauenbuero@fulda.de  
www.frauenbuero-fulda.de

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

# Frauenzentrum

zentraler Ort  
für Frauen

Begegnung - Bildung -  
Netzwerk

Programm  
Juli bis Dezember 2024



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

**Samstag, 31. August 2024, 10 - 15 Uhr**  
**Workshop "Auf der Suche nach Sinn - Impulse aus der Logotherapie nach Viktor Frankl"**

Im Mittelpunkt steht der Sinn des eigenen Lebens im Hier und Jetzt. Neben einführenden Kurzvorträgen wird es praktische Übungen und Zeit für Austausch geben.

Referentinnen: Edibe Hertel, Dr. Doris Schüler  
Ort: Frauenzentrum, Schlosstr. 12, Fulda  
Anmeldung: edibe.hertel@t-online.de,  
0661 9525226

**Dienstag, 3. September 2024, 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, Schlosstr. 12, Fulda  
Anmeldung: www.frauenbuero-fulda.de

**Samstag, 7. September 2024, 10 - 17 Uhr**  
**Workshop "Kleine Veränderung - große Wirkung, mit kleinen Impulsen in der Kommunikation viel erreichen"**

Der Workshop gibt Ihnen Impulse für eine geschickte und Chancen eröffnende Gesprächsführung - privat wie beruflich. Er thematisiert den Umgang mit Widerständen, "Killerphrasen" und zeigt auf, wie aus Vorwürfen Wünsche werden.

Referentin: Dr. Andrea Fink-Jacob (BüroF)  
Ort: Frauenzentrum, Schlosstr. 12, Fulda  
Anmeldung: www.frauenbuero-fulda.de  
Teilnahmebeitrag: 35 €

**Donnerstag, 19. September 2024, 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, Fulda

**Freitag, 20. September 2024, 15 - 16 Uhr**  
**Führung "Handlung als Skulptur - Lygia Clark und Franz Erhard Walther"**

Führung durch die aktuelle Ausstellung mit besonderem Augenmerk auf der brasilianischen Künstlerin Lygia Clark. Mit ihrem partizipativen und sinnlichen Ansatz ist sie eine der wegweisenden Künstlerinnen des 20. Jahrhunderts.

Referentin: Lea Sporer  
Ort: vor Villa Franz Erhard Walther, Paulustor 4  
Anmeldung: www.frauenbuero-fulda.de  
Teilnahmebeitrag: 5 €

**Freitag, 27. September 2024, 17 - 18:30 Uhr**  
**Führung "Die Türmerin" (Kostümführung)**

Pauline Schäfer lebte einst mit ihren 14 Kindern in der Wohnung im Südturm der Stadtpfarrkirche. In der Führung wird das nahe Umfeld der Kirche erkundet. Man erfährt Geschichten und allerhand Wissenswertes über die Fuldaer Innenstadt. Eine Turmbe-sichtigung ist nicht möglich.

Referentin: Petra Sorg  
Ort: wird bei Anmeldung bekannt gegeben  
Anmeldung: www.frauenbuero-fulda.de  
Teilnahmebeitrag: 5 €

**Samstag, 5. Oktober 2024, 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 bekannt gegeben  
Anmeldung: www.frauenbuero-fulda.de  
Teilnahmebeitrag: 5 € (wird an ein Frauenprojekt von SI gespendet)

**Dienstag, 8. Oktober 2024, 17 - 19 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 historischen Akten besonders ausführlich dokumentiert. Anhand eines Stadtrundganges sind die letzten Stationen ihres Lebens heute noch nachvollziehbar.

Ort: wird bei Anmeldung bekannt gegeben  
Leitung: Petra Sorg  
Anmeldung: www.frauenbuero-fulda.de  
Teilnahmebeitrag: 5 €

**Mittwoch, 9. Oktober 2024, 19:30 - 21 Uhr**  
**Astronomischer Spaziergang in der Stadt Fulda**

Sie erfahren mehr über Deutschlands erste Sternstadt, 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 bekannt gegeben  
Anmeldung: www.frauenbuero-fulda.de

**Dienstag, 5. November 2024, 9 - 12 Uhr**  
**Fit für den Wiedereinstieg ins Berufsleben**

Informationen siehe 3. September

**Dienstag, 5. November, 15 - 17 Uhr**  
**Integrations-Rallye**

Das Angebot richtet sich an Frauen mit Migrations- und Fluchtgeschichte. Thematisiert wird der Bereich Familie und Kinder.

Ort: Frauenzentrum, Schlosstr. 12, Fulda  
Anmeldung: vielfalt@fulda.de

**Freitag, 8. November 2024, 15 - 19 Uhr**  
**Workshop "Atmen - Aufladen - Loslegen: Wie Sie Stress im Alltag souverän meistern können"**

Dieses Seminar richtet sich an Frauen, die weniger Stress und mehr Energie sowie Achtsamkeit und Gesundheit künftig bewusster in ihr Leben integrieren wollen.

Referentin: Kathrin Laborda (BüroF)  
Ort: Frauenzentrum, Schlosstr. 12, Fulda  
Anmeldung: www.frauenbuero-fulda.de  
Teilnahmebeitrag: 15 €

**Samstag, 23. November 2024, 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.

Ort: Bürgerhaus Haimbach, Hirschweg 17, Fulda  
Referenten: Ulrike Vogler, Herbert Hohmann  
Anmeldung: www.frauenbuero-fulda.de  
Teilnahmebeitrag: 35 €

**Mittwoch, 4. Dezember 2024, 18 - 19:30 Uhr**  
**Online-Vortrag "Zeige was du kannst - Selbstbewusstsein als Schlüssel zum Erfolg"**

Sie werden dabei unterstützt, eigene Stärken, aber auch innere Blockaden zu erkennen, mehr an sich selbst zu glauben und sich zu trauen, Herausforderungen anzugehen.

Referentin: Tessa Koschig (BüroF)  
Anmeldung: www.frauenbuero-fulda.de

ausführlichere Beschreibungen  
finden Sie unter:  
[www.frauenbuero-fulda.de](http://www.frauenbuero-fulda.de)

