

# Gesundheitsprogramm



Freitag | 13.03.09 | 19.00-21.00 Uhr

## „Nixenfest“

Wasser Shiatsu für Mütter und Töchter – ein gegenseitiges Schenken. In 35°C warmen Wasser schwerelos schweben und buchstäblich auf Händen getragen werden.

Luna P. Wessels | Wasser Shiatsu Practitioner IAKA® | Hildesheim 40 Euro pro Paar | Tel (05137) 81 47 41 | [www.praxis-luna.de](http://www.praxis-luna.de)

Samstag/Sonntag | 14./15.03.09 | 10.00-18.00 Uhr

## „Lotusblüten Qigong und Innere Alchemie der Frau“ Spezielles Qigong zur Stärkung der weiblichen Kräfte

Marion Kellner | Psychokörpertherapeutin (HP) und Qigonglehrerin Praxis Großburgwedel | Sa u. So 120 Euro | Tel (0511) 866 79 604

Sonntag 15.03.09 | 15.00-17.00 Uhr

„Lippenbekenntnisse – dem Flüstern der Lippen lauschen“  
Ein Schreibworkshop für Frauen  
Was wollen sie ausdrücken? Welche Weisheit höre ich, wenn ich ihnen lausche? Flüstern mir meine Lippen eine neue Idee ins Herz?

Delia Weber | Systemische Familientherapeutin | 20 Euro  
Tel (0152) 24 20 20 81 | [ulrikeweberin@freenet.de](mailto:ulrikeweberin@freenet.de)



Montag | 16.03.09 | 18.00-20.00 Uhr

## „Bauchtanz Miniworkshop“

Bauchtanz ist gelebte Lust – am eigenen Körper, am Rhythmus der Musik, am spielerischen Ausdruck der eigenen Weiblichkeit und Sinnlichkeit, am Zusammensein mit anderen Frauen.

Bea Kleine-Wolf | Tanzpädagogin  
Stimmforum Bahnhofstrasse (Sparkasse) | 10 Euro | Tel (05042) 89 114

Dienstag | 17.03.09 | 9.30-11.00 u. 18.20-19.50 Uhr

## „Körper als Heimat“ – Bodybliss

Das sinnliche Körpertraining, mal ruhig und sanft, mal ausgelassen und dynamisch.

Anna Oppermann | Dipl. Sozialpädagogin, Tanzpädagogin HKiT®  
Bürgerschule Nordstadt | kostenlose Schnupperstunde | Tel (0511) 920 55 00  
[www.annaoppermann.de](http://www.annaoppermann.de)

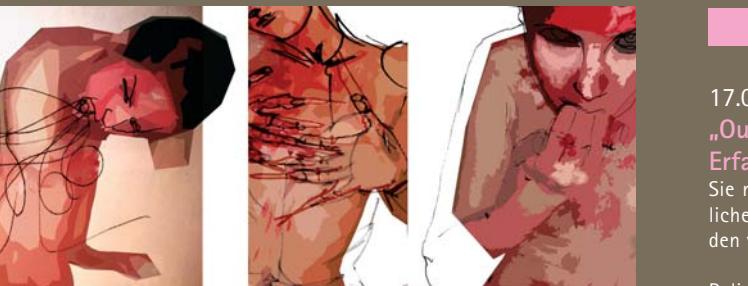
Mittwoch | 18.03.09 | 18.00-20.00 Uhr

## „Fließende Weiblichkeit“

### Worte und Bewegung – ein Schnupperabend

Tamara spricht zu diesem Thema und schafft einen Raum, der einlädt, mit Musik und Bewegung diesen Aspekt zu erfahren.

Gabriele T. Danko | Spirituelle Heilarbeit, Dipl.-Pädagogin, HP Psychotherapie 15 Euro | Anmeldung: [www.praxis-luna.de](http://www.praxis-luna.de) | Tel (05137) 81 47 41



Donnerstag | 19.03.09 | 19.30-22.30 Uhr

## „Das heilige Tor“

### Ritualworkshop – Tönen, Tanzen, Gestalten

Sich von der roten Kraft der Yoni berühren und bewegen lassen.

Gaby Ranis | Pavillon | in der Ausstellung von Grit Scholz | 35 Euro  
Tel (0511) 700 30 297

Freitag | 20.03.09

18.00 – 21.30 Uhr

## „Körper als Heimat“ – Bodybliss

Das etwas anderes Beckenbodentraining, sinnlich – fließend – weiblich. Körperglück (engl. bodybliss) kommt auf leisen Pfoten, wenn der Geist entspannt, der Atem gelöst und die Wahrnehmung voll innerer Zärtlichkeit ist.

Anna Oppermann | Bürgerschule Nordstadt | 28 Euro  
Tel (0511) 920 55 00 | [www.annaoppermann.de](http://www.annaoppermann.de)



10.00 – 18.00 Uhr | Freitag u. Samstag

## „Weg zur Quelle der göttlichen Mutter“ – Seminar

Eine Einweihung und Schulung in die Aspekte der göttlichen Weiblichkeit. Der erste Schlüssel – Eröffnung des Weges, der in höchstem Maße ermächtigt in die eigene Kraft und Schönheit einzutreten. Gespeist aus der Quelle wird die Einheit des Seins erfahrbar.

Gabriele T. Danko | Akademie Lebenswert | Im Bruch Kampe 8  
Hannover-Davenstedt | 220 Euro | Tel (07162) 94 26 26

Samstag | 21.03.09

17.00 – 19.00 Uhr

## „Our magic tools – unsere Brüste“

### Erfahrungsraum für Frauen

Sie nähren das Leben, sie bereiten uns sinnliche Freuden, sie sind wesentlicher Ausdruck unseres Frauseins. In diesen Erfahrungsraum lade ich ein, den vielfältigen Gefühlen und Geheimnissen unserer Brüste zu begegnen.

Delia Weber | 20 Euro | Tel (0152) 24 20 20 81 | [ulrikeweberin@freenet.de](mailto:ulrikeweberin@freenet.de)

15.00 Uhr | offenes Ende

## „Vom Mädchen zur Frau“ – Schwitzhütten-Zeremonie

In der indianischen Tradition feiern wir den Abschied von der Zeit des Mädchens und begrüßen die noch unbekannte Welt der Frau.

Brigitte Brückner und Team | Künstlerin und TERRApeutin  
Schwitzhüttenplatz in der Natur, Dörpe/Springe | 33 Euro

Sonntag | 22.03.09 | 11.00-18.00 Uhr

## Workshop – „Eine Reise durch den Zyklus“

Dieser Workshop hat das Ziel, über Musik, Bilder und Texte in die biologischen Zusammenhänge des Zyklusgeschehens einzuführen. Für alle Altersklassen.

Luna P. Wessels | Frauengesundheitsberaterin NFP, Heilerin  
VHS Letter | Bgm.-Röber-Platz 1 | 29 Euro | Anmeldung: VHS Calenberger Land  
Tel (0511) 400 498 10 oder [www.praxis-luna.de](http://www.praxis-luna.de)



### Lindia e.V. für Gesundheit und Lebensfreude

Lindia e.V. ist ein gemeinnütziger Verein für Gesundheit und Lebensfreude aus Hannover. Ziel des Vereins ist es, Gesundheit als kostbares Gut zu vermitteln und das Wissen um ein gesundes Leben und ganzheitliche Heilmethoden jedem Menschen zur Verfügung zu stellen. Der Verein hat sich die Definition eines bekannten griechischen Homöopathen zu eigen gemacht:

„Gesundheit ist die Freiheit zu einer uneingeschränkt kreativen, sich und andere beglückende Lebensgestaltung“. (Georges Vitoukas)

Daher liegt es nahe, dass der Verein Lindia e.V. auch in der Präsentation von Gesundheitsthemen neue Wege beschreitet, und Kunst und Kultur als ein Medium sieht, diese anders zu vermitteln. Das interdisziplinäre Netzwerk von Lindia e.V. vereint Fachleute mit unterschiedlichen Kompetenzen aus Gesundheit und Kultur und bietet mit Vorträgen, Seminaren und Workshops Bildungsangebote, deren Ausrichtung präventiv und nachhaltig ist und der Gesundheitspolitik der Agenda 21 entspricht.



### Impressum

#### Veranstalter

Lindia e.V. für Gesundheit und Lebensfreude | [www.lindia-hannover.de](http://www.lindia-hannover.de)  
Projektgruppe | Rosemarie Anton, Gaby Ranis, Luna Wessels, Rosie Wetzel  
Gesundheitsprogramm | Luna Wessels  
Projektleitung | Rosie Wetzel  
Artwork | Gruppe V-Modegeflüster, FHH | Grit Scholz  
Layout | [www.valeska-jakobowicz.de](http://www.valeska-jakobowicz.de)



Ausstellungen  
Vorträge  
Lesungen  
Workshops  
Filme  
Talkrunde

13.03. - 22.03.2009  
in Hannover

# LIPPENGEFLÜSTER

Weibliche Sexualität in Kunst, Kultur und Gesundheit

Die weiblichen Genitalien stehen im Mittelpunkt einer mutigen und bunten Veranstaltungsreihe, die vom 13. bis zum 22. März erstmals in Hannover stattfindet. Rund um die prämierte Fotoausstellung "Das Tor ins Leben" von Grit Scholz findet in einem umfangreichen Rahmenprogramm noch jede Menge "Lippengeflüster" statt. Auf Initiative des Vereins Lindia e.V., Verein für Gesundheit und Lebensfreude, können Besucherinnen darüber hinaus auch selbst aktiv werden und mit diskutieren, malen, tanzen, schreiben und eine Schwitzhütten-Zeremonie machen.

Das vorliegende Programm gibt in aller Kürze die Angebote wieder. Näheres zu den einzelnen Veranstaltungen ist über die Homepage des Veranstalters [www.lindia-hannover.de](http://www.lindia-hannover.de) zu erfahren. Für weitere Fragen und die Anmeldung wenden Sie sich bitte direkt an die jeweilige Referentin.



## Kunst- und Kulturprogramm

Dienstag | 17.03.09 | 19.00 Uhr | Pavillon

Vorstellung des Projektes „Lippengeflüster“ und Eröffnung der Ausstellungen

### „Projekt V – Modegeflüster“ – Arbeiten der FHH

Die Ausstellung zeigt Arbeiten von Studentinnen des Studiengangs Modedesign der FHH, die für das Projekt zum Thema weibliche Sexualität ausgearbeitet wurden. Jenseits des Klischees des „Verhüllens“ sind individuelle, grafische Erkundungen vom Comic über Malerei und Siebdruck bis hin zum Eigenexperiment und filmischen Umsetzungen entstanden.

### „Das Tor ins Leben“ – Fotos von Grit Scholz

Grit Scholz zeigt in dieser Ausstellung großformatige Fotos von Vaginas aus ihrem gleichnamigen Fotoband. Ihre einfühlsamen Aufnahmen unter künstlerischer Einbeziehung von Naturbildern sowie ihre Fotomontagen sind nicht pornographisch, medizinisch oder voyeuristisch. Die Betrachtung der Bilder ist für die meisten Menschen eine emotionale Herausforderung. Die Ausstellung war zwei mal in Berlin zu sehen, die Diashow dazu wurde bereits in vielen Städten Deutschlands sowie in Wien und Zürich gezeigt. „Mir geht es um Transparenz, Offenheit und Wahrhaftigkeit. Ich möchte einladen, dahinter zu schauen und den Mut zu haben, anders zu denken und zu fühlen.“ (Grit Scholz) Für ihren Mut und ihre außergewöhnliche Recherche erhielt Grit Scholz den Visionenpreis 2008 der Fachmesse „Harmony World“ in Baden Baden.



Mittwoch | 18.03.09 | 19.30 Uhr | Pavillon | Raum 8

### „Weibliche Genitalien – so habe ich die noch nie gesehen“ Vortrag und Diashow zum Buch "Das Tor ins Leben"

Sollten Frauen, Kinder, Jugendliche und Männer wissen, wie unterschiedlich und einzigartig die Vaginas der Frauen aussehen? Grit Scholz sagt "Ja, das sollten sie." Sie berichtet hier über die Hintergründe, wie und warum ihr Bilderbuch entstanden ist, und zeigt anhand einer Diashow Bilder aus ihrem Buch. Themen wie Schöhnheitschirurgie, Designer-Vaginas, Beschneidung, Verstümmelung und Trends von Kultur und Gesellschaft werden zur Sprache kommen. Im Anschluss besteht die Möglichkeit, Fragen zu stellen. Dauer des Vortrags ca. 90 Min.

Donnerstag | 19.03.09 | 19.30 Uhr

### Erotischer Salon | „Lustvolle weibliche Sexualität“

Hier erwartet die weiblichen Gäste ein Überraschungsabend der besonderen Art. Gundula Schildhauer, Inhaberin der Liebabereien, eines über Hannover hinaus bekannten Fachgeschäfts für Erotisches, lädt ein und entführt Sie in eine aufregend, sinnliche Welt. Entdecken Sie Neues, lassen Sie sich beraten und tauschen Sie sich aus.

Liebabereien | Knochenhauerstraße 5 | 5 Euro inkl. Getränke  
Karten nur im VVK bei Liebabereien | Tel (0511) 473 99 74

Freitag | 20.03.09 | 19.30 Uhr | Pavillon

### Theaterwerkstatt Hannover | Lesung

#### „Vagina-Monologe“

Die Theaterwerkstatt Hannover präsentiert eine Lesung mit Auszügen aus den „Vagina-Monologen“ von Eve Ensler. Inspiriert durch über 200 Interviews hat die amerikanische Theaterautorin ein weltweit vielbeachtetes Stück entwickelt, das Frauen selbst sprechen lässt. Die theatraleische Umsetzung der Theaterwerkstatt war viele Jahre ein Dauerbrenner. Im Anschluss haben Besucherinnen und Besucher bis 22.00 Uhr Gelegenheit, die beiden Ausstellungen „Das Tor ins Leben“ und „Gruppe V – Modegeflüster“ zu besuchen.

Samstag | 21.03.09

10.00 – 16.00 Uhr | Tanzworkshop

#### „Ich bin eine Narzisse von Sharon, eine Lilie der Täler...“

Tanze deine Weiblichkeit! Wie nehme ich meine Weiblichkeit wahr? Wie bewege ich mich als Frau? Wie fühlt sich mein Tanz an, wenn er vom Becken, meinem Schoß ausgeht. Eingeladen sind Frauen verschiedener Kulturen und Generationen, die mit Neugierde, Offenheit und Lust am Bewegen mit anderen Frauen ihre Weiblichkeit tanzen wollen. Rosemarie Anton arbeitet nach der Methode der Danexpressie, ... „den Körper mitsamt der Seele zu bewegen“. Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Maximal 16 Frauen.

Anmeldung | Rosemarie Anton | Tel (0511) 27 123 35  
55 Euro | 48 Euro erm. | Kontaktstelle | Große Döhnelstr. 48

11.00 – 18.00 Uhr | workshop hannover

#### „Frau und Mythos“

#### Malen zum Thema Körperbilder, Frauenbilder

Der Workshop soll eine kreative Spurensuche sein, eine Einladung zum Nachstellen und Nachspüren mythologischer Frauengestalten. Mithilfe von Texten setzen die Teilnehmerinnen ihr individuelles, für sie stimmiges Bild vom Frausein malerisch um. Benutzt werden Acrylfarben und farbige Kreiden. Für die teilnehmenden Frauen bietet sich außerdem die Möglichkeit, sich von den Ausstellungen: „Das Tor ins Leben“ und „Gruppe V – Modegeflüster“ inspirieren zu lassen. Maximal 10 Frauen.

Anmeldung | workshop hannover e.v. | Tel (0511) 34 47 11  
40 Euro | 28 Euro erm. + Materialkosten ca. 15-20 Euro

Kursleitung | Anne Brömmle



Samstag/Sonntag | 21./22.03.09 | 11.00-16.00 Uhr

#### „Gesänge aus dem Schoß“

Die Vagina als Ort des Wachsens und Gebärens, der Kraft, des Blutes, im Zyklus des Werdens und Vergehens. Mit diesen und weiteren Aspekten werden wir mit Atem- und Körperübungen beginnend die Stimme in all ihrer Farbigkeit erkunden und auf die Suche gehen nach dem eigenen weiblichen Ausdruck. Die Teilnehmerinnen sollen ein Lied oder einen Text mitbringen, das oder den sie unter dem Aspekt ihrer Weiblichkeit während des Wochenendes erarbeiten. Anne Heeg arbeitet nach der Methode des Roy Hart Theaters. Maximal 10-12 Frauen.

Anmeldung | Rosemarie Anton | Tel (0511) 27 123 35 | 75 Euro  
Etage2 | Edwin-Oppler-Weg 5 | Nordstadt | Kursleitung | Anne Heeg

Sonntag | 22.03.09

11.00 Uhr | Apollo-Kino | Linden

#### Film-Matinee

#### „Die Achsel“

Pflegehinweise von Vera B. Heute: Die Achsel. Wie kann eine Achsel noch schöner werden? Dieser Frage geht die bildende Künstlerin Vera Burmester in ihrem ersten Kurzfilm nach und gibt praktische Hinweise, um dieser bisher vernachlässigten Körperregion die gebührende Beachtung zu gewähren.

#### „Wolke 9“

In seinem neuen Film thematisiert Andreas Dresen ein Thema, das einerseits nah am Puls der Zeit und andererseits immer noch mit einem Tabu behaftet ist - Liebe und Sexualität im Alter. Inge und Werner sind schon seit langem ein Paar, sie ist Mitte Sechzig, er jenseits der Siebzig. Die Ehe und das Leben miteinander sind ein wenig eingerostet, aber was will man nach so vielen Jahren noch erwarten. Doch dann passiert es: Inge trifft den 76-jährigen Karl und verliebt sich in ihn. Und mehr noch: Sie gibt diesen Gefühlen nach, lässt sich treiben, verhält sich kaum anders als ein verliebter Teenager. Wolke 9 erhielt zahlreiche Preise, u.a. den Preis „Coup de Coeur“ bei den Filmfestspielen in Cannes.

19.30 | Uhr Pavillon

#### Abschluss-Talk: „credo in unam vaginam“

Leben Frauen heute sexuell selbst bestimmt als in den 70er Jahren des vergangenen Jahrhunderts? Oder unterliegen sie mehr denn je Normen, die vorgeben, keine sexuellen Probleme haben zu dürfen? Künstlerinnen diskutieren mit Vertreterinnen aus den Bereichen Gesundheit und Politik.

#### Podiumsgäste

Grit Scholz | Jg. 1965  
Autorin | Fotografin | Verlegerin ([www.scholz-grafik.de](http://www.scholz-grafik.de))

Vera Burmester | Jg. 1976  
Bild. Künstlerin und Vorleserin (Schwerpunkt: Sexualaufklärung)

Anja Braun | Jg. 1972  
Herausg. des erotischen Magazins „Feigenblatt“ ([www.feigenblatt-magazin.de](http://www.feigenblatt-magazin.de))

Christiane Bögershausen | Jg. 1946  
Psychotherapeutin mit Praxis in Hildesheim

Silke Quast | Jg. 1974  
Dipl. Künstlerin u. Referentin „Das Lustprinzip“ ([www.die-sinnliche-frau.de](http://www.die-sinnliche-frau.de))

Regina Bruns-Pleske | Jg. 1957  
Dipl. Sozialpädagogin u. Referentin ([www.die-sinnliche-frau.de](http://www.die-sinnliche-frau.de))

Moderation:  
Katrin Richter | Jg. 1973 | freie Redakteurin beim NDR

Veranstalter  
Lindia e.V. für Gesundheit und Lebensfreude  
und Kooperationspartner



STIFTUNG  
LEBEN &  
UMWELT  
HEINRICH BÖLL  
STIFTUNG  
NIEDERSACHSEN



zentrum für  
kreatives gestalten



Fachhochschule Hannover  
University of Applied Sciences and Arts  
Studiengang Modedesign

Landeshauptstadt Hannover Referat für Frauen und Gleichstellung

## Danksagung

Wir danken für die freundliche Unterstützung



Carrots & Coffee  
bio-vegetarisch-lecker



AuriX Schmuckdesign



dorothee lehnen  
textildesign



weitere Infos unter  
[www.lindia-hannover.de](http://www.lindia-hannover.de)