



Frauenberatung Verden

V e r a n s t a l t u n g e n 2 0 1 3

J U B I L Ä U M
1 9 9 3 - 2 0 1 3

20

J A H R E



Frauenberatung Verden e.V.
Mädchen und Frauen – Beratung und Bildung
Grüne Str. 31 | 27283 Verden
Tel. 04231 - 85120 und 85129
Fax 04231 - 800846
frauenberatung-verden@t-online.de
www.frauenberatung-verden.de

Öffnungszeiten

Montag bis Freitag von 9.00 - 12.00 Uhr
Dienstag und Donnerstag von 14.00 - 17.00 Uhr
und nach telefonischer Terminabsprache

**20 Jahre Frauenberatung.
Am 19. September 2013
feiern wir unser Jubiläum.
Herzliche Einladung.**

Impressum

Redaktion: Frauenberatung Verden
Gestaltung: Elsa von Rahden, Fischerhude
Fotos: Frauenberatung Verden
Druck: Ernst Helbig GmbH, Verden
Verden, im Dezember 2012

FRAUENBERATUNG VERDEN

Kostenlose Beratung

Wir bieten in Verden eine kostenlose Beratung zu folgenden Themen an.

- seelische und körperliche Gewalt und deren Folgen
- Trennung/Scheidung
- Mobbing
- Stalking
- Krisenintervention
- Lesben und ComingOut
- Existenzsicherung/ALGII/Sozialgeld etc.
- Schwangeren- und Schwangerschaftskonflikt
- Prävention/Verhütung
- Begleitung bei Tot- und Fehlgeburten
- Begleitung bei postpartaler Depression

Frauen können zwischen telefonischer und persönlicher Beratung wählen. Es sind einmalige oder längerfristige Beratungen möglich.



Beratungsteam (v.l.n.r.)

Regine Balk, Inge Dotschkis-Hillejan, Saskia Kamp, Marianne Tjarks

In unserer Außenstelle **Achim**, im KASCH, Bergstr. 2, Achim findet zusätzlich donnerstags von 14.00 – 17.00 Uhr Schwangerschaftskonflikt- und Schwangerenberatung sowie psychosoziale Beratung „Rund um Schwangerschaft und Geburt“ statt.

Voranmeldung bitte in Verden. Tel. 04231 - 85129
oder per Mail: frauenberatung-verden@t-online.de
Aktuelle Infos unter: www.frauenberatung-verden.de

PROGRAMMÜBERSICHT 2012

Seite

J A N U A R

11	29.01.	Warnsignale häuslicher Gewalt erkennen und handeln
	<u>19.30-21.30</u>	Vortrag mit Diskussion
12	31.01.	Fachvortrag Pränataldiagnostik
	<u>15.00-17.00</u>	für Hebammen und andere Interessierte mit „Cara“

F E B R U A R

13	03.02.	Selbsthilfetag Verden, Stadthalle
	<u>11.00-16.30</u>	Informationsstand der Frauenberatung
14	19.02.	Schwanger! Gut informiert geht vieles leichter!
	<u>20.00-21.30</u>	Informationsabend für Schwangere und werdende Eltern zu Elterngeld, Elternzeit etc.
15	26.02.	Die elterliche Sorge und der Umgang mit Kindern
	<u>20.00-22.00</u>	während Trennung und Scheidung

M Ä R Z

16	08.03.	Internationaler Frauentag: Interkulturelles Buffet und Film
	<u>17.00-20.00</u>	mit der interkulturellen Frauengruppe
17	12.03.	Gesundheitsaktionstage BBS Verden
	<u>9.45-11.15</u>	Infostand und Workshops
17	13.03.	Gesundheitsaktionstage BBS Verden
	<u>9.30-13.00</u>	Workshops
18	22.03.	Equal pay day
	<u>09.00-12.00</u>	Infostand auf dem Wochenmarkt

A P R I L

7	04.04.	Beginn Gruppe Stärkung in Krisenzeiten
	<u>19.30-21.30</u>	nach vorheriger Anmeldung
19	10.04.	Naturheilkundliche Behandlung von Krankheiten
	<u>20.00-21.30</u>	Frauen erkennen die Signale ihres Körpers
20	11.04.	Fachfortbildung Imagination und Achtsamkeit
	<u>14.00-19.00</u>	im Umgang mit traumatisierten Menschen
21	16.04.	Fachtag „Feministische Mädchenarbeit weiterdenken“
	Ort und Uhrzeit	siehe Tagespresse
22	25.04.	Girls-Day – Mädchen-Zukunftstag
	<u>09.00-13.00</u>	Mädchen erobern die Welt

M A I

23	15.05.	Lesung „Smalltown Blues“
	<u>19.00-21.00</u>	anlässlich des Internationalen Tages gegen Homophobie
24	27.05.	Vorsicht Gebärmutterentfernung – was tun bei Myomen?
	<u>19.30-21.00</u>	Informations- und Gesprächsabend

J U N I

05.06.	Wie erleben Kinder Trennung und Scheidung ihrer Eltern?	25
20.00 - 21.30	Vortrag mit gemeinsamem Gespräch	
07.06.	Treffen Interkulturelle Frauengruppe	9
19.00-21.00	Interessierte Frauen sind herzlich willkommen	
11.06.	Gemeinsame Sorge – geteilte Verantwortung?	26
19.30-22.00	Elternalltag nach der Scheidung Vortrag mit Diskussion	
18.06.	Schwanger! Gut informiert geht Vieles leichter!	
20.00-21.30	Informationsabend für Schwangere und werdende Eltern zu Elterngeld, Elternzeit etc.	14
27.06.	Individuelle Gesundheitsleistungen (Igel) Wie soll Frau sich verhalten?	27
19.30-21.00	Informationsabend	

J U L I**A U G U S T**

14.08.	Gibt es eine Chance für Patchworkfamilien, den Alltag für Kinder und Erwachsene zufriedenstellend zu gestalten?	28
20.00-21.30	Vortrag mit Gespräch	

S E P T E M B E R

06.09.	Treffen Interkulturelle Frauengruppe	9
19.00-21.00	Interessierte Frauen sind herzlich willkommen	
19.09.	Jubiläumsfeier 20 Jahre Frauenberatung Verden	29
	Näheres in der Tagespresse.	
26.09.	Alle Kinder sollten erwünscht sein	30
18.00-19.30	Vortrag mit Diskussion	

O K T O B E R

15.10.	Schwanger! Gut informiert geht Vieles leichter!	14
20.00-21.30	Informationsabend für Schwangere und werdende Eltern zu Elterngeld, Elternzeit etc.	

N O V E M B E R

25.11.	„Nein zu Gewalt an Frauen“	31
	Fahnenhissung Rathaus Verden und an der Frauenberatung	
26.11.	Gemeinsam gut durchstarten – schnuppern kommen...	32
17.30-19.00	Offenes Treffen für Schwangere	

D E Z E M B E R

06.12.	Treffen Interkulturelle Frauengruppe	9
19.00-21.00	Interessierte Frauen sind herzlich willkommen.	

GRUPPE

Ressourcen und Potenziale stärken von Migrantinnen im ländlichen Raum

Beginn: Montag, 14. Januar 2013

Dieses Gruppenangebot, das seit Mai 2012 stattfindet, richtet sich an Migrantinnen von 17 – 50 Jahre mit Hilfebezug SGB II, SGB XII und AsylbLG im Flecken Ottersberg.

Das Projekt bietet Orientierung im Sozial- und Gesundheitsbereich und beim Übergang in den Beruf an. Die Treffen befassen sich mit den Themen Gesundheit und Ernährung, Bewegung und Entspannung, frühe Schwangerschaft und Geburt.

Das Gesundheits- und Sozialsystem im Landkreis Verden wird anhand konkreter Praxisbeispiele vorgestellt und erklärt. Es werden Impulse zur Berufsfindung gegeben mit Hilfe von Biographiearbeit , Bewerbungstraining , und Betriebsbesichtigungen.

Das Treffen bietet Raum für Austausch und Informationen. Es gibt Hilfestellungen in den Bereichen Existenzsicherung, Krisen und Ausländerinnen-Rechtsangelegenheiten.

In Kooperation mit der Stiftung Leben & Umwelt / Heinrich-Böll-Stiftung Niedersachsen



INFORMATION UND LEITUNG Marianne Tjarks,
Dipl.-Sozialpädagogin
Cornelia Wolf-Becker, selbständige Pädagogin
TEL. 04231-85120
ORT Rektorhaus in Ottersberg, Am Brink 5
DAUER zwei Montage im Monat bis 31.Okttober 2013

GRUPPE

Stärkung in Krisenzeiten

Beginn: Donnerstag, 04. April 2013, 19.30 - 21.30 Uhr

Jede Veränderung beginnt mit dem ersten Schritt

„....etwas in meinem Leben muss sich verändern...“

„....immer wiederkehrende Gedanken kreisen in meinem Kopf...“

„....ich fühle mich ausgebrannt und falsch verstanden...“

„....was kann ich für mich tun...“

Belastende Gedanken und/oder psychosomatische Beschwerden sind oftmals Ausdruck von anhaltenden Konflikten, Stress oder unbefriedigenden Beziehungsmustern.

Wir bieten eine Gruppe für Frauen an, die etwas an dieser stressbesetzten Situation verändern wollen. Sie können unter fachkundiger Anleitung der Psychologin Rebecca Heise aus Verden herausfinden, wo Sie sich selbst im Weg stehen und Grenzen setzen müssen; die eigene Bedürfnisse besser wahrnehmen und formulieren lernen, um sich behaupten zu können.

Gemeinsam mit anderen Frauen können in einem geschützten Raum eigene Potentiale wieder entdeckt und neu entwickelt werden. Über weiterführende Hilfsangebote aus dem Bereich der Psychologie und Psychotherapie wird informiert.

Verschiedene Entspannungstechniken werden vorgestellt.

Interessierte haben die Möglichkeit, im Rahmen eines ersten Kontaktes (Einzelgespräch) offene Fragen zum Gruppenangebot zu klären und eigene Wünsche hinsichtlich der zu behandelnden Inhalte einzubringen.

Das Etablieren einer eigenständigen Gruppe, über den Zeitraum der angesetzten Treffen hinaus, ist sehr willkommen.

Die Anmeldung beinhaltet auch ein Einzel-Vorgespräch mit Frau Heise.

LEITUNG Rebecca Heise, Diplom-Psychologin

ORT Frauenberatung Verden, Grüne Str. 31

ANMELDUNG UND INFORMATIONEN 04231-85120

KOSTEN 40 Euro (Ermäßigung möglich)

DAUER 8 Treffen, vierzehntägig

GRUPPE

Frauen nach der Trennung und Scheidung

Beginn: Sommer 2013

Trennungszeiten sind Krisenzeiten mit der Chance für einen Neubeginn!

Widersprüchliche Gefühle, unterschiedliche Ängste und vielfältige Zweifel begleiten diesen Prozess. Sinnlosigkeit, Schmerz, Trauer, Wut, Selbstzweifel und Alleinsein gehören ebenso zum Lebensalltag wie Erleichterung, Zuversicht, Eigenverantwortlichkeit und Neuorientierung. Die Trennung ist gleichzeitig auch die Chance für einen Neubeginn, für die Entwicklung der eigenen, vom ehemaligen Partner/Ehemann unabhängigen Lebensperspektiven. Alles Neue beginnt mit dem ersten Schritt, wir bieten dabei unsere Unterstützung an.

Diese Gruppe für Frauen nach einer Trennung/Scheidung wird angeleitet und soll die Möglichkeit bieten, sich mit anderen Frauen auszutauschen und sich Unterstützung bei der Bewältigung der veränderten Lebenssituation zu holen.

INFORMATION UND LEITUNG Marianne Tjarks,

Dipl.-Sozialpädagogin

TEL. 04231-85120

ORT Frauenberatung Verden, Grüne Str. 31

DAUER 8 Treffen, vierzehntägig



GRUPPE

Interkulturelle Frauengruppe

Freitag, 08. März 2013, 17.00 – 20.00 Uhr

**Freitag, 07. Juni, 06. September, 06. Dezember 2013,
19.00 – 21.00 Uhr**

Die Interkulturelle Frauengruppe trifft sich viermal im Jahr und beschäftigt sich mit aktuellen Themen. Herzlich eingeladen sind alle Frauen, die Interesse am Austausch und gegenseitigem Kennenlernen haben. Jede Frau bringt etwas für das gemeinsame Köstlichkeiten-Buffet zum Abschluss mit.



LEITUNG Rosana Camargo Blaschke, Künstlerin

Marianne Tjarks, Dipl.-Sozialpädagogin

TEL. 04231-85120

ORT Frauenberatung Verden, Grüne Str. 31

RECHTSBERATUNG FÜR FRAUEN

in Verden und Achim

Verden: einmal monatlich, Dienstag, 16.30 - 18.30 Uhr

Achim: einmal monatlich, Dienstag, 10.00 - 12.00 Uhr

Für rechtliche Fragen zu Partnerschaftsverträgen, Gewalt-schutzgesetz, Trennung, Unterhalt, Sorge- und Umgangsrecht steht in der Frauenberatungsstelle die Rechtsanwältin Sabine Osmers zur Verfügung. Grundsätzliche Fragen können dabei geklärt werden. Eine Beratung umfasst maximal 30 Minuten.

Nur nach telefonischer Anmeldung.

VERDEN

BERATUNG Sabine Osmers, Rechtsanwältin und Mediatorin

ANMELDUNG Tel. 04231-85120

ORT Frauenberatung Verden, Grüne Str. 31

(Eingang von der Straße aus!)

KOSTEN € 10,-

ACHIM

LEITUNG Jette Plenge, Rechtsanwältin

ANMELDUNG Tel. 04231-85120

ORT Kulturzentrum Alter Schützenhof (Kasch),

Achim, Bergstr. 2

KOSTEN € 10,-

VORTRAG MIT DISKUSSION

Und das soll Liebe sein?

Dienstag, 29. Januar, 19.30 - 21.30 Uhr

Warnsignale häuslicher Gewalt erkennen und handeln

Anhand des Buches von Rosalind B. Penfold (Pseudonym) „Und das soll Liebe sein?“, in dem sie ihre eigene Geschichte erzählt, werden wir uns mit Warnsignalen häuslicher Gewalt befassen. Auch ihre Beziehung begann, wie die meisten Beziehungen: Mit großer Verliebtheit und einem Schweben auf „Wolke Sieben“. Doch schon bald beginnt Brian sie zu vereinnahmen und es treten immer wieder Fälle auf, in denen er sich ihr gegenüber aggressiv verhält. Hinterher bittet er sie um Entschuldigung und Geduld. Außerdem beteuert er ihr seine Liebe. Sie zweifelt an ihrer eigenen Wahrnehmung und sucht den Fehler bei sich selbst. Doch die Zwischenfälle häufen sich und eskalieren immer mehr. Die Kritik an ihr wird immer stärker. Nichts scheint sie gut genug zu machen. Aber sie verzeiht, hofft... Sollte man nicht jedem eine zweite Chance geben?

Die Geschichte von Rozalin B. Penfold macht betroffen. Und leider ist es nicht nur die Geschichte einer einzelnen Frau, sondern eine Geschichte, die Frauen (und Männer) erlebt haben und erleben. Gab es Warnzeichen? Wie kann man sich vor solchen Beziehungen schützen? Lebe ich selbst in einer solchen Beziehung? Diesen Fragen wollen wir anhand des Buches und der daraus entwickelten Warnzeichen nachgehen. Ziel kann ein sicherer Umgang in Beziehungen sein.

Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit der KVHS statt.



INFORMATION UND ANMELDUNG Saskia Kamp, Dipl.-Pädagogin
TEL. 04231-85120
ORT Frauenberatung Verden, Grüne Str. 31
KOSTENFREI (um eine Spende wird gebeten)

FACHVORTRAG

Für Hebammen, Mitarbeiterinnen in Behinder-teneinrichtungen und andere Interessierte

Donnerstag, 31. Januar 2013, 15.00 – 17.00 Uhr

Neue Entwicklungen in der Pränataldiagnostik

Die Frauenberatung hat die Beratungsstelle „Cara“ für diesen Vortrag zu Gast.

„Cara“ bietet zu allen Fragen rund um Pränataldiagnostik (PND) Informationen und Beratung an. Gleichzeitig mischt sich „Cara“ immer wieder mit kritischer Stimme in die gesellschaftliche Diskussion um PND und die Technisierung von Schwangerschaft ein.

An diesem Nachmittag soll über die wichtigsten Neuerungen im Kontext vorgeburtlicher Diagnostik informiert werden, z.B. über den 20-ste-Woche-Ultraschall und den neuen Praena-Test. Ebenso werden die Auswirkungen der gesetzlichen Änderungen des § 218 und des Gendiagnosegesetzes auf die Schwangerenvorsorge im Mittelpunkt stehen. Neben der Information und Aufklärung über Methoden und gesetzliche Rahmenbedingungen soll jedoch auch Zeit sein, über die Herausforderungen der PND für die Schwangerenvorsorge miteinander ins Gespräch zu kommen.

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen.

In Kooperation mit der Stiftung Leben & Umwelt /Heinrich-Böll-Stiftung Niedersachsen



REFERENTIN Gaby Frech, Beraterin „Cara“ Bremen
Information und Leitung Inge Dotschkis-Hillejan, Dipl.-Sozialarbeiterin

TEL. 04231-85129

ORT Frauenberatung Verden, Grüne Str. 31
KOSTENFREI (um eine Spende wird gebeten)

SELBSTHILFETAG IN VERDEN

Sonntag, 03. Februar 2013, 11.00 – 16.30 Uhr

Hilfesuchende können sich über Beratungsdienste und Hilfsangebote informieren, vielleicht auch schon eine passende Gruppe finden und erste Kontakte herstellen.

ReferentInnen informieren in verschiedenen Vorträgen.

Der Selbsthilfetag stellt die Vielfalt der Selbsthilfe-Themen dar. Zur Zeit gibt es rund 70 Selbsthilfegruppen mit über 1000 Teilnehmerinnen und Teilnehmern im Landkreis Verden. Das Spektrum reicht von chronischen Erkrankungen über Suchtproblematiken bis zu sozialen Themen, z.B. Arbeitslosigkeit.

Die Frauenberatung informiert am Selbsthilfetag über ihr Angebotspektrum.

**VERANSTALTER Kontaktstelle für Selbsthilfe, Kirchenkreis Verden
ORT Stadthalle Verden, Holzmarkt 13-15**

SCHWANGER!

Gut informiert geht Vieles leichter!

19.02.13, 18.06.13, 15.10.13, 20.00 - 21.30 Uhr



Elterngeld/Elternzeit, Themen rund
um die Geburt
Für Schwangere und werdende
Eltern

In der Schwangerschaft, rund um die Geburt und in der Zeit danach ergeben sich viele Fragen.

Dieser Informationsabend richtet sich an Schwangere und werdende Väter, die wissen möchten, welche finanziellen und sozialen Leistungen es vor und nach der Geburt gibt.

An diesem Abend erhalten Sie allgemeine Informationen zu den genannten Themen.

Für eine individuelle Beratung oder auch zur Begleitung bei Krisen in der Schwangerschaft bieten wir Einzeltermine in der Beratungsstelle an.

Väter sind willkommen.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der KVHS statt.



LEITUNG Inge Dotschkis-Hillejan, Dipl.-Sozialarbeiterin

TEL. 04231-85129

ORT Frauenberatung Verden, Grüne Str. 31

KOSTEN € 5,-



VORTRAG

Die elterliche Sorge und der Umgang mit Kindern während Trennung und Scheidung

Dienstag, 26. Februar 2013, 20.00 – 22.00 Uhr

Die Referentin informiert zum Einen über die gesetzlichen Grundlagen einschließlich der Regelungsmöglichkeiten durch das Familiengericht und des Jugendamtes. Insbesondere zum Thema „Umgang“ werden alle Bereiche angesprochen, die im Alltag immer wieder Probleme bereiten. Umgang an Feiertagen und in den Ferien, Umgangsverweigerungen. Zum Anderen stellt sie Methoden zur außergerichtlichen Konfliktlösung (Mediation) vor.

Bitte beachten

Dieser Vortrag kann nicht die individuelle anwaltliche Beratung ersetzen, sondern nur allgemein über die Rechte und Pflichten anlässlich einer Trennung/Scheidung informieren.

Einzelberatungen sind in dieser Veranstaltung nicht möglich!

Die Veranstaltung ist nur für Frauen!

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der KVHS statt.



REFERENTIN Sabine Osmers/Rechtsanwältin und Mediatorin

INFORMATIONEN Saskia Kamp, Dipl.-Pädagogin

TEL. 04231-85120

ORT Frauenberatung Verden, Grüne Str. 31

KOSTENFREI (um eine Spende wird gebeten)



INTERNATIONALER FRAUENTAG

8. März 2013: Internationales Buffet mit Film

Freitag, 08. März 2013, 17.00 - 20.00 Uhr

Zur Feier des Tages laden die Frauenberatung und die Interkulturelle Frauengruppe zu einem Buffet ein. Danach zeigen wir den Film von Uli Bez



Töchter des Aufbruchs – Lebenswege von Migrantinnen

(Produktion Frauennotruf München, Simone Ortner)

Ältere Migrantinnen aus unterschiedlichen Nationen erzählen, wie sie nach Deutschland gekommen sind. Sie berichten über ihre Träume und Visionen, über Enttäuschungen und Schmerz, sie erzählen von beruflichen Erfolgen und ihrem heutigen Platz in Familie und Gesellschaft.

Der Film nimmt uns mit auf eine Reise aus Griechenland, der Türkei, aus Ex-Jugoslawien, der Ukraine, dem Irak und aus Nordafrika nach München.

Die junge Generation wird auch in der Filmmusik wiederge- spiegelt – ein eigens für den Dokumentarfilm geschriebener Rap begleitet die Reise.

Wir freuen uns auf einen regen Austausch.

In Kooperation mit dem Frauenbündnis Internationaler Frauentag, der KVHS Verden und der Stiftung Leben & Umwelt / Heinrich-Böll-Stiftung Niedersachsen.



VERANSTALTERINNEN Frauenberatung Verden und die
Interkulturelle Frauengruppe

INFORMATIONEN Marianne Tjarks, Dipl.-Sozialpädagogin

TEL. 04231-85120

ORT Frauenberatung Verden, Grüne Straße 31

ANMELDUNG bis zum 01. März 2013

KOSTENFREI (um eine Spende wird gebeten)

GESUNDHEITSAKTIONSTAGE

in der Berufsbildenden Schule Verden

Dienstag, 12. März 2013, 09.45 – 11.15 Uhr

Mittwoch, 13. März 2013, 09.30 – 13.00 Uhr

Die Frauenberatung stellt ihr Angebot an einem Info-Stand vor. Außerdem gibt es Workshops zum Thema Ess-Störungen („Wer bestimmt hier eigentlich, was schön ist?“) und Internetnutzung („Digitale Welten – digitale Medien – digitale Gewalt“), die Auseinandersetzung mit dem Film „Körpergeschichten“ sowie ein Film mit Diskussion zum Thema „Junge Eltern“.

INFOSTAND Regine Balk, HP Psychotherapie

WORKSHOPS Saskia Kamp, Dipl.-Pädagogin

Cornelia Wolf-Becker, Pädagogin

TEL. 04231-85120 und 85129

ORT Berufsbildende Schule Verden

EQUAL PAY DAY

Infostand auf dem Wochenmarkt Verden

Freitag, 22. März 2013, 9.00 - 12.00 Uhr

Infostand der Frauenberatung Verden auf dem Wochenmarkt in Verden
Der Aktionstag „Equal Pay Day“ findet jährlich statt und markiert den Entgeltunterschied zwischen den Geschlechtern in Deutschland als den Zeitraum, den Frauen über den Jahreswechsel hinaus arbeiten müssten, um auf das durchschnittliche Vorjahresgehalt von Männern zu kommen.



Das Datum des Aktionstages „Equal Pay Day“ errechnet sich in Deutschland nach der Formel: 52 Wochen/Jahr x 5 Arbeitstage/Woche = 260 Arbeitstage/Jahr x statistisch aktuell ermittelter Entgeltunterschied in Prozent.

Die bundesweite Offensive zum Thema „Equal Pay“ verfolgt allerdings nicht nur am jährlichen Aktionstag selbst, sondern das ganze Jahr über das Ziel, den konstruktiven Dialog rund um das Thema Entgeltgleichheit zu fördern und richtet sich grundsätzlich gleichermaßen an alle Akteure der Wirtschaft, an Arbeitgeber und Arbeitgeberinnen, an Arbeitnehmer und Arbeitnehmerinnen und an die breite Öffentlichkeit.

Das Erkennungszeichen: Um auf diese Ungerechtigkeit aufmerksam zu machen tragen wir alle an diesem Tag eine rote Stofftasche! Diese Taschen gibt es am Marktstand.

In Kooperation mit der Stiftung Leben & Umwelt /Heinrich-Böll-Stiftung Niedersachsen und der KVHS Verden



VORTRAG

Naturheilkundliche Behandlung von Krankheiten – Frauen erkennen die Signale ihres Körpers

Mittwoch, 10. April 2013, 20.00 - 21.30 Uhr



Der Vortrag erläutert, warum es wichtig ist, Botschaften des Körpers zu verstehen. In der Naturheilkunde wird nicht nur die Erkrankung behandelt, sondern es wird versucht die Ursache für die Krankheit zu finden, die Gesundheit wieder herzustellen und lange gesund zu erhalten.

Es wird besprochen, wie das Immunsystem gestärkt wird und welche Pflanzen eingesetzt werden, um eine bessere körperliche und geistige Leistungsfähigkeit zu erreichen. Insbesondere die Wirkung von Ginseng, der Taigawurzel und des roten Sonnenhutes werden erklärt.

Der Vortrag wird durch kleine pflanzliche Kostproben aufge-lockert.

In Kooperation mit der KVHS



REFERENTIN Dr. Christa Goecke, Frauenärztin

INFORMATION Inge Dotschkis-Hillejan, Dipl.-Sozialarbeiterin

TEL. 04231-85129

ORT Frauenberatung Verden, Grüne Str. 31

KOSTEN € 5,-



FACHFORTBILDUNG

für TherapeutInnen, BeraterInnen und Sozial-/ PädagogInnen

Donnerstag, 11. April 2013, 14.00 - 19.00 Uhr

Imagination und Achtsamkeit im Umgang mit traumatisierten Menschen

Die Fortbildung richtet sich an Interessierte, die in ihrer Arbeit auf Menschen mit Traumafolgestörungen treffen und einen ersten praktischen Einblick im hilfreichen Umgang mit diesen Menschen bekommen wollen. TeilnehmerInnen erhalten dabei eine kleine Einführung in die Psychotraumatologie, die Symptomatik von Dissoziation und Übererregung, hilfreiche Erkenntnisse der Neurobiologie, die in einem Filmausschnitt verdeutlicht werden sowie Grundhaltungen in der Arbeit mit traumatisierten Menschen.

In einem zweiten Teil wird die Ressourcen- und Stabilisierungsarbeit praktisch vorgestellt, einige Achtsamkeits- und Imaginationsübungen aus der Traumatherapie und -arbeit werden demonstriert, um einen ersten Einblick in die Arbeitsweisen zu erfahren.

Unter Achtsamkeit versteht man dabei eine besondere Form der Aufmerksamkeitslenkung: ein absichtsvolles, nicht-werten-des und bewusstes Erleben des aktuellen Augenblicks. Imagination ist eine Methode, das Vorstellungsvermögen aktiv zu nutzen und sich angenehme Situationen und Erlebnisse in Erinnerung zu rufen oder sich neu auszudenken. Imaginationsübungen können angenehme Gefühle auslösen und das Wohlbefinden im Körper verbessern.

Für einen Imbiss ist gesorgt.

In Kooperation mit der KVHS Verden



REFERENTIN Karima Stadlinger, Dipl.-Pädagogin, systemische Familientherapeutin, Traumaberaterin mit langjähriger Erfahrung
ORT Frauenberatung Verden e.V., Grüne Str. 31

KOSTEN € 50,00

Bei mehreren MitarbeiterInnen aus einer Einrichtung kann ein Rabatt gewährt werden.

ANMELDUNG an Marianne Tjarks Tel. 04231- 85120, bis zum 10. April 2013. Gilt nur bei Zahlungseingang auf unser Konto Nr. 10155844 bei der Kreissparkasse Verden BLZ 29152670

FACHTAG

Feministische Mädchenarbeit weiterdenken

Dienstag, 16. April 2013

Haben wir im Landkreis Verden die Mädchenarbeit im Blick?

Diese Frage möchten die Aktiven im Arbeitskreis „Mädchenrechte Jugendarbeit im Landkreis“ mit allen am Thema Interessierten und natürlich mit allen FachkollegInnen aus verschiedenen Perspektiven beleuchten. Feministische Mädchenarbeit hat es schwer, denn „arme Jungs“ sind zur Zeit mehr in der Diskussion. Der Fachttag soll deutlich machen, warum Mädchenarbeit heute immer noch wichtig ist und wo aktuelle blinde Flecken sind.

Viele Mädchen zeigen sich selbstbewusst. Dazu zählt auch, sich körperlich zu inszenieren. Weibliche Attraktivität ist wieder ein zentrales Kapitel geworden. Warum stört es die Mädchen nicht, sich diesem Ideal anzupassen?

Die Referentin setzt sich mit Erkenntnissen aus der Forschung und aus der eigenen Praxis der Mädchenarbeit auseinander. Sie bietet einen Blick auf das Phänomen „weiblicher Schönheit“ und wird in ihrem Vortrag mit der feministischen Kritik am Schönheitshandeln allen PädagogInnen im Landkreis Anregungen für die tägliche Praxis bieten.

Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit der Arbeitsgemeinschaft mädchenrechte Jugendarbeit im Landkreis Verden (AG emJuLa) und der Stiftung Leben & Umwelt / Heinrich-Böll-Stiftung Niedersachsen und der KVHS Verden statt.



REFERENTIN Ines Pohlkamp, Mitarbeiterin am „Feministischen Institut Hamburg“, Referentin für queer-feministische Mädchenarbeit, Forschung zu Heteronormativität sowie Diskriminierung und Gewalt gegen Trans*Inter*Personen

LEITUNG Regine Balk, HP Psychotherapie

Tel. 04231-85129

ORT entnehmen Sie der Tagespresse



Mädchen-Zukunftstag – Mädchen erobern die Welt

Donnerstag, 25. April 2013, 9.00 - 13.00 Uhr

Die Berufswahl von Mädchen hängt mit dem eigenen „sich etwas trauen“ zusammen. Wir bieten Informationen zur Lebenswegplanung verbunden mit einer Schnuppereinheit „Wen-Do“ an, um das Bewusstsein in die eigenen Kräfte zu stärken und auch nach der Adoleszenz präsent zu haben. Die Aufgaben als Frau in Beruf und Welt werden vielfältig sein. Die Lösung liegt nicht nur in sogenannten MINT Berufen (Den deutschen Unternehmen fehlen Fachkräfte im so genannten MINT-Bereich: Mathematik, Informatik, Naturwissenschaften und Technik)

„Wen-Do“ heißt: „Weg der Frau/en“ und ist eine speziell für Frauen und Mädchen entwickelte körperliche und geistige Selbstverteidigung.

Es ist keine Sportkleidung erforderlich.

Die Teilnehmerinnenzahl ist auf 10 Mädchen der Klassenstufen 6/7 begrenzt.

In Kooperation mit der Stiftung Leben & Umwelt /Heinrich-Böll - Stiftung Niedersachsen



REFERENTIN Sabine Müller, Wen Do Trainerin

LEITUNG Regine Balk, HP Psychotherapie

TEL. 04231-85129

ORT Frauenberatung Verden, Grüne Str. 31

ANMELDUNG bis zum 18.04.12 an

frauenberatung-verden@t-online.de

LESUNG „SMALLTOWN BLUES“

**Homosexualität im ländlichen Raum –
„nicht von schlechten Eltern“**

Mittwoch, 15. Mai 2013, 19.00 – 21.00 Uhr

Die Autorin Birgit Utz liest aus ihrem Roman. Sie schreibt so herrlich normal und packend, dass es eine wahre Freude ist. Ein wundervolles Buch, in dem man sich verbunden fühlt mit der Protagonistin und ihren Gefühlen. Von erdrückenden Kleinstadteindrücken einmal abgesehen ist „Smalltown Blues“ mitreißend, rasant, erotisch, komisch. Zum Heulen. Zum Lachen. Eine Lesung, die Sie nachhaltig beeindrucken wird.

Im Anschluss an die Lesung besteht die Möglichkeit mit anderen Betroffenen ins Gespräch zu kommen, die auch nicht einer Kleinstadt norm entsprechen.

Sei es ein Mädchen, das lieber ein Junge sein möchte, oder ein Mädchen, das sich (auch) in Mädchen verliebt oder eine Frau, die eine Frau begehrt. Es bleibt im Alltag ein Balanceakt, eine Sprache zu finden, die weder indiskret, bekennhaft oder vulgär klingt, sondern die Vielfalt der Arten zu lieben ausdrückt, um ohne Scham im Alltag sagen zu können: „Ich begehre Frauen“.

Frauen, deren ‚coming out‘ wenige Jahre oder auch Jahrzehnte zurückliegt, sind herzlich eingeladen, um vergleichen zu können, wie sich das ‚coming out‘ im Roman von der Wirklichkeit unterscheidet – oder eben nicht.

In Kooperation mit der Stiftung Leben & Umwelt / Heinrich-Böll - Stiftung Niedersachsen



AUTORIN Birgit Utz, www.birgit-utz.de

LEITUNG Regine Balk, HP Psychotherapie

TEL. 04231-85129

ORT Frauenberatung Verden, Grüne Str. 31

ANMELDUNG bis zum 13.05.13 an

frauenberatung-verden@t-online.de

KOSTENFREI (um eine Spende wird gebeten)

INFOABEND

Vorsicht Gebärmutterentfernung – was tun bei Myomen?

Montag, 27. Mai 2013, 19.30 – 21.00 Uhr

*„Es gilt viel zu wissen in der Gynäkologie, um wenig zu tun.“
(Prof. Dr. Willibald Psychrembel)*

Bei etwa einem Drittel aller Frauen in Deutschland werden Myome festgestellt, gutartige Muskelknoten mit individuell sehr unterschiedlichen Beschwerden. Der Diagnose folgen oft Verunsicherung, Fragen nach den Möglichkeiten von Selbsthilfe oder Behandlung und Ängste vor Operationen.

Vielen Frauen – vor allem älteren – wird eine Gebärmutterentfernung vorgeschlagen, obwohl es schätzungsweise in mehr als der Hälfte der Fälle unnötig ist.

Der Informations- und Gesprächsabend bietet Raum für Fragen und Erfahrungsaustausch.

In Kooperation mit der KVHS Verden



REFERENTIN Angelika Zollmann, Soziologin,
Referentin für Frauengesundheit in der ZGF Bremen,
langjährige Mitarbeit im Frauengesundheitszentrum Frankfurt
und in Bremen

INFORMATION Inge Dotschkis-Hillejan, Dipl.-Sozialarbeiterin
TEL. 04231-85129

ORT Frauenberatung Verden, Grüne Str. 31
KOSTENFREI (um eine Spende wird gebeten)



VORTRAG UND GESPRÄCH

Wie erleben Kinder Trennung und Scheidung ihrer Eltern?

Mittwoch, 05. Juni 2013, 20.00 - 21.30 Uhr

Durch die Trennung ihrer Eltern werden Kinder emotional stark berührt. Je nach Alter zeigen sie unterschiedliche Reaktionen, wie sie dem Loyalitätskonflikt versuchen zu begegnen. Welche Hilfen und Unterstützung brauchen Kinder, um diese Herausforderungen zu meistern? Wir wollen uns im gemeinsamen Gespräch darüber austauschen.

Die Veranstaltung ist nur für Frauen!

In Kooperation mit der KVHS Verden



REFERENTIN Cornelia Wolf-Becker, Pädagogin,
Verfahrensbeistandin

INFORMATION Saskia Kamp, Dipl.-Pädagogin

TEL. 04231-85120

ORT Frauenberatung Verden, Grüne Str. 31

KOSTENFREI (um eine Spende wird gebeten)

35

VORTRAG MIT DISKUSSION

Gemeinsame Sorge – geteilte Verantwortung?

Dienstag, 11. Juni 2013, 19.30 – 22.00 Uhr

Der Eltern-Alltag nach der Scheidung

Als Paar geschieden, als Eltern gemeinsames Sorgerecht. Jetzt beginnt der Alltag zwischen Ignorieren, Vermitteln, Streiten, Besprechen...

Wo sind Grenzen?

Was brauchen die Kinder?

Wo bleiben die eigenen Bedürfnisse?

„Sie können sich ja mal zusammenreißen, schließlich geht es um ihr Kind.“

Einfach gesagt! Was bedeutet das für die Mütter?

Wie ist die Rolle der Frauen? Was müssen sie leisten?

Wie entstehen „Glückliche Scheidungskinder“?

Diese Fragen zu stellen und dabei offen Möglichkeiten und Grenzen zu sehen, zu diskutieren und Lösungen aus eigenen Situationen zu finden, soll dieser Abend ein erster Ansatz sein. Es besteht die Möglichkeit, die Thematik auch als weiter bestehende Gruppe im Anschluss intensiver zu bearbeiten.

INFORMATION UND LEITUNG Saskia Kamp, Dipl.-Pädagogin

TEL. 04231-85120

ORT Frauenberatung Verden, Grüne Str. 31

ANMELDUNG bis zum 07. Juni

KOSTENFREI (um eine Spende wird gebeten)

26

VORTRAG

Gesetzlich versichert und trotzdem selbst bezahlen? Individuelle Gesundheitsleistungen – wie soll Frau sich verhalten?

Donnerstag, 27. Juni 2013, 19.30 – 21.00 Uhr



Welche Rechte hat eine Patientin? Und wer hilft, diese durchzusetzen? Diese und viele andere Fragen sollen an diesem Abend beantwortet werden.

Der besondere Schwerpunkt: Igel-Leistungen, also privat zu bezahlende Leistungen in der gynäkologischen Praxis.

Welche Frau kennt das nicht: Der Termin zu einer Vorsorgeuntersuchung bei der FrauenärztIn wird häufig verbunden mit der Frage: „Möchten Sie die Untersuchung Y nicht auch noch vornehmen lassen? Dann gehen Sie auf Nummer sicher. Leider bezahlt die Krankenkasse diese Untersuchung nicht.“ Sie als Patientin stehen dann in der Zwickmühle.

Wir wollen miteinander ins Gespräch kommen.

In Kooperation mit der KVHS Verden und der Stiftung Leben & Umwelt/Heinrich-Böll-Stiftung Niedersachsen



REFERENTIN Frau Ihnen, Dipl.-Sozialarbeiterin, Unabhängige Patientenberatung Bremen

INFORMATION Inge Dotschkis-Hillejan, Dipl. Sozialarbeiterin

TEL. 04231-85129

ORT Frauenberatung Verden, Grüne Str. 31

KOSTENFREI (um Spende wird gebeten)

VORTRAG MIT GESPRÄCH

Die Patchwork-Lüge

Mittwoch, 14. August 2013, 20.00 - 21.30 Uhr

Gibt es eine Chance für Patchworkfamilien, den Alltag für Kinder und Erwachsene zufriedenstellend zu gestalten?

Anhand der Thesen von Autorin Melanie Mühl, die sie in ihrem Buch „Die Patchwork-Lüge“ dargestellt hat, wollen wir gemeinsam Ideen und Erfahrungen im Gespräch austauschen und Perspektiven entwickeln für die Unterstützung, die Kinder in dieser Lebenssituation benötigen.

Wir wollen uns im gemeinsamen Gespräch darüber austauschen.

In Kooperation mit der KVHS



REFERENTIN Cornelia Wolf-Becker, Pädagogin,
Verfahrensbeistandin

INFORMATION Saskia Kamp, Dipl.-Pädagogin

TEL. 04231-85120

ORT Frauenberatung Verden, Grüne Str. 31

KOSTENFREI (um eine Spende wird gebeten)

28

JUBILÄUM

20 Jahre Frauenberatung Verden

Donnerstag, 19. September 2012



Marianne Tjarks, Karima Stadlinger, Dr. Ute Sonntag

20 Jahre Frauenberatung in Verden, das heißt:

20 Jahre engagierte feministische Beratung

20 Jahre motivierte Teamarbeit

20 Jahre umfassende Netzwerkbildungen

20 Jahre Engagement und Enthusiasmus

20 Jahre Öffentlichkeitsarbeit.....

wenn das kein Grund zum Feiern, Rückblicken, Jubeln und Danken ist....

**Wir laden ein, gemeinsam unser Jubiläum
am 19. September 2013 zu begehen.**

Lassen Sie sich überraschen.

Genaue Angaben in der Tagespresse.

Die Vorstandsfrauen

20

VORTRAG

„Alle Kinder sollten erwünscht sein“

Donnerstag, 26. September 2013, 18.00 – 19.30 Uhr

Ungewollte Schwangerschaften muss es doch heute nicht mehr geben“ – oder?

Sexuelle Selbstbestimmung ist ein Menschenrecht. Spätestens seit der Ratifizierung des ICPD 1994 in Kairo haben alle Menschen das Recht auf sexuelle und reproduktive Gesundheit. Das Europäische Parlament fordert die Regierungen der Mitgliedsstaaten auf, darauf hinzuwirken, dass kostenlose Verhütungsmittel für unversorgte Gruppen bereitgestellt werden. Außerdem soll der Zugang zu erschwinglicher Notverhütung erleichtert werden (zum Beispiel „die Pille danach“). Aber wie sieht die Realität in unserem Land aus? Haben Frauen wirklich ein Recht auf Wahlverhütung? Zum Beispiel als Hartz IV-Empfängerin?

Frau Dr. Thonke wird über aktuelle Daten z.B. Kosten der Spirale im EU-Vergleich, über Studien zur ‚Pille danach‘ und der Verschreibungspraxis dazu und regionalen Notlösungen zur Kostenübernahme von Verhütungsmitteln berichten.

Eingeladen sind alle am Thema Interessierten, denn die Frauen und Mädchen brauchen dringend eine politische Lobby. Frauen, die ungewollt schwanger sind, werden nicht umworben, ihr Anliegen wird bei uns nach wie vor eher tabuisiert und kriminalisiert.

In Kooperation mit der KVHS Verden und der Stiftung Leben & Umwelt/Heinrich-Böll-Stiftung Niedersachsen



REFERENTIN Dr. med. Ines Thonke, medizinische Referentin, ProFamilia Bundesverband

LEITUNG Regine Balk, HP Psychotherapie

TEL. 04231-85129

ORT Frauenberatung Verden, Grüne Str. 31

ANMELDUNG bis zum 23.09.12

frauenberatung-verden@t-online.de

KOSTENFREI (um eine Spende wird gebeten)

FAHNENAKTION

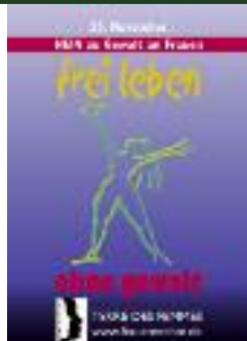
Terre des Femmes: „NEIN zu Gewalt an Frauen“

Montag, 25. November 2013

Warum ist der 25. November der Tag „Gegen Gewalt an Frauen“?
Mit der Resolution 54/134 beschloss die Generalversammlung der Vereinten Nationen am 17. Dezember 1999, den 25. November als „International Day for the Elimination of Violence against Women“ auszurufen. Die UN forderten Regierungen, internationale Organisationen und NGOs auf, künftig an diesem Tag mit verschiedenen Aktivitäten öffentliche Aufmerksamkeit für dieses Thema zu wecken.

Frauenorganisationen haben den 25. November bereits seit 1981 zum Tag gegen Gewalt an Frauen bestimmt. Hintergrund für die Wahl dieses Datums war die brutale Ermordung der drei Schwestern Mirabel. Die politischen Aktivistinnen waren 1960 in der Dominikanischen Republik auf Befehl des damaligen Diktators Trujillo von Soldaten umgebracht worden. Seit 2001 gibt es die Fahnenaktion von Terre des Femmes, mit der ein Zeichen gegen Gewalt gesetzt werden soll.

Die Frauenberatung Verden engagiert sich seit Jahren durch die öffentliche Fahnenhissung an der Beratungsstelle. Auch Bürgermeister Lutz Brockmann und die Mitglieder des Bündnisses gegen Gewalt im Landkreis Verden unterstützen die Aktion durch die Hissung der Fahne im Rathaus der Stadt Verden.



ERSTES OFFENES TREFFEN

Für alle Schwangeren im Landkreis Verden

**Gemeinsam gut durchstarten – schnuppern
kommen**

Dienstag, 26. November 2013, 17.30 – 19.00 Uhr



Nette Frauen treffen bei Kaffee/Tee und Kuchen. Eine gute Gelegenheit zum Austausch, sich informieren und Vorbereitung auf das Leben mit einem Baby.

An diesem Abend wird über das Thema informiert: „Mutterpass – ein Buch mit sieben Siegeln?“ Geklärt wird: Was bedeuten die Eintragungen im Mutterpass genau.

Es sind alle Schwangeren vom ersten bis zum neunten Monat herzlich eingeladen.

INFORMATION UND LEITUNG Inge Dotschkis-Hillejan,

Dipl.-Sozialpädagogin

TEL. 04231-85129

ORT Frauenberatung Verden, Grüne Str. 31

KOSTENFREI (um eine Spende wird gebeten)

22

AUSSTELLUNGEN

de mulher para mulher – von Frau zu Frau

13. November 2012 bis 13. März 2013

Die Künstlerin Rosana Camargo Blaschke ist in Brasilien geboren und lebt in Kreepen (Kirchlin-teln), wo sie seit 7 Jahren als Künstlerin arbeitet. Es entstehen dabei abstrakte geometrische Malereien in explodierenden Farben und Skulpturen. Inspiration der Gefühle verbindet ihre Vorstellungskraft mit einer Welt der Fantasie und transformiert diese in Farben und Objekte. Menschen, Pferde und Formen verwandeln sich in abstrakte geometrische Körper und erscheinen gleichzeitig auch real. Sie sagt: „Die Kraft der Farbe brauche ich, um mich zu zeigen.“



Zu sehen ist die Ausstellung zu den Öffnungszeiten der Frauenberatung.

**Montag bis Freitag von 9.00 – 12.00 Uhr
Dienstag und Donnerstag von 14.00 – 17.00 Uhr
ORT Frauenberatung Verden, Grüne Str. 31
TEL. 04231-851-20/-29**

Eine neue Ausstellung wird im April 2013 mit einer KünstlerInnengruppe der Lebenshilfe Verden eröffnet unter dem Motto „Was ist mit der 20?“ – passend zum Jubiläum der Frauenberatung Verden.

Einzelheiten bitte der Tagespresse entnehmen.





Wir suchen FörderInnen und SpenderInnen

Die Arbeit der Frauenberatung Verden wird durch öffentliche Mittel des Landes Niedersachsen, des Landkreises Verden und über Spenden finanziert. Helfen auch Sie mit, unser Netz wirksamer Hilfe zu stärken, z.B. mit:

Spenden anstelle eines Geburtstags- oder Jubiläumsgeschenkes oder durch einen einmaligen oder dauerhaften Betrag ihrer Wahl. Hierzu senden Sie diese Seite bitte an uns zurück oder verwenden die Seite aus dem Internet.

www.frauenberatung-verden.de

Förderung von Frauen finde ich gut! Deshalb unterstütze ich:

- monatlich mit € _____
- jährlich mit € _____
- einmalige Spende mit € _____



Name _____

Straße _____

Ort _____

Datum _____

Unterschrift _____

Frauenberatung Verden e. V.
Kreissparkasse Verden Konto 12467866 BLZ 291 526 70



**Frauenberatung Verden e.V.
Mädchen und Frauen – Beratung und Bildung**

Grüne Str. 31 | 27283 Verden

Tel. 04231 - 85120 und 85129

Fax 04231 - 800846

frauenberatung-verden@t-online.de

www.frauenberatung-verden.de

Öffnungszeiten

Montag bis Freitag von 9.00 - 12.00 Uhr

Dienstag und Donnerstag von 14.00 - 17.00 Uhr

und nach telefonischer Terminabsprache

