FRAUEN KULTUR TAGE HERTEN

PROGRAMM

XXL

MÄRZ 2012

Stadt Herten

www.herten.de

Veranstalterinnen

• Aktive Frauen Herten • Arbeiterwohlfahrt Familienunterstützender Dienst • Arbeitsgemeinschaft Sozialdemokratischer Frauen Stadtverband Herten (ASF) • Artrium-Schmuckatelier, Christiane Steffler-Bunge • Bündnis 90/Die Grünen Stadtverband • BUND für Umwelt und Naturschutz • Club 100 Plus • Diakonische Werk im Kirchenkreis Recklinghausen e. V.• Die Grünen • D.I.T.I.B. Türkisch Islamische Gemeinde Herten-Süd • Karin Duscha • Ev. Kirchengemeinde Langenbochum/Scherlebeck • Familienbildungsstätte • Ursula Fiedler • Filmzeche Hollywood – Kino Herten • FrauenFeierabendForum (FFF) der ev. Kirchengemeinde Westerholt-Bertlich • Frauenhaus Herten • Frauen-Informationsnetzwerk für Herten • CDU Frauenunion • Frauentreff am Vormittag, St. Martinus, Westerholt • Frühschoppengruppe der Frauen St. Maria-Heimsuchung, Langenbochum • GIB – Gesundheitscoaching, Gabriele Ikinger-Büse • Christiane Gruska, Trainerin für Lebensfreude/Glückstrainerin • Haus der Kulturen • Anja Homeyer, Heilpraktikerin und Lehrerin für Therapeutic Touch • Katholische Frauen Deutschland Dekanat Herten (kfd) • Gabriele Antonia Keller, Ernährungsberatung • La mobile Carmela Quattroventi, Physiotherapeutin • Maren Mauelshagen, Heilpraktikerin • Quartierbüro Herten-Süd Interkulturelle Kochgruppe • Rechtsanwältinnen Sonja Rediger, Evi Steindor-Schmidt • Rosy von Westerholt • Siebenbürger • Elke-Marita Stuckel-Lotz • Die Schlampampen • Sigrun Zobel, Körpertherapeutin/Umweltpädagogin
• Stadt Herten: Bibliothek im Glashaus, Bürgerhaus Herten-Süd, Freizeit- und Begegnungsstätte Westerholt, Demografiebeauftragte, Gleichstellungsbeauftragte, Kinder- und Jugendschutz, Kulturbüro, Volkshochschule, Stadtentwicklung, Wirtschaftsförderung

Wir danken den Hertener Stadtwerken
für die freundliche Unterstützung der Frauenkulturtage

Wir danken allen, die dazu beitragen, dass die im Programm aufgeführten Veranstaltungen stattfinden können und freuen uns über die große Beteiligung der Organisationen.

Wenn es keine anderen Hinweise gibt, sind die Veranstaltungen kostenfrei und eine Anmeldung ist nicht erforderlich

Herausgeberin:	Stadt Herten
Druck:	Eigendruck
Auflage:	4.000
V. i. S. d. P.:	Christiane Rohde, Westerholter Str. 690, 45699 Herten Sabine Weißenberg, Resser Weg 1, 45699 Herten
Redaktion:	Veranstalterinnen der Frauenkulturtage 2012 und Sabine Ilk, Christiane Rohde, Sabine Weißenberg
Fotos:	für die Fotos sind die Veranstalterinnen verantwortlich
Grafik/Design:	Leoni Buscher
Veröffentlichung:	Februar 2012

Vorwort Bürgermeister

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

nach dem 25-jährigen Jubiläum im vergangenen Jahr geht es in diesem Jahr mit neuem Schwung in die 26. Runde der Frauenkulturtage. Das aktuelle Programm, das Sie nun in den Händen halten, ist wieder so bunt wie das Leben.

Rund um den Internationalen Frauentag laden die Hertener Gruppen und Institutionen zu einem Streifzug durch ihre vielfältigen Frauenaktivitäten ein. Die Ankündigungen in diesem Heft, von den Veranstalterinnen selbst verfasst, spiegeln diese Fülle wider.

Zum ersten Mal finden sich zu Beginn die Akteurinnen bei einer Frauenmesse zusammen, um über ihre Angebote zu informieren.
Wichtige Themen im Leben einer Frau, wie Familie, Berufstätigkeit und Gesundheit, stehen dann im Vordergrund.

Es gibt wie in all den anderen Jahren Informationen zu aktuellen Themen aus Recht, Gesundheit, Kinderbetreuung und Politik sowie bewährte und neue kulturelle Veranstaltungen.
Viele Gruppen, Institutionen, Parteien und Kirchengemeinden laden zu einem Streifzug durch ihre Angebote ein.

Beim Hertener Frauenparlament können Sie sich über Mobilität von Frauen vor dem Hintergrund der Neuen Energien informieren, einem der Zukunftsthemen in Herten.

Als Bürgermeister freue ich mich sehr über diesen wichtigen Beitrag zu einem lebendigen Herten.

Allen Veranstalterinnen wünsche ich für dieses Jahr viel Erfolg!

Ihr

Dr. Uli Paetzel
Bürgermeister

Freitag, 3.2.2012 – 15 bis 18.30 Uhr

Frauenmesse

Beruf und Gesundheit

Die Frauenmesse, zum Auftakt der diesjährigen Frauenkulturtage, richtet sich an alle Frauen – egal ob Unternehmerinnen, Berufstätige, Mutter und Hausfrau, Frauen, die ihre Selbständigkeit planen, Frauen, die sich kulturell oder sozial engagieren (wollen), oder Frauen, die auf der Suche nach neuen Angeboten, Kontakten oder Netzwerken sind. Die Besucherinnen können Neues ausprobieren (Trommeln, Singen, etc.) oder neue Infos zu verschiedenen Themen bekommen. Die Messe soll Angebote für die unterschiedlichen Lebensbereiche zeigen und über das vielfältige Programm während der Frauenkulturtage informieren.

Ein weiterer Schwerpunkt auf der Messe ist wegen der besonderen Herausforderung der Bereich „Beruf und Gesundheit“.
Gabriele Ikinger-Büse moderiert die Podiumsdiskussion, bei der verschiedene Frauen über ihre Strategien berichten, Erfolg und Ausgleich, Ruhe und Erholung zu meistern. Außerdem werden die Chancen und Herausforderungen für eine Selbstständigkeit beleuchtet.
Es gibt Mitmach- und Schnupperangebote sowie zahlreiche Kurzvorträge.
Fragen stellen und neugierig sein ist ausdrücklich erwünscht!

Ort:	Bürgerhaus Herten-Süd
Veranstalterin/ Ansprechpartnerin:	Kulturbüro, Sabine Weißenberg, Tel.: (0 23 66) 30 35 41, Gleichstellung, Christiane Rohde, Tel.: (0 23 66) 30 34 87 und Wirtschaftsförderung
Kosten:	frei

Anmeldung nur für Ausstellerinnen erforderlich!

Dienstag, 7.2.2012 – 19 bis 22 Uhr

Informationsveranstaltung

Neues zum Thema Trennung und Scheidung

Alles Wesentliche, was bei einer Trennung und Scheidung zu regeln ist, wird von zwei Hertener Anwältinnen und Mediatorinnen, Sonja Rediger und Evelyn Steindor-Schmidt, angesprochen. Dabei werden die Themenwünsche der Teilnehmerinnen berücksichtigt und zusätzlich wird über Systeme informiert, die erfahrungsgemäß Hilfe im Konfliktfall bieten.
Die Veranstaltung bietet keine individuelle Rechtsberatung.
Siehe auch Veranstaltung Donnerstag, 9.2.2012

Ort:	Familienbildungsstätte
Veranstalterin:	Gleichstellungsbeauftragte
Referentinnen:	Sonja Rediger und Evelyn Steindor-Schmidt, Rechtsanwältinnen
Kosten:	10 €
Anmeldung:	Familienbildungsstätte, Tel.: (0 23 66) 3 52 11
E-Mail:	fbs-herten@bistum-muenster.de

Donnerstag, 9.2.2012 – 19 bis 21 Uhr

Informationsveranstaltung

„Mediation und Streitschlichtung“ jetzt sogar mit Mediationsgesetz

Die beiden Hertener Anwältinnen und Mediatorinnen, Sonja Rediger und Evelyn Steindor-Schmidt, informieren umfassend zu diesem Verfahren zur Konfliktlösung, das nun auch gesetzlich gefördert und immer häufiger die erste Wahl bei Rechtsschutzversicherungsverträgen wird. Wie läuft es, was kostet es und welche ersten Schritte braucht es? Keine individuelle Rechtsberatung.

Ort:	Familienbildungsstätte
Veranstalterin:	Gleichstellungsbeauftragte
Referentinnen:	Sonja Rediger und Evelyn Steindor-Schmidt, Rechtsanwältinnen
Kosten:	8 €
Anmeldung:	Tel.: (0 23 66) 9 31 91 31
E-Mail:	kanzlei-rediger@web.de

Freitag, 10.2.2012 – 17.30 Uhr

Politik

Schule 2012

SPD-Frauen laden zu einer Zeitreise durch die Bildungslandschaft unserer Region ein. In kurzen Szenen werden Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft auf der Bühne dargestellt. Gemeinsam wollen wir mit den Gästen über das Morgen diskutieren, damit das Übermorgen eine gute Zukunft mit Chancen und Perspektiven für unsere Kinder und Enkelkinder bereithält.

Getränke und Snacks werden angeboten.

Ort:	N.N.
Veranstalterin:	AsF Herten, Tel.: (0 23 66) 30 35 46 und (0 23 66) 50 28 89
Kosten:	2,50 €

Samstag, 11.2.2012 – 10 bis 16 Uhr

Workshop

Konflikte – Tages-Workshop

Wenn Sie wissen wollen, was sich hinter dem Begriff der achtsamen oder auch gewaltfreien Kommunikation verbirgt und wie sie im Konfliktfall funktioniert, so sind Sie hier richtig. Sie werden einen Einblick in eine faszinierende Methode zwischenmenschlicher Kommunikation bekommen, die zugleich eingeübt wird. Mit dem Methodenköfferchen erhalten Sie konkrete Hilfe.

Ort:	Familienbildungsstätte
Veranstalterin:	Gleichstellungsbeauftragte
Referentin:	Evelyn Steindor-Schmidt, Rechtsanwältin und Mediatorin, Herten
Kosten:	60 € (Ermäßigung möglich)
Anmeldung:	erforderlich, Evelyn Steindor-Schmidt, Tel.: (02 09) 61 33 27
E-Mail:	steindor-schmidt@t-online.de

Dienstag, 21.2.2012 – 19.30 Uhr

Workshop

Progressive Muskelentspannung

Mich selbst wieder spüren, entspannt nach den Feiertagen...
Die Progressive Muskelentspannung ist wohl die bekannteste Entspannungstechnik zur Verminderung und Vorbeugung von Stress, und das Prinzip ist einfach zu erlernen. Genießen Sie diesen Schnupperabend und spüren Sie wieder etwas von sich selbst. Bei Gefallen kann ein Anschlusskurs entstehen.

Ort:	Freizeit- und Begegnungsstätte Westerholt
Veranstalterin/ Referentin:	Gabriele Antonia Keller, Ernährungs-, Entspannungs- und Bewegungstrainerin, Diabetesassistentin
Kosten:	7 €
Anmeldung:	Gabriele Antonia Keller, Tel.: (0 23 66) 63 89

Donnerstag, 1.3.2012 – 10 bis 12 Uhr

Geburtsvorbereitung

Kugelrund – Auf den Anfang kommt es an

Viele Faktoren spielen eine Rolle, wenn es darum geht, sich auf das Leben mit einem Baby einzustellen. Dazu brauchen junge schwangere Frauen viel Information, Übersicht über mögliche finanzielle Hilfen, Vorbereitung auf wichtige Gespräche mit Behörden, Ausbildungsstätten etc. Aber auch der Austausch in Caféatmosphäre mit Gleichgesinnten über Schwangerschaft und Geburt lädt zum Vorbeischauen ein.

Ort:	Haus der Diakonie, Ewaldstr. 72
Veranstalterin:	Beratungsstelle für Schwangere, Schwangerschaftskonflikt und Sexualität
Referentinnen:	Mechthild Keßler und Susanne Rohn
Kosten:	frei
Anmeldung:	Susanne Rohn, Tel.: (0 23 66) 10 67 35

Donnerstag, 1.3.2012 – 18 Uhr

Ausstellungseröffnung

Frauenkünste – Menschen so fern und doch hautnah – Radierungen und Bilder von Ulla Zacher-Renz

Seit 1996 wird im Rahmen der Frauenkulturtage die Ausstellungsreihe „Frauenkünste“ durchgeführt.

Die diesjährige Künstlerin, Ulla Zacher-Renz, ist einigen Hertenern bekannt, denn sie arbeitet seit 1988 als Kunstlehrerin an der Rosa-Parks-Schule.
Sie selbst hat als Jugendliche begonnen, sich mit Kunst auseinanderzusetzen. Ihre ersten Arbeiten waren Kopien der Posteranzeigen aus der ‚Bravo’. Neben Akt- und Porträtstudien legte sie später, im Studium zur Kunstpädagogin, ihren Schwerpunkt auf grafische Techniken, insbesondere der Radierung. Sie zeigt in dieser Ausstellung Radierungen und Acrylbilder, vor allem Porträts und Lebenssituationen von Menschen. „Hinter der Halde“: Ulla Zacher passiert täglich die Halden zwischen ihrem Wohnort Wanne-Eickel und Herten. Der Titel soll darauf verweisen, dass manche Dinge nicht offensichtlich sind. Manchmal muss man „hinter die Halde gucken“ oder den Standort nach oben verlagern, um einen besseren Überblick zu erhalten.
Die Ausstellung ist vom 1.3. - 30.4., Mo - Fr, von 10 - 20 Uhr geöffnet

Ort:	Bürgerhaus Herten-Süd
Veranstalterin/ Ansprechpartnerin:	Kulturbüro, Bettina Hahn, Tel.: (0 23 66) 30 31 79

Donnerstag, 1.3.2012 – 19 Uhr

Politik

Berufseinstieg für junge Mütter

Über die Ausbildungs- und Weiterbildungschancen von werdenden und alleinerziehenden Müttern diskutieren und informieren Fachfrauen der Beschäftigungsförderung, der Jugendberufshilfe JOKER und die Gleichstellungsbeauftragte. Sie beleuchten die Möglichkeiten junger Frauen für eine eigenständige Existenzsicherung. Eingeladen sind besonders (junge) Frauen, die für sich eine berufliche Perspektive suchen.

Ort:	Hotel am Schlosspark
Veranstalterin/ Anmeldung:	Frauen Union Herten, Ingrid Buttler Tel.: (0 23 66) 5 57 39 oder Tel.: (0172) 2 81 82 64,
E-Mail:	service@cdu-herten.de
Referentinnen:	Delia Temmler und Lisa Baier-Rode, Beschäftigungsförderung, sowie Christine Schröder von der Jugendberufshilfe JOKER und die Gleichstellungsbeauftragte Christiane Rohde

Freitag, 2.3.2012

Weltgebetstag

Steht auf für Gerechtigkeit

Das Thema des diesjährigen Weltgebetstags lautet „Steht auf für Gerechtigkeit“. Vorbereitet wurde er von Frauen aus dem südostasiatischen Land Malaysia. Die Malaysierinnen zeigen uns in ihrem Gottesdienst, warum gerade wir als Christinnen und Christen verpflichtet sind, gegen Ungerechtigkeit in unserer Gesellschaft einzutreten und für Gerechtigkeit aufzustehen.

Der Weltgebetstag ist die größte ökumenische, weibliche Basisbewegung. Dafür erarbeiten Frauen eines bestimmten Landes jährlich eine Gottesdienstordnung.

Uhrzeiten und Orte entnehmen Sie bitte der Tagespresse.

Veranstalter:	verschiedene Kirchengemeinden
Ansprechpartnerin:	Mechthild Warczok, Tel.: (0 23 66) 5 27 80

Freitag, 2.3.2012 – 16 bis 20 Uhr

Workshop

Wen-Do für Mütter und Töchter

Praktische Übungen und Informationen zum Thema Selbstbehauptung und Selbstsicherheit für Mädchen und Frauen. Übungen zur Wahrnehmung, Kommunikation, Selbstverteidigung und Entspannung, Reaktions- und Bewegungsspiele. Das Miteinander zwischen Groß und Klein, die gemeinsame Kraft und der gemeinsame Spaß stehen im Mittelpunkt. Eingeladen sind Mädchen von 9 bis 13 Jahren mit einer Frau ihres Vertrauens.

Ort:	Haus der Kulturen
Veranstalterin:	Frauenberatung des Diakonischen Werkes im Kirchenkreis RE
Referentin/ Anmeldung:	Susanne Rohn, Tel.: (0 23 66) 10 67 37
Kosten:	30 € pro Paar

Freitag, 2.3.2012 – 19.30 Uhr

Kulinarisches

Liebe, Lust und Sellerie – Die Kräuter-Kochshow

Kann man Chlorophyll essen? Ist gegen meinen Nachbarn ein Kraut gewachsen? Und welches Grünzeug hilft dem Mann meiner Träume aufs Pferd? Die Zauber-Köchin Astrid Gloria kennt die köstlichen Antworten. Ihre “Magischen Gemüse-Kochshows“ sind randvoll mit guten Zutaten und in Köln längst Kult! Sie kocht live für das Publikum ihre “Magischen Glücksrezepte“. Dazu zaubert sie, verbiegt Löffel, lässt die Zutaten erscheinen, singt poppige Küchenlieder, tanzt mit dem Brokkoli und rockt um den brodelnden Gemüsetopf. Alle wissen, dass Gemüse gesund ist. Aber warum eigentlich? Und wie bekomme ich “das Zeug“ in mich hinein? Und in meine Männer? Und Kinder? Glorias Geheimrezepte sind die Lösung!

Ort/Veranstalterin:	Familienbildungsstätte
Leitung/ Referentin:	Astrid Gloria
Eintritt:	15 €
Anmeldung:	Familienbildungsstätte, Tel.: (0 23 66) 3 52 11

Freitag 2.3.2012 und Samstag 3.3.2012 – 17 bis 20 und 11 bis 18 Uhr

Ich bin wer?!

Den eigenen Weg finden in schwierigen Entscheidungsprozessen

Unser Tun und Lassen basiert auf Entscheidungen und ist Ausdruck unserer Identität.
Oft sind wir dabei im Konflikt zwischen mehreren Alternativen. Langfristige Unentschiedenheit und innere Zerrissenheit aber wirken destruktiv auf die seelische Gesundheit und Kommunikation mit anderen.
Ziel des Seminars ist es zu lernen, schneller innere Klarheit zu gewinnen und selbstsicher entscheiden zu können.

Ort:	Seminarhaus im Naturerlebnisgarten
Veranstalterin:	Kinder- und Jugendschutz Stadt Herten, (0 23 66) 30 31 97
Referentin:	Maria Röhling, Diplom-Pädagogin/Logotherapeutin,
Kosten:	110 €
Anmeldung:	Tel.: (0 23 66) 30 31 97

Samstag, 3.3.2012 – 10 bis 16 Uhr

Workshop

Lässig aus der Hüfte

Improvisationstheater-Workshop mit den beiden Frizzles-Frauen Katrin Piplies & Betty LaMinga

Kennen Sie das? „Ach, wär ich doch nur ein bisschen schlagfertiger.“ Das können Sie nun haben! Geben Sie sich einen Ruck und tauchen Sie ein in die Welt des Spontantheaters. In einem sechsstündigen Workshop können Sie elegant über Ihre eigene Grenze spazieren und entdecken, wer dahinter steht. Mit Storytelling, Körpereinsatz und Humor wird die hohe Kunst der Improvisation unterrichtet und mit den Teilnehmern in Szene gesetzt. Die ganz Mutigen können sich am nächsten Tag direkt in einer Improshow auf der Bühne ausprobieren.
Gemeinsam blicken Piplies und LaMinga auf 40 Jahre Bühnentätigkeit und pädagogische Workshoparbeit zurück.

Ort:	Glashaus
Ansprechpartnerin:	Kulturbüro
Referentinnen:	Katrin Piplies & Betty LaMinga
Kosten:	25 €
Anmeldung:	Sabine Weißenberg, Tel.: (0 23 66) 30 35 41
E-Mail:	s.weissenberg@herten.de

Samstag, 3.3.2012 – 13 Uhr

Kulinarisches

Energiebewusstes Kochen und genussbewusstes Speisen

Die SPD-Frauen laden ein und wer möchte, kann regionale Rezepte mitbringen. Die Rezepte werden an die VHS weitergeleitet. Diese ist dabei, ein Energiekochbuch für die Region zu erstellen. Wie koche ich energiebewusst? Was sind klimaschonende Zutaten?

Ort:	Kunsthof Knoop
Veranstalterin:	AsF Stadtverband Herten, SPD-Frauen
Kosten:	4 €
Anmeldung:	SPD-Büro, Tel.: (0 23 66) 30 35 46 und Tel.: (0 23 66) 50 28 89

Sonntag, 4.3.2012 – 10 bis 14 Uhr

Frühstück

Frauenfrühstück mit Kultur

Frühstücksbuffet und unterhaltsame Kultur verwöhnen an diesem Sonntagmorgen Gaumen, Ohren und Augen. Betty LaMinga und Katrin Piplies zeigen wieder eine unwiderstehliche Improshow. Ein reichhaltiges Kultur- und Frühstücksangebot mit einigen Überraschungen.

Ort:	Glashaus
Veranstalterin/ Ansprechpartnerin:	Kulturbüro
Eintritt:	VVK 15 €, Tageskasse 17 €
Tischreservierungen:	Sabine Weißenberg, Tel.: (0 23 66) 30 35 41
Kartenvorverkauf:	Glashaus, Tel.: (0 23 66) 30 36 51

Montag, 5.3.2012 – 19 Uhr

Information

Wenn Frauen reisen – Reisebericht und Diashow über Südindien

Wer etwas über Auroville – einer 1968 realisierten Idee einer “universellen“ Stadt, die von einer Vision von Integralem Leben und Zusammenleben getragen ist – erfahren will, darf sich diesen Abend nicht entgehen lassen. Berichte und Bilder von kunstvollen Tempeln und Gebäuden werden ergänzt durch Impressionen landschaftlich reizvoller Gebiete, wie z. B. den Kerala-Backwaters.

Ort:	Familienbildungsstätte
Veranstalterin/ Ansprechpartnerin:	Frauen-Informationsnetzwerk, Renate Nöbe, Tel.: (02 09) 3 59 37 41
E-Mail:	renate.noebe@gmx.de
Kosten:	frei
Referentinnen:	Rosy von Westerholt, Hildegard Grammann, Rita Ludwig

Dienstag, 6.3.2012 – 18.30 bis 20.30 Uhr

Workshop

Positiv Fühlen – Grundkurs

Wir haben täglich viele Möglichkeiten, uns zu ärgern, aufzuregen oder genervt zu sein. Das bringt uns allerdings meist nicht weiter. Das positive Fühlen beruht auf den neuesten Erkenntnissen der Gehirn-, Verhaltens- und Glücksforschung und bietet die Möglichkeit, sich immer öfter gut zu fühlen, sich das Leben leichter zu machen, das Immunsystem und die Gesundheit zu stärken, positiver zu wirken.

Ort:	Seminarhaus im Naturerlebnisgarten
Veranstalterin/ Referentin:	Christiane Gruska, Glückstrainerin
Kosten:	37 € (max. 5 Teiln., Sonderpreis FK-Tage)
Anmeldung:	Christiane Gruska, Tel.: (0 20 41) 77 67 08
E-Mail:	christiane@glueck-l-ich.com

Dienstag, 6.3.2012 – 19 Uhr

Kulinarisches

Pralinen selbst gemacht

Köstlichem Konfekt oder Pralinen kann man nicht widerstehen, jetzt kann man sie auch einfach und schnell selbst zubereiten. Verschenken Sie diese Köstlichkeiten oder genießen Sie sie einfach selbst. Freuen Sie sich auf die Herstellung Ihrer eigenen Pralinen und genießen Sie einen interessanten Abend.
Hinweis: Bitte an Schürzen und Vorratsdosen denken!

Veranstalterin/ Ansprechpartnerin:	Siebenbürger Haus, Karin Roth
Referentin:	Gabriele Antonia Keller
Kosten:	13 € inkl. Material
Anmeldung :	Karin Roth, Tel.: (0 23 66) 5 30 06

Dienstag, 6.3.2012 – 19.30 bis 21.45 Uhr

Schreibwerkstatt

Zu Tisch – Pikantes aus Küche und Keller

Wer Kochen für ein klassisches Frauenthema hält, der kann Recht behalten – allerdings diesmal mit dem feinen Unterschied, dass hier keine Frau kocht, wenn es im Saal brodelt. Die Frauen der Schreibwerkstatt haben wieder im Alphabet gerührt und die Buchstaben mächtig geschüttelt. Nach getaner Tat laden sie zu einer Lesung ein und lassen sich in die Töpfe gucken.
Und sie holen sich stimmstarken Beistand. Die Waltroper Küchenmamsells scheuen den Weg über den Kanal nicht. Sie rauschen mit Rüschenhäubchen, fein gestärkten Schürzen, Gitarre und einem schier unendlichen Repertoire an Küchenliedern an. Da kann man nur allen Gästen des Abends wünschen: Wohl bekomm‘s!

Ort:	Familienbildungsstätte
Veranstalterin:	Familienbildungsstätte, Schreibwerkstatt der Familienbildungsstätte
Referentin:	Dagmar Hojtzyk
Kosten:	3 €
Anmeldung:	erwünscht, Tel.: (0 23 66) 3 52 11

Mittwoch, 7.3.2012 – 21.15 bis 23.15 Uhr

Vollmondwanderung

„Guter Mond, du scheinst so helle “

Am Vorabend des Internationalen Frauentags findet zum 10. Mal die romantische Vollmondwanderung nur für Frauen im Schlosspark Herten statt. Bei Sekt und kleinen Aufwärmungen werden an verschiedenen Orten Texte und Gedichte gelesen. Der treue Begleiter in den ganzen Jahren, Hund Charly, wird hoffentlich wieder dabei sein. Bitte an wetterfeste, warme Kleidung und Taschenlampe denken!

Ort:	Treffen auf dem Schlossparkplatz um 21 Uhr
Veranstalterin:	Aktive Frauen im Vest: Doris Wenglorz, Brigitte Knappczyk
Organisatorin:	Elke-Marita Stuckel-Lotz, Tel.: (01 71) 9 38 66 31
Kosten:	frei

Donnerstag, 8.3.2012 – 20.07 Uhr

Kabarett

Sarah Hakenberg: „Der Fleischhauerball“

Neue Moritaten von dem Teufel mit dem Engelsgesicht. Darf man so gemein sein? Ja! Aber nur, wenn man Sarah Hakenberg heißt. Denn niemand beherrscht das Wechselspiel zwischen scheinbarer Naivität und purer Boshaftigkeit so virtuos wie die brettharte Seelenfängerin aus München. In ihrem neuen Soloprogramm gräbt sie in den finsteren Kellern der menschlichen Psyche und findet dort Leichen, von denen wir noch nicht einmal wussten, dass sie überhaupt existieren. Lügen und manipulieren wir nicht alle ein bisschen? Sarah Hakenberg erzählt von ihren eigenen Leichen und ertappt uns selbst dabei auf frischer Tat. Ein Abend voller treffender Pointen, kluger Einsichten und mit jeder Menge böser Überraschungen!

Ort:	Glashaus
Veranstalter/ Ansprechpartner:	Kulturbüro, Oswald Petermann, Tel.: (0 23 66) 30 32 66
Eintritt:	VVK 15 €/AK 17 €
Vorverkaufsstellen:	Glashaus, Tel.: (0 23 66) 30 36 51 Buchhandlung Attatroll, Recklinghausen, Tel.: (0 23 61) 1 70 02
oder im Internet unter:	www.proticket.de

Freitag, 9.3.2012 – 10.30 Uhr

Politik

Weltfrauentag

Vor über einem Jahrhundert gingen Frauen für mehr Chancengleichheit auf die Straße. Wo stehen wir heute, über 100 Jahre später?
Die SPD-Frauen verschenken am Infostand Rosen und möchten auf den Internationalen Weltfrauentag, der weltweit einmal im Jahr begangen wird, aufmerksam machen. Wir würden uns freuen, gemeinsam mit Ihnen bei Kaffee und Gebäck über die Bedeutung dieses Tages zu diskutieren.

Ort:	Otto-Wels-Platz
Veranstalterin:	AsF Herten, Tel.: (0 23 66) 30 35 46 und (0 23 66) 50 28 89

Freitag, 9.3.2012 – 18 bis 20.30 Uhr

Workshop

Therapeutic Touch – Die Kunst der heilsamen Berührung

Therapeutic Touch (TT) ist eine komplementäre Behandlungsmethode/ganzheitliche Pflegeintervention. Ziel ist es, das Energiefeld des Menschen mittels der Hände zu harmonisieren und dadurch indirekt die Selbstheilungskräfte anzuregen. Inhalte: kurze Einführung in die Methode, energetische Übungen, Erlernen von kleinen Behandlungssequenzen.

Ort:	Kunsthof Knoop
Veranstalterin/ Referentin:	Anja Homeyer, Naturheilpraxis im Kunsthof
Kosten:	5 €
Anmeldung:	Tel.: (02 09) 8 50 67 77
E-Mail:	anja.homeyer@gmx.net

Samstag, 10.3.2012 – 10 bis 14 Uhr

Politik

Frauenparlament – Frauen unterwegs
Frauenparlament zur klimaschonenden Mobilität der Zukunft

Frauen erkunden neue Möglichkeiten der Fortbewegung und die Kombination verschiedener Verkehrsmittel wie Auto, öffentlicher Nahverkehr und Fahrrad. Sie probieren die neuen Elektroräder und Segways aus und erfahren etwas über klimaschonende Stromerzeugung, moderne Antriebstechniken im Auto, spritsparendes Fahren und das neue Fahrradwegekonzept.

Ort:	Zeche Ewald, Lohn- und Lichthalle
Veranstalterin:	Gleichstellungsbeauftragte und Stadtentwicklung
Referentinnen:	Christiane Rohde und Babette Nieder, Irja Hönekopp, Jürgen Harks
Kosten:	frei

Samstag, 10.3.2012 – 10 bis 12.30 Uhr

Workshop

Breathwalk

Die neue Walking-Methode, um Energie zu tanken und gleichzeitig zur Ruhe zu kommen, ist eine Kombination aus Yoga, Walking, Meditation und bewusstem Atmen. Breathwalk ist für Naturliebhaber eine geeignete Alternative, um Stress abzubauen, Energie zu tanken und etwas für das geistige und körperliche Wohlbefinden zu tun. Bitte wetterfeste Sportkleidung und Sportschuhe sowie rutschfeste Socken mitbringen.

Ort:	la mobile (im Kunsthof Knoop)
Veranstalterin/ Referentin:	Carmela Quattroventi, Yoga, Breathwalk-Trainerin
Kosten:	15 € (Sonderpreis im Rahmen der Frauenkulturtage)
Anmeldung:	Tel.: (02 09) 3 86 24 61
E-Mail:	cq@lamobile.de

Samstag, 10.3.2012 – 10 bis 14 Uhr

Workshop

Goldschmiede-Schnupperkurs

Anhand der Herstellung eines Fingerrings werden Sie in diesem Kurs mit den am häufigsten vorkommenden Goldschmiede-Techniken vertraut gemacht. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Teilnehmerinnen, die bereits über Kenntnisse verfügen, können auch ein Schmuckstück nach eigenem Entwurf anfertigen.
Es besteht die Möglichkeit, mit Silber, Kupfer oder Messing zu arbeiten.

Ort:	Kunsthof Knoop
Veranstalterin:	Artrium-Schmuckatelier
Referentin:	Christiane Steffler-Bunge, Goldschmiedin und Diplom-Designerin
Kosten:	21 €
Anmeldung:	Tel.: (02 09) 5 98 03 07
E-Mail:	artrium@web.de

Samstag, 10.3.2012 – 18.30 Uhr

Orientalischer Tanz

Träume aus 1001 Nacht

Die Tanzgruppen des Bürgerhauses laden zu einer Reise von Orient zu Okzident ein und verzaubern mit traumhaften Darbietungen. Ein kleiner Basar beginnt um 17 Uhr.

Ort:	Bürgerhaus Herten-Süd
Veranstalterin/ Ansprechpartnerin:	Bürgerhaus Herten-Süd, Janine Wittkop, Tel.: (0 23 66) 30 78 00
Eintritt:	Kinder bis 12 Jahre 5 €/Erwachsene 8 € Kartenvorverkauf im Bürgerhaus Herten-Süd

Sonntag, 11.3.2012 – 11.30 Uhr

Ausstellungseröffnung

„Kein Ereignis von Bedeutung“ Klanginstallation/Holz- und Linolschnitte/Porzellanreliefs von Karin Hilbers

Die zentrale Arbeit der Ausstellung von Karin Hilbers ist eine Installation mit zwölf großen Lautsprechern, aus denen die Lieder “Lili Marleen“ und “Es ist so schön, Soldat zu sein“ erklingen, sowie 24 Linolschnitten, die in der Technik des verlorenen Schnitts erstellt sind. Als Arbeitsgrundlage dienten Tagebuchaufzeichnungen eines Soldaten, der an der Belagerung Leningrads beteiligt war. Die Linolschnitte zeigen Texte aus dem Zeitraum Januar bis April 1943, überdruckt mit abstrahierten Kartenskizzen der Stadt Leningrad.

Ort:	Zeche Scherlebeck
Veranstalterin/ Ansprechpartnerin:	Kulturbüro, Sylvia Seelert, Tel.: (0 23 66) 30 35 43
Kosten:	frei

Sonntag, 11.3.2012 – 15 bis 18 Uhr

Workshop

Positiv Fühlen – Grundkurs

Wir haben täglich viele Möglichkeiten, uns zu ärgern, aufzuregen oder genervt zu sein. Das bringt uns allerdings meist nicht weiter. Das positive Fühlen beruht auf den neuesten Erkenntnissen der Gehirn-, Verhaltens- und Glücksforschung und bietet die Möglichkeit, sich immer öfter gut zu fühlen, sich das Leben leichter zu machen, das Immunsystem und die Gesundheit zu stärken, positiver zu wirken ...

Das Angebot ist auf max. 5 Teilnehmerinnen begrenzt.

Ort:	Seminarhaus im Naturerlebnisgarten
Veranstalterin/ Referentin:	Christiane Gruska, Glückstrainerin
Kosten:	37 € (Sonderpreis im Rahmen der Frauenkulturtage)
Anmeldung:	Tel.: (0 20 41) 77 67 08
E-Mail:	christiane@glueck-l-ich.com

Sonntag, 11.3.2012 – 19 bis 22 Uhr

Workshop

Positiv Fühlen – Aufbaukurs

Im Aufbaukurs des Positiven Fühlens wird die Technik so vertieft und ausgeweitet, dass sie auch im Umgang mit persönlich schwierigeren Situationen angewendet werden kann und sich somit neue Möglichkeiten bieten. Die Anwendung auf das Beispielthema “Beziehungen“ verdeutlicht dies. Außerdem wird eine zusätzliche leicht erlern- und anwendbare Technik vermittelt. Die Teilnahme am Grundkurs ist Voraussetzung.

Das Angebot ist auf max. 5 Teilnehmerinnen begrenzt.

Ort:	Seminarhaus im Naturerlebnisgarten
Veranstalterin/ Referentin:	Christiane Gruska, Glückstrainerin
Kosten:	37 € (Sonderpreis im Rahmen der Frauenkulturtage)
Anmeldung:	Tel.: (0 20 41) 77 67 08
E-Mail:	christiane@glueck-l-ich.com

Montag, 12.3.2012 – 18 Uhr

Information

Frauen leben länger – aber wovon?

Soziale Sicherheit im Alter und Stärkung des solidarischen Ausgleichs in der Gesellschaft sind das Ziel des Rentenmodells der fünf großen katholischen Verbände, das an diesem Abend vorgestellt wird.

Ort:	Tiönsklause, Antoniusplatz (neben der Kirche St. Antonius)
Veranstalterin:	kfd Dekanat Herten
Referentin:	Ulla Kintrup-Limbrock
Kosten:	frei

Montag,12.3.2012 – 19 Uhr

Kino

10 Jahre Frauenfilmabend

Zum zehnjährigen Jubiläum ein Frauenfilmabend mit zwei Filmen und vielen kleinen und großen Überraschungen sowie mit einem Sektempfang.

“Midnight in Paris“
Paris – die Stadt der Liebe: Eine amerikanische Familie befindet sich auf Geschäftsreise in der Metropole, darunter auch ein frisch verlobtes Pärchen, dessen Liebesleben an der Seine auf die Probe gestellt wird. “Midnight in Paris“ ist eine romantische Komödie, die die Liebe eines jungen Mannes zu Paris zelebriert und gleichzeitig mit der Illusion spielt, dass ein anderes Leben besser als das eigene wäre.

“Männerherzen 2“
Die Mischung aus Situationskomik, aus funkelndem Wortwitz und tiefergelegtem Kalauer funktioniert dank flottem Timing bestens. Dass man bei der Fortsetzung einer Erfolgskomödie mit der Erfolgsrezeptur des Vorgängers vertraut, ist ökonomisch legitim. Im Fall von “Männerherzen 2“ ist dieser Weg des geringsten kreativen Widerstands ein Segen. Regisseur und Drehbuchautor Simon Verhoeven fügt diese Liebeschaos-Episoden zu einer glänzend verknüpften Dramaturgie zusammen.

Männer ausdrücklich herzlich willkommen!

Uhrzeit:	1. Film ab 19 Uhr, 2. Film ab 21 Uhr
Ort:	Filmzeche Hollywood
Veranstalter/-innen:	Hertener Kinobetriebs GmbH/Aktive Frauen im Vest
Ansprechpartnerin:	Elke-Marita Stuckel-Lotz, Tel.: (0171) 9 38 66 31
E-Mail:	stuckel-lotz@web.de
Eintritt:	4,50 € zzgl. 1,80 € Mindestverzehr
Kartenvorverkauf:	beim Kinoteam, Tel.: (0 23 66) 8 89 11 Hotline Tel.: (0 18 05) 3 45 69 32 43

Weitere Termine der FrauenFilmReihe:

27.2.2012:	Larry Crowne (mit Julia Roberts und Tom Hanks)
26.3.2012:	Das Blaue vom Himmel (eine demenzkranke Frau – gespielt von: Hannelore Elsner – u. a. auch mit Karoline Herfurth und Juliane Köhler)
09.4.2012:	Polnische Ostern (ein Film mit Henry Hübchen am Ostermontag)
23.4.2012:	Gianni und die Frauen (Nach „Festmahl im August“ die neue Komödie)
07.5.2012:	Toast (Familiengeschichte rund ums Kochen) (zum Weltlach-Tag)
21.5.2012:	Cairo Time (hinreißendes Gefühlskino mit dem Zauber von Kairo)
04.6.2012:	Sommer in Orange (ein Lacherfolg – spielt in Bayern)

Dienstag, 13.3.2012 – 9 bis 11.15 Uhr

Frühstück

Evas Kleider „fair“ betrachtet
Alternative Modenschau „Adam für Eva“

Die Stoffe, aus denen unsere Kleidung bestehen, werden einmal aus dem Blickwinkel des Umweltschutzes, der nachhaltigen Wirtschaftlichkeit und der gesundheitlichen Aspekte angesehen.
Die Referentin ist Schneiderin und hat zudem in ihrer Werkstatt aus alten Oberhemden neue Teile genäht. In einer Modenschau werden diese vorgeführt.

Ort:	Kirche St. Maria Heimsuchung, Mariensaal
Veranstalterin:	Frühschoppen der Frauen Langenbochum
Ansprechpartnerin:	Claudia Winkelnkemper
Kosten:	Unkostenbeitrag für das Frühstück

Dienstag, 13.3.2012 – 9.15 bis 11 Uhr

Frühstück

„Die Zaubershow“

Der vielseits bekannte Zauberkünstler Kai Wiedermann entführt uns in die Welt der Magie. Seine Show versetzt uns ins Staunen. Ein bezaubernder Morgen mit einem leckeren Frühstück, zu dem wir alle Frauen willkommen heißen und herzlich einladen.

Ort:	Pfarrzentrum St. Martinus
Veranstalterin:	Frauentreff am Vormittag
Organisatoren:	Renate Bernhard/Kai Wiedermann
Kosten:	3 € zzgl. Frühstückspreise nach Verzehr

Dienstag, 13.3.2012 – 19 bis 22 Uhr

Workshop

Aromamassage zu zweit

Unser Bedürfnis nach Körperkontakt endet nicht mit der Kindheit. Wir alle brauchen Berührung, um uns geliebt, sicher und geborgen fühlen zu können. Die Grundlage jeder Massage ist die Berührung. An diesem Abend wird mit einfachen Griffen gezeigt, wie durch die Kraft der Massage, verbunden mit der Heilwirkung ätherischer Öle, Muskelverspannungen gelöst werden können.

Ort:	Seminarhaus im Naturerlebnisgarten
Veranstalterin:	BUND Herten
Referentin:	Sigrun Zobel
Kosten:	15 € inkl. Massageöl und Getränke
Anmeldung:	Tel.: (0 23 66) 8 22 49
E-Mail:	sigrun.zobel@t-online.de

Dienstag, 13.3.2012 – 19 bis 21 Uhr

Information

Frauen-Arbeit-Armut – am Beispiel eines Einzelschicksals

Berufstätige Mutter, alleinerziehend, sozial und politisch engagiert – wohin führt das im Alter? Späte Arbeitslosigkeit, Rentenerwartung und -alternativen.
Ein persönlicher Erfahrungsbericht der Mut machen soll, mit hilfreichen Tipps.

Ort:	Schaufensterraum Kirchengemeinde St. Josef Süd
Veranstalterin/ Referentin:	Karin Duscha (Selbstständige Vertriebspartnerin)
Anmeldung:	Tel.: (0 23 61) 2 15 13
E-Mail:	duscha-energetix@web.de
Kosten:	frei

Dienstag, 13.3.2012 – 20 Uhr

Lesung

Lamya Kaddor

Lamya Kaddor ist deutsche Muslimin und setzt sich für einen liberalen, aufgeklärten Islam ein. Sie unterrichtet in Dinslaken Islamkunde in deutscher Sprache. In ihrem neuesten Buch, „Muslimisch – weiblich – deutsch! Mein Leben für einen zeitgemäßen Islam“, erzählt sie von den Schwierigkeiten, die ihr als junge, gläubige Muslimin begegneten. Ein engagierter und spannender Beitrag zur Integrationsdebatte.

Ort:	Glashaus Herten
Veranstalterin/ Ansprechpartnerin:	Stadtbibliothek Herten, Rita Schwickert, Tel.: (0 23 66) 30 36 93
E-Mail:	r.schwickert@herten.de
Eintritt:	VVK 7 €/AK 9 €, erm. 4 €
Vorverkaufsstellen:	Glashaus, Tel.: (0 23 66) 30 36 51, Buchhandlung Droste, Tel.: (0 23 66) 3 51 62, Buchhandlung Attatroll, Recklinghausen, Tel.: (0 23 61) 1 70 02

oder im Internet unter: www.proticket.de

Mittwoch, 14.3.2012 – 16 Uhr

Workshop

Mobbing

Ihr Kind will nicht mehr zur Schule gehen, das Team am Arbeitsplatz geht einer Kollegin/ einem Kollegen aus dem Weg, Gespräche verstummen, wenn eine bestimmte Person den Raum betritt. Wenn Sie solche Situationen kennen, kann Ihnen dieser Workshop weiterhelfen:

- Sensibilisierung für Mobbingopfer
- Möglichkeit zur Stärkung der Mobbingopfer und Durchbrechen der Situationen

Das Angebot ist auf 15 Teilnehmerinnen begrenzt.

Ort/Veranstalterin:	Haus der Kulturen
Referentinnen:	Annelie Rutecki, Dipl.-Sozialpädagogin und Gudrun Bahr, Dipl.-Sozialarbeiterin
Kosten:	5 €

Anmeldung bis 7.3.2012 erforderlich, Tel.: (0 23 66) 18 07 13

Mittwoch, 14.3.2012 – 19 Uhr

Politik

Weltfrauenkonferenz

Frauen gehen nach vorn: Vamos, mujeres! Teilnehmerinnen berichten über Erlebnisse und Ergebnisse der 1. Weltfrauenkonferenz der Basisfrauen in Venezuela im März 2011. An diesem Abend kommt die Weltfrauenbewegung nach Herten. Die Gäste erfahren vom Leben, den Kämpfen und Visionen der Frauen. Ein Powerpoint-Vortrag und Diskussion über Perspektiven der internationalen kämpferischen Frauenbewegung ergänzen den Vortrag.

Ort:	Glashaus
Veranstalterinnen/ Ansprechpartnerinnen:	AUF Herten und Frauenverband Courage Kreis RE, Sabine Leopold, Antje Gerhäuser, Klara Lutz
Kosten:	3 €, erm. 2 €

Donnerstag, 15.3.2012 – 17 bis 20 Uhr

Informationsveranstaltung

„Sicherheit im Internet“

Die Herausforderungen, die das Internet mit sich bringt, sind vielfältig. Datenschutz? Privatsphäre? Eigene Fotos im Netz? Social-Communities-Nutzung? Dies sind nur einige Themen, mit denen Nutzerinnen konfrontiert sind und umgehen müssen. Die Veranstaltung möchte Frauen Informationen vermitteln und zum Austausch anregen.

Ort:	Hof Wessels
Veranstalterin:	VHS und Kinder- und Jugendschutz Stadt Herten
Referentin:	Ranka Bijelic, Medienreferentin
Anmeldung:	Tel.: (0 23 66) 30 31 97
Kosten:	frei

25

Samstag, 17.3. und Sonntag, 18.3.2012 – 10 bis 16 Uhr

Workshop

Frauen-Leben... heißt wachsen und sich entwickeln

Den Lebenslauf von Frauen bestimmen Veränderungen, denen sie voller Sorgen entgegensehen. Das Verlassenwerden von den Kindern, die Pflegebedürftigkeit der Eltern, das Älterwerden selbst...
Immer gilt es, sich selbst nicht zu verlieren, wenn die Erwartungen von außen an uns herangetragen werden. Gerade wenn die Freiräume durch erwachsen gewordene Kinder gleich wieder dicht sind, weil Angehörige zu pflegen sind.
In den Schwierigkeiten der Wendezeiten im Leben von Frauen stecken aber auch Chancen. Wie verändern wir uns durch die Erwartungen, die von außen an uns gestellt werden, die wir an uns selbst stellen? Welchen Lebensentwurf habe ich? Wo stehe ich im Moment und was muss und will ich gerne verändern?
Dafür nehmen wir uns Zeit. Es geht um Anregungen und Beratungen, sich alleine und miteinander – mit Spaß – diesem Thema zu widmen.

Ort:	VHS Pavillon
Veranstalterin:/ Ansprechpartnerin:	Demografiebeauftragte Susanne Barth, Stadt Herten
Referentin:	Ingeborg Bispinck-Weigand
Kosten:	frei
Anmeldung:	unter Tel.: (0 23 66) 30 32 99

Samstag, 17.3.2012 – 17 bis 18.30 Uhr

Workshop

Zumba – Workshop zum Kennenlernen

Eine neue Trend-und Funsportart aus den USA, die Lateinamerikanische Tänze wie Samba, Salsa, Cumbia, Reggaeton und Merengue mit Hip-Hop und Fitness-Moves kombiniert. Kultur, Kunst, Rhythmus, Bewegungen, Kondition, traditionelle Musik und Tanz aus Lateinamerika geben ein neues Körpergefühl und Körperbewusstsein. Los geht‘s! Zumba = Partytime!

Ort:	Familienbildungsstätte
Veranstalterin:	Familienbildungsstätte
Referentin:	Ramona Lorenz
Kosten:	6 €
Anmeldung:	Tel.: (0 23 66) 3 52 11

Samstag, 17.3.2012 – 19.30 Uhr

Orientalischer Tanz

Orientalische Nacht

In dieser Veranstaltung bieten Ihnen Nadhiyah und ihre Hobbytänzerinnen die Möglichkeit, in die Welt des Bauchtanzes einzutauchen. Mit viel Freude zeigen Ihnen die Frauen, was sie in den einzelnen Tanzgruppen bereits gelernt haben. Im Eintritt von 6,- Euro ist auch ein mit orientalischen Häppchen bestücktes Buffet inbegriffen, welches die Tänzerinnen für Sie liebevoll selbst zubereiten. Karten bekommen Sie im Vorverkauf in der FBW.

Ort:	Freizeit- und Begegnungsstätte Westerholt
Ansprechpartnerin:	Brigitte Onstein, Tel.: (02 09) 6 25 84
Kosten:	6 €

Sonntag, 18.3.2012 – 15 Uhr

Motorradfahrerinnen-Stammtisch

„Klasse-1-Frauen“

Endlich ist es so weit: Der 1. Stammtisch für beherzte Motorradfahrerrinnen wird gegründet. Frauen mit und ohne Motorrad sind willkommen, nach Lust und Laune (und Wetter!!). Einem Erfahrungsaustausch und gemeinsamen Unternehmungen steht nach einem ersten Kennenlernen nichts mehr im Wege. Anregungen erwünscht.

Ort:	Hof Wessels
Veranstalterin/ Ansprechpartnerin:	Gabriele Antonia Keller
Kosten:	frei
Anmeldung:	Gabriele Antonia Keller, Tel.: (0 23 66) 63 89

Sonntag, 18.3.2012 – 16 bis 21 Uhr

Workshop

Trommeln und Percussion

Dieser Rhythmus, wo jeder mitmuss… Total unmusikalisch? Oder musikbegeistert? Talentiert? Oder völlig aus dem Takt? Jede passt!

Am Ende des Workshops werden wir alle gemeinsam ein Stück spielen und begeistert sein. Hier geht es nämlich darum, Spaß und Freude am gemeinsamen Musizieren zu haben. Instrumente werden gestellt.

Ort:	Seminarhaus im Naturerlebnisgarten
Veranstalterin/ Referentin.	Christiane Gruska, Trainerin für Lebensfreude
Kosten:	35 €
Anmeldung:	Tel.: (0 20 41) 77 67 08
E-Mail:	christiane@glueck-l-ich.com

Montag, 19.3.2012 – 19 bis 20.30 Uhr

Musik

Gemeinsames Singen von Liedern aus aller Welt Spirituelle Kraft- und Herzenslieder

Singen heilt die Seele, öffnet das Herz und erweckt unsere Lebensfreude. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Ort/Veranstalterin:	Seminarhaus im Naturerlebnisgarten
Ansprechpartnerin/ Leiterin:	Ursula Emde
Kosten:	10 €
Anmeldung:	Ursula Emde, Tel.: (0 23 66) 18 39 03

Montag, 19.3.2012 – 19.30 bis 21 Uhr

Information

Gesundheit trotz(t) Trauma und Sucht?!

Lebenskompetent ist, wer sich selbst kennt und mag, erfolgreich Probleme löst und Gefühle und Stress bewältigen kann.
Traumatische Erfahrungen, Suchterkrankung, Konflikte bei der Arbeit und in Beziehungen und vieles mehr gefährden unsere Gesundheit.
Ein ausgewogenes Verhältnis von Spannung und Entspannung, von Anforderungen und Freiraum, von Arbeit und Freizeit ist eine wichtige Voraussetzung für Kraft, Energie und Lebensfreude.
Im Zentrum der Veranstaltung steht ein Überblick über gesundheitsgefährdende Bewältigungsversuche nach negativen Erfahrungen. Es erfolgt im Anschluss an den Vortrag ein Training emotionaler Kompetenzen zur Erweiterung eigener Handlungsmöglichkeiten mit Übungen aus der energetischen Psychologie.

Ort/Veranstalterin:	Diakonisches Werk im Kirchenkreis Recklinghausen e. V.; Beratungsstelle für Frauen und die Fachstelle Sucht, Ewaldstr. 72
Referentinnen:	Mechthild Keßler, Frauenberatungsstelle und Angela Buschmann-Rorowski, Fachstelle Sucht
Kosten:	frei
Anmeldung:	Sigrid Klappheck, Tel.: (0 23 66) 10 67 30

Dienstag, 20.3.2012 – 13 Uhr

Ausstellungsbesuch

Besuch der Kunst- und Ausstellungshalle der BRD in Bonn

Das Victoria & Albert Museum, London (zu Gast in Deutschland) ist das weltweit führende Museum für Kunst und Design. Zum ersten Mal in seiner Geschichte leiht dieses Museum 400 spektakuläre Objekte aus: Meisterwerke der schönen und angewandten Kunst wie Möbel, Keramik, Porzellan, Textilien, Skulpturen und Schmuck, ebenso wie Schätze aus Indien, China, Japan und dem Mittleren Osten.

Abfahrt:	13 Uhr Familienbildungsstätte, Rückkehrt ca. 19.30 Uhr
Veranstalterin:	Familienbildungsstätte Herten
Leitung/Referentin:	Mathilde Böwing
Kosten:	40 €

Anmeldung erforderlich, Tel.: (0 23 66) 3 52 11

Dienstag, 20.3.2012 – 19.30 Uhr

Diskussion

„Wie es wirklich ist“
Beruf und Familie: gestern, heute, morgen

Berufliche Entwicklung, finanzielle Unabhängigkeit und Spaß am Familienleben sind meist widerstreitende Ziele. Die Entscheidungen zu treffen, die zur aktuellen Lebensphase passen, bleibt für die einzelne Frau eine Gratwanderung. An diesem Abend erzählen Frauen verschiedener Generationen, wie es für sie war und was sich in dieser Gesellschaft verändern muss, damit die Vereinbarkeit leichter gelingt.

Ort:	Pfadfinderhütte an der Grundschule In der Feige
Veranstalterin:	Gleichstellungsbeauftragte und Frauen d. Vorbereitungsgruppe
Ansprechpartnerin/ Referentin:	Christiane Rohde
Kosten:	frei

Donnerstag, 22.3.2012 – 19 bis 21 Uhr

Information

Gesundheit – Wellness – Schönheit

Selbständig werden und erfolgreich sein: Ein alternativer Entwurf für das Leben “im Alter“ Ein persönlicher Erfahrungsbericht mit hilfreichen Tipps, der Mut machen soll.

Ort:	Glashaus
Veranstalterin/ Referentin.	Karin Duscha (Selbstständige Vertriebspartnerin)
E-Mail:	duscha-energetix@web.de
Kosten:	frei
Anmeldung:	erwünscht, Karin Duscha, Tel.: (0 23 61) 2 15 13

Freitag, 23.3.2012 – 16 bis 20 Uhr

Workshop

Wen-Do

Das Konzept vom Wen Do richtet sich an alle Frauen, die ihre Lebens- und Arbeitsqualität und ihr Sicherheitsgefühl verbessern wollen. Es geht um Stärkung des Selbstwert-gefühls, konstruktives Handeln in Konfliktsituationen, ökonomisches Verhalten bei Stress, klare Abgrenzungen und das Erkennen eigener Bedürfnisse und natürlich um Entspannung, Spaß und Wohlfühlen.

Ort:	voraussichtlich Haus der Kulturen
Veranstalterin:	Frauenberatung des Diakonischen Werkes im Kirchenkreis RE
Referentin:	Susanne Rohn
Kosten:	15 €
Anmeldung:	unter Tel.: (0 23 66) 10 67 37

Freitag, 23.3.2012 – 17.30 Uhr

Politik

Equal Pay Day - Tag der Gleichbezahlung von Frauen und Männern

Frauen machen Rabatz gegen ungerechte Bezahlung. Die niedrigere Bezahlung in traditionellen Frauenberufen und Zurückhaltung bei Lohnverhandlungen sind neben den Familienaufgaben die Ursachen für die geringere Bezahlung von Frauen. Deutschland liegt damit innerhalb der EU auf den hinteren Rängen. Bundesweit wird an diesem Tag gegen die im Schnitt 23% niedrigere Bezahlung von Frauen protestiert. In Herten treffen sich Frauen mit roten Taschen und allem, was lärmt.

Ort:	vor dem Glashaus
Veranstalterin/ Ansprechpartnerin:	Gleichstellungsbeauftragte Christiane Rohde

Freitag, 23.3.2012 – 19.30 Uhr

Frauenfest

„Tanzpalast“

Wenn ich tanze, bin ich... „Gott achtet uns, wenn wir arbeiten. Aber Gott liebt uns, wenn wir tanzen“, sagt eine alte Sufi-Weisheit. So wird das Glashaus mit viel Glamour und Licht zu einem Tanzpalast ausgestattet. „Sei die Tänzerin im Sturm und tanze Samba mit uns, tanze Samba die ganze Nacht...“ Denn: „Nichts ist dem Menschen so unentbehrlich wie der Tanz.“ (Jean-Baptiste Molière)

Ort:	Glashaus
Veranstalterin:	Kulturbüro
Leitung/ Ansprechpartnerin:	Kulturbüro, Bettina Hahn, Tel.: (0 23 66) 30 31 79
E-Mail:	b.hahn@herten.de
Eintritt:	VVK 10 €/AK 12 €
Vorverkaufsstellen:	Glashaus, Tel.: (0 23 66) 30 36 51 Buchhandlung Attatroll, Recklinghausen, Tel.: (0 23 61) 1 70 02
oder im Internet unter:	www.proticket.de

Samstag, 24.3.2012 – 10 bis 16 Uhr

Workshop

Nett sein reicht nicht – ausstrahlen, ankommen, punkten
Beruflich weiterkommen
durch ganzheitliches Talentmanagement

Kontaktscheue und harmoniesüchtige, nette Frauen werden selten befördert, bekommen selten den Zuschlag. Wer sich behaupten will, muss seine Interessen vertreten. Kennen Sie Ihre wirklich?
Oder gibt es da hinderliche Glaubenssätze und Erfolgsblockaden? Entwickeln Sie Ihre Potenziale, stellen Sie Ihre Erfolgsleiter auf und lassen Sie diese nicht ungenutzt herumliegen.
Lernen Sie Ihre Stärken und Schwächen kennen, Ihre Fremd- und Eigenwahrnehmung. Lernen Sie sich zu schätzen und einzuschätzen. Strahlen Sie aus, kommen Sie an, punkten Sie!

Ort:	Zukunftszentrum
Veranstalterin:	GIB Personalentwicklung Gesundheitscoaching u. Persönlichkeitsbildung
Referentin:	Gabriele Ikinger-Büse
Kosten:	45 €
Anmeldung:	unter Tel.: (0 23 66) 93 94 40

Samstag, 24.3.2012 – 15.30 Uhr

Informationen zum Frauenwanderwochenende

Lust hätte ich schon...

...aber was bietet das Schwalm-Nettetal? Es werden ausführliche Informationen über das Frauenwanderwochenende gegeben, das im September stattfinden wird. Wie sieht das Hotel aus, welche Wanderwege gibt es, was kostet es, ein Fahrrad oder Boot zu mieten?

Eingeladen sind alle Frauen, die mit dem Gedanken spielen, dabei zu sein.

Ort:	Bistro im Glashaus
Referentin:	Rosy von Westerholt
Veranstalterin/ Ansprechpartnerin:	Frauen-Informationsnetzwerk Renate Nöbe, Tel.: (02 09) 3 59 37 41
E-Mail:	renate.noebe@gmx.de
Kosten:	frei

Dienstag, 27.3.2012 – 18.30 bis 21.30 Uhr

Workshop

Positives Fühlen – Aufbaukurs

Im Aufbaukurs des positiven Fühlens wird die Technik so vertieft und ausgeweitet, dass sie auch im Umgang mit persönlich schwierigeren Situationen angewendet werden kann und sich somit neue Möglichkeiten bieten. Die Anwendung auf das Beispielthema “Freiheit“ verdeutlicht dies. Außerdem wird eine zusätzliche leicht erlern- und anwendbare Technik vermittelt. Die Teilnahme am Grundkurs ist Voraussetzung.

Das Angebot ist auf max. fünf Teilnehmerinnen begrenzt.

Ort:	Seminarhaus im Naturerlebnisgarten
Veranstalterin/ Referentin:	Christiane Gruska, Glückstrainerin
Kosten:	37 € (Sonderpreis im Rahmen der Frauenkulturtage)
Anmeldung:	erforderlich, Tel.: (0 20 41) 77 67 08
E-Mail:	christiane@glueck-l-ich.com

Donnerstag, 29.3.2012 – 18 Uhr

Kulinarisches

Kartoffel trifft Knoblauch – türkische und deutsche Spezialitäten

In jeder Kultur ist das gemeinsame Essen eine wichtige Sache. Durch landschaftliche Gegebenheiten, Tradition und religiöse Gepflogenheiten, Gewohnheiten und Offenheit gegenüber Anderem und Neuem wird die jeweilige Küche geprägt.
Eingeladen sind Frauen, die sich gerne auf einen interessanten Abend und Neues einlassen wollen.

Ort.	Familienbildungsstätte
Veranstalterin:	Frauen-Informationsnetzwerk in Kooperation mit der Interkulturellen Kochgruppe Quartierbüro Herten-Süd
Leiterinnen/ Referentinnen:	Münevver Çesur, Renate Nöbe, Ümran Yavaş
Kosten:	5 €
Anmeldung:	erforderlich, bei Renate Nöbe, Tel.: (02 09) 3 59 37 41
E-Mail:	renate.noebe@gmx.de
	oder Carmen Treppte, Quartierbüro Herten-Süd, Tel.: (0 23 66) 93 62 48
E-Mail:	c.treppte@herten.de

Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt!

Donnerstag, 29.3.2012 – 19 bis 21 Uhr

Workshop

Zur Ruhe kommen – Ruhe und Gelassenheit spüren

Mit einfachen Übungen die Hektik und den Stress des Alltags hinter sich lassen – das macht der Kurs möglich. Nach einer kleinen Einführung in das energetische Körperbild werden wir mithilfe von einfachen (Energie-)Körperübungen einen Zustand der Stille und Meditation erreichen. Bitte bequeme Kleidung, warme Socken und eine Decke mitbringen.

Ort/Veranstalterin:	Seminarhaus im Naturerlebnisgarten
Ansprechpartnerin/ Referentin:	Ursula Fiedler
Kosten:	10 €
Anmeldung:	erforderlich, Tel.: (0 23 66) 8 56 70

Freitag, 30.3.2012 – 17.30 bis 21.30 Uhr

Disko

„Party Time“
für Mädchen und junge Frauen ab 12 Jahren mit und ohne Behinderung

Ladies, es ist mal wieder so weit! Wir haben alles, was ihr für eine gute Party braucht: Location, Drinks und Beats. Bringt gute Laune mit. Wenn ihr wollt, auch eure Lieblingsmusik – egal ob Rock, Pop, Punk, R&B, Hip-Hop, Reggae… Du hast Starqualitäten und kannst singen oder tanzen? Dann zeig es uns! Wir freuen uns auf dich!

Ort:	Bürgerhaus Herten-Süd
Veranstalterin:	Familienunterstützender Dienst der AWO, Haus der Kulturen
Leiterinnen/ Ansprechpartnerinnen:	Sarah Molke und Schirin Nosseir
Kosten:	2 € zzgl. Getränke
Anmeldung:	erwünscht, FuD AWO, Tel.: (0 23 66) 18 09 47 und Haus der Kulturen “Freiraum“, Tel.: (0 23 66) 41 92 39

Samstag, 31.3.2012 – 10 bis 13 Uhr

Politik

Grünes Frühstück
Die Entwicklung der Frauen im Ruhrgebiet in den letzten 75 Jahren

In Gesprächen mit Zeitzeuginnen, Historikerinnen und interessierten Frauen werden wir der beruflichen sowie der gesellschaftlichen Entwicklung auf den Grund gehen.

Ort:	AWO-Treffpunkt Schürmannswiese
Veranstalterin/ Ansprechpartnerin:	Grüne Frauen Herten, Martina Herrmann
E-Mail:	martina.herrmann@gruene-herten.de
Kosten:	frei
Anmeldung:	erforderlich bis zum 23.3.2012

Sonntag, 1.4.2012 – ab 18 Uhr

Jahrestreffen

CLUB 100 PLUS:
10 Jahre und noch kein Ende – mit kleinen Überraschungen

„Früher waren wir zwar jünger – doch unser Verfallsdatum ist noch lange nicht abgelaufen...“

Mittlerweile treffen sich fast 40 Frauen einmal im Jahr am 1. April. Garantiert haben wir kleine Überraschungen parat für einen unterhaltsamen, gemütlichen Abend – zu dessen Gelingen jede Frau beitragen kann bzw. darf. Vorlesen, Vortragen ist erwünscht und begrüßenswert. Neue Frauen sind jederzeit herzlich willkommen.
Wie im letzten Jahr gibt es zur Vorlesung eine kleine körperliche Betätigung.

Jede Frauen aus dem Kreis Recklinghausen kann mitmachen!
Mindestalter 44 Jahre und Höchstalter 88 Jahre. Wir wollen gemeinsam alt werden und jung bleiben.
Jahresbeitrag: (k)eine „müde Mark“.

Ort:	Bauer Südfeld in der Ried
Veranstalterinnen/ Ansprechpartnerinnen:	Elke-Marita Stuckel-Lotz u. Doris Wenglorz
Kosten:	frei, Essen und Trinken auf eigene Kosten
Anmeldung:	erforderlich bis zum 15.3.2012 bei Elke-Marita Stuckel-Lotz, Tel.: (0171) 9 38 66 31 und Doris Wenglorz, Tel.: (0175) 2 04 89 41

Freitag, 20.4.2012 – 15.30 Uhr

Information

Wege aus häuslicher Gewalt

Meine Freundin sagt: „Lass Dir nichts gefallen, schmeiß ihn raus, das ist heutzutage möglich.“ Warum ist eine schützende Umgebung in einem anderen Umfeld notwendig? Was machen der Stress und die Angst mit meinen Kindern und mir?
An diesem Nachmittag wird über die psychischen Folgen von Gewalterfahrungen und über die Rechte von Frauen informiert, deren Partner gewalttätig sind.

Ort:	AWO-Treffpunkt “Schürmannswiese“
Veranstalterin:	AsF Herten, SPD-Frauen, Tel.: (0 23 66) 30 35 46 und (0 23 66) 50 28 89
Referentinnen:	Andrea Becker, Frauenhaus Herten, eine weitere Referentin von der LWL-Klinik in Herten ist angefragt

Donnerstag, 26.4.2012 – 19 bis 22 Uhr

Workshop

„Welle“ durch die Kulturen

Die Musik, der Rhythmus und die eigene Neugier begleiten uns durch Freude, Wut, Ärger, Trauer, Befangenheit und Stille. Die Teilnehmerinnen werden ermutigt und unterstützt, ihr eigenes „Wesen“ zu entdecken und zu erforschen. Keine Vorkenntnis erforderlich, die Freude an der Bewegung reicht aus.

Ort:	Seminarhaus im Naturerlebnisgarten
Veranstalterin/ Leitung:	Sigrun Zobel
Kosten:	10 €
Anmeldung:	erforderlich, Tel.: (0 23 66) 8 22 49
E-Mail:	sigrun.zobel@t-online.de

Donnerstag, 26.4.2012 – 19.30 Uhr

Information

„Gute-Laune-Diät“

Sie möchten mehr über gesunde Ernährung erfahren...?
Bei der „Gute-Laune-Diät“ ist das möglich. An diesem Infoabend wird die „Gute-Laune-Diät“ vorgestellt und erläutert, was sich dahinter verbirgt. Es geht um gesunde, vollwertige Ernährung, aber auch um Verhaltensmuster und die Motivation zur Bewegung. Es wird zusätzlich eine Bewegungseinheit angeboten.
Neugierig geworden?

Ort:	Freizeit- und Begegnungsstätte Westerholt
Veranstalterin/ Referentin:	Gabriele Antonia Keller, Ernährungs-, Entspannungs- und Bewegungstrainerin, Diabetesassistentin
Kosten:	3 €
Anmeldung:	erforderlich, Tel.: (0 23 66) 63 89

37

Freitag, 27.4.2012 – 15.30 Uhr

Politik

„Armut in Herten“ – Strategiegespräch der SPD Frauen

„Armut in Herten“: Betroffen sind Frauen, Männer und Kinder. Was ist zu tun? Referenten/Referentinnen aus Vereinen, Verbänden und Verwaltung sind angefragt. Über mitgebrachte Hygieneartikel, besonders für Kleinkinder, freuen wir uns. Die Artikel werden nach der Veranstaltung sofort weitergeleitet. Heiß-/Kaltgetränke und Gebäck stehen bereit.

Ort:	Zeche Scherlebeck
Veranstalterin:	AsF Herten, SPD-Frauen, Tel.: (0 23 66) 30 35 46 und (0 23 66) 50 28 89
Referentinnen:	N.N.

Spenden wie z. B. Seife sind sehr willkommen!

Sonntag, 6.5.2012 – 11 bis 13 Uhr

Frauenstammtisch

Immer wieder sonntags

Die Gleichstellungsbeauftragte lädt am ersten Sonntag im Monat zur Diskussion aktueller Themen aus Frauensicht ins Schlosscafé ein. Fachfrauen führen ein in ausgewählte Themen oder berichten über ihre Tätigkeiten. Das Themenspektrum ist weit gefächert: von Philosophie, Literatur, Netzwerken, Migrantinnen, Beruf, Armut, Politik und was Frauen sonst noch interessiert.
Weitere Termine: 3.6., 1.7., 2.9., 7.10., 4.11., 2.12.
Nicht in den Ferien und an Brückenwochenenden.

Ort:	Schlosscafé
Veranstalterin/ Ansprechpartnerin:	Gleichstellungsbeauftragte Christiane Rohde, Tel.: (0 23 66) 30 34 87
Kosten:	eigener Verzehr

Dienstag, 8.5.2012 – 19 bis 22 Uhr

Workshop

Wilde Feuerküche im BUND-Naturerlebnisgarten

Lassen Sie sich von Ihrer Nase leiten und unternehmen Sie eine Reise ins Reich der Wildkräuter und Blüten. Auf einer kleinen Wanderung durch den Naturerlebnisgarten werden Kräuter und Blüten aus der Natur “erschnuppert“ und gesammelt. Am offenen Feuer wird im großen Hexenkessel eine wärmende Wildkräutersuppe gekocht.

Ort:	Seminarhaus im Naturerlebnisgarten
Veranstalterin:	BUND
Referentin:	Sigrun Zobel
Kosten:	13 € inkl. Imbiss und Getränke
Anmeldung:	Tel.: (0 23 66) 8 22 49
E-Mail:	sigrun.zobel@t-online.de

7.9. – 9.9.2012

Frauenwanderwochenende

Das Schwalm-Nettetal wartet auf uns

Ausgangspunkt von Wanderungen, Radtouren, einem Einkaufsbummel in Roermond und weiteren Aktivitäten wird ein familiäres Hotel in Niederkrüchten sein. Es gibt viele Möglichkeiten für ein erlebnisreiches Wochenende, je nach den jeweiligen Interessen. Es stehen vier Einzelzimmer und acht Doppelzimmer zur Verfügung.

Ort:	Niederkrüchten
Veranstalterin:	Frauen-Informationsnetzwerk Renate Nöbe, Tel.: (02 09) 3 59 37 41, Fax: (02 09) 3 59 37 00,
E-Mail:	renate.noebe@gmx.de
Organisatorin:	Rosy von Westerholt
Kosten:	Für zwei Übernachtungen und Frühstück pro Person 80,- Euro. Anteilige Benzinkosten bei Fahrgemeinschaften, Eintrittsgelder u. ä. Kosten kommen je nach Aktivitäten dazu.

Verbindliche Anmeldung schriftlich erforderlich:
Renate Nöbe, Heinrich-Obenhaus-Str. 31, 45701 Herten

Einmal im Monat – mittwochs, 19 Uhr

Kino

Ladies Night

Endlich wieder männerfrei schmunzeln, schmachten und heulen!
Zur Ladies Night erhalten nur Frauen Eintritt!
Hier werden einmal im Monat deutschlandweit Filme in der Vorpremiere gezeigt.

Ort:	Filmzeche Hollywood
Veranstalter/ Ansprechpartner:	Filmzeche Hollywood, Robin Ehlert und Fabian Kirking
Eintritt:	4,50 € zzgl. 1,80 € Mindestverzehr
Anmeldung:	Kinokasse, Tel.: (0 23 66) 8 89 11

Veranstaltungsorte:

Artrium-Schmuckatelier (im Kunsthof Knoop), Am Bungert 19, 45701 Herten
AWO-Treffpunkt “Schürmannswiese“, Kaiserstr. 89, 45699 Herten
Bauer Südfeld in der Ried, Backumer Str. 416, 45701 Herten
Bistro im Glashaus, Hermannstr. 16, 45699 Herten
Bürgerhaus Herten-Süd, Hans-Senkel-Platz 1, 45699 Herten
BUND Naturerlebnisgarten, Paschenbergstr. 162, 45699 Herten
Familienbildungsstätte, Kurt-Schumacher-Str. 29, 45699 Herten
Filmzeche Hollywood, Kaiserstr. 73, 45699 Herten
Freizeit- und Begegnungsstätte Westerholt, Kuhstr. 49, 45701 Herten
Glashaus, Hermannstr. 16, 45699 Herten
Haus der Diakonie, Ewaldstr. 72, 45699 Herten
Haus der Kulturen, Vitusstr. 20, 45699 Herten
Hof Wessels, Langenbochumer Str. 341, 45701 Herten
Hotel am Schlosspark, Resser Weg 36, 45699 Herten
Kirche St. Maria Heimsuchung, Mariensaal, Feldstr. 252
Kunsthof Knoop, Am Bungert 19, 45701 Herten
La mobile, Am Bungert 19, 45701 Herten Westerholt
Otto-Wels-Platz, 45699 Herten
Pfadfinderhütte an der Grundschule In der Feige, In der Feige 192, 45699 Herten
Pfarrzentrum St. Martinus in Westerholt, Schlossstr. 30, 45701 Herten
Rathaus, Kurt-Schumacher-Str. 2, 45699 Herten
Schaufensterraum Kirchengemeinde St. Josef Süd, Adalbertstr. 2, 45699 Herten
Schlosscafé, Im Schlosspark 15, 45699 Herten
Seminarhaus im Naturerlebnisgarten des BUND, Paschenbergstr. 161, 45699 Herten
Siebenbürgerhaus, Hermannstädter Platz 2-4, 45701 Herten
Tiönsklause, Antoniusplatz (neben der Kirche St. Antonius), 45699 Herten
Volkshochschule (VHS), Pavillon, Resser Weg 1, 45699 Herten
Zeche Ewald, Lohn- und Lichthalle, Werner-Heisenberg-Str. 2-4, 45699 Herten
Zeche Scherlebeck, Scherlebecker Str. 260, 45701 Herten
Zukunftszentrum, Konrad-Adenauer-Str. 9-13, 45699 Herten

Angebote der Beratungsstellen und des Frauenhaus des Diakonischen Werkes im Kirchenkreis Recklinghausen e. V.

Hilfen für Frauen

Unser Ziel ist es, das Selbstbewusstsein von Frauen zu stärken und ihnen zu vermitteln, dass es in scheinbar ausweglosen Situationen Stellen gibt, an die sie sich wenden und bei denen sie Hilfe erfahren können.
Wir wollen Sie auf dem Weg unterstützen, mit Ihnen zusammen Ihre Stärke zu finden und neue Perspektiven zu entdecken.

Sie sind schwanger

Unterschiedliche Gefühle stürmen auf Sie ein …
Plötzlich taucht die Frage auf: Wie geht es weiter?
Kommen Sie zu uns, wenn Sie Hilfe benötigen

- im Schwangerschaftskonflikt
- vor und nach der Geburt
- bei allen Fragen rund um die Sexualität
- bei finanziellen Sorgen

Sie mussten selber sexualisierte Gewalt erfahren oder haben den Verdacht, dass sexualisierte Gewalt geschieht?

Sie sind nicht allein.
Diese Art von Gewalt geschieht im Geheimen und rechnet mit dem Schweigen der Betroffenen und des Umfeldes.
Wir hören zu. Wir glauben Ihnen.
Wir helfen Ihnen, wenn Sie es wünschen und nur so weit, wie Sie es möchten.

Die Beratungsstellen für Schwangere und für Frauen befinden sich auf der Ewaldstr. 72 in Herten, Tel.: (0 23 66) 10 67 35/37

Öffnungszeiten:
Mo, Di, Do, Fr 9 bis 12 Uhr
Mi 12 bis 17 Uhr

Häusliche Gewalt ist keine Familienangelegenheit, **sondern eine Straftat.**
Häusliche Gewalt ist Bedrohung, Verletzung, Demütigung, Erniedrigung und Kontrolle. Sie betrifft Frauen und Kinder aus allen sozialen Schichten.
Der Weg ins Frauenhaus bietet betroffenen Frauen eine Chance, ihr Leben selbst in die Hand zu nehmen. Nehmen Sie Kontakt zu uns auf. Wir sind für Sie da.

Das Frauenhaus in Herten erreichen Sie unter der Rufnummer: (0 23 66) 10 67 67

Informationen zum aktuellen Projekt des Frauenhauses:

Zusätzlich bietet das Frauenhaus Herten zurzeit ein Zirkusprojekt an, das ungeahnte Talente von Frauen und Kinder entfaltet.
Bei Interesse setzen Sie sich bitte mit den Projektmitarbeiterinnen Frau Dagmar Jekubczik-Gyrnich und Frau Marina Kempa unter der o. g. Telefonnummer in Verbindung.

Die Beratungsstellen und das Frauenhaus sind Einrichtungen des Diakonischen Werkes im Kirchenkreis Recklinghausen e. V.