

Programm der Frauenberatung 2022

Trennung/ Scheidung und die Folgen für Frauen

Überblick über die Rechte der Frauen im Falle einer Trennung oder Scheidung

Referentin: Ilka Zillner,

Fachanwältin für Familienrecht

Donnerstags: 12.05.2022 | 11.08.2022 | 10.11.2022

Beginn: 19.30 Uhr | Beitrag: 5,00 €

Anmeldung erforderlich

Häusliche Gewalt ist keine Privatsache!

Stellen Sie sich vor, Sie bekommen mit, dass jemand von häuslicher Gewalt betroffen ist!

Was könnten Sie tun?

Wir geben Ihnen einen Überblick über Rechte und Handlungsmöglichkeiten. Interessierte Frauen sind herzlich willkommen.

Donnerstag: 18.08.2022

Beginn: 18.30 Uhr | beitragsfrei

Anmeldung erforderlich

Jubiläum

40 + 1 Jahre Frauenhaus / 35 + 1 Jahre Frauenberatung
In der zweiten Jahreshälfte wird gefeiert.

Internationalen Frauentag 2022

Aktionstag: 08.03.2022

Internationaler Tag gegen Gewalt an Frauen

Aktionstag: 25.11.2022

Nähere Infos zu allen Veranstaltungen finden Sie unter: www.frauenberatung-hagen.de

Gruppenangebot

Stabilisierungsgruppe für traumatisierte Frauen

Ein psychisches Trauma ist eine seelische Verletzung, die Gefühle von Hilflosigkeit und Angst auslösen kann. In der Stabilisierungsgruppe soll in kleinen Schritten gemeinsam ein Weg aus dieser Ohnmacht gefunden werden. Hier können Frauen sich austauschen, Solidarität erfahren, Ängste abbauen und eigene Selbstheilungskräfte aufspüren und fördern. Die Gruppe verfolgt einen ganzheitlichen Ansatz. Körper, Geist und Seele werden mit Hilfe von Gesprächen und verschiedenen stabilisierenden Übungen in Bewegung gebracht.

Jeweils 12 Termine | Start mehrmals im Jahr Anmeldung erforderlich

Leitung: Maria Lühr, Dipl. Pädagogin, Fachberaterin für Psychotraumatologie

Susanne Deitert, Heilpraktikerin (Psychotherapie), Fachberaterin für Psychotraumatologie

„Gemeinsam statt Einsam“

Ein digitales Angebot per Videokonferenz für Mädchen und Frauen. Der Name ist Programm: „Gemeinsam statt Einsam“. Es geht um Kontakte, Selbstfürsorge, Gefühle, Achtsamkeit, Körperübungen, Ressourcenaktivierung und Handlungsstrategien. Sie benötigen einen PC/ein Tablet/ein Smartphone mit Kamera, eine Internetverbindung und eine eigene E-Mail-Adresse.

Dienstags 18.30 - 20.00 Uhr / 12 Termine im 14-tägigen Rhythmus · Anmeldung erforderlich

Leitung: Susanne Kleidt
Anmeldeformular siehe Homepage / Aktuelles

Nähere Infos zu den Gruppenangeboten finden Sie unter: www.frauenberatung-hagen.de