

Donnerstag, 14. März

16.00 Uhr „Körperbildstörung nach einer Brusterkrankung“, Vortrag von Frau Sabine Liebeck,
Ort: Städtische Kliniken, Leimenstraße, Konferenzraum im 5. OG
Veranstalterin: Städtische Kliniken Hanau

Donnerstag, 14. März

18.00 Uhr "Trennung und Scheidung – Welche Rechte habe ich?"

Informationsveranstaltung zum Ablauf des Scheidungsverfahrens mit Rechtsanwältin Nora Luise Miercke. Anmeldung telefonisch oder per Mail erforderlich! Tel.: 06181-189 76 64, hilfe@frauenberatung-hanau.de, www.frauenberatung-hanau.de. Diese Veranstaltung ist nur für Frauen!
Ort: Fachberatungs- und Interventionsstelle bei häuslicher Gewalt, Eberhardstraße 3, 63450 Hanau
Veranstalterin: Frauen helfen Frauen e.V.

Freitag, 15. März

18.30 Uhr – „Rebellion der Sehnsucht: Warum ich mir den Glauben nicht nehmen lasse“

Lesung mit Autorin und Journalistin Khola Maryam Hübsch mit anschließender Diskussion. Für das leibliche Wohl ist gesorgt!
Ort: Kulturforum Hanau, Am Freiheitsplatz 18a, 63450 Hanau
Veranstalterinnen: Lajna Imaillah Hanau, Frauenorganisation der Ahmadiyya Muslim Jamaat Hanau

Samstag, 16. März

16.00 – 18.00 Uhr – Danse Vita „Tanz des Lebens“

Tanztherapeutische Methode zur Persönlichkeitsentwicklung, Sinnfindung und Vitalisierung auf der Grundlage von Musik-, Tanz- und Bewegungskulturen aus aller Welt.
Ort: Gymnastikraum im Heinrich-Fischer-Bad, Eugen-Kaiser-Straße
Veranstalterin: Cornelia Grasmück

Montag, 18. März - Equal Pay Day

Montag, 18. März

16.00 Uhr – Finissage der Ausstellung „Starke Frauen in der Pflege“

Starke Frauen in der Pflege kommen zu Wort. Impuls und Gespräch
Ort: Vereinte Martin Luther + Althanauer Hospital Stiftung Hanau, Martin-Luther-Anlage 8, Hauptgebäude, Foyer Albert Schweitzer Haus
Veranstalterin: Vereinte Martin Luther + Althanauer Hospital Stiftung Hanau

Mittwoch, 20. März

10.00 – 13.00 Uhr - „Miteinander leben – miteinander reden – miteinander tanzen“

Begegnungsfrühstück für Frauen. Austausch bei internationalen Köstlichkeiten und Spaß beim Tanzen.
Ort: Alfred-Delp-Str. 10a,
Veranstalterinnen: Frauen im Stadtteilzentrum Süd-Ost

Mittwoch, 20. März

11.00 – 15.00 Uhr Kunstaktion

Alle Menschen werden Brüder / Schwestern

"Die Wissenschaften erkennen keine Grenzen", Jacob Grimm 1853, Kunst ebenso - Sanja Zivo 2019
Eine Kunstaktion für eine Gesellschaft im Wandel, über Gedanken und Gefühle zu den Themen: vertraut-fremd / ähnlich-verschieden / Angst-Stärke / Nähe-Distanz / Dialog-Respekt / Mut-Schutz / Vorurteil-Toleranz. Eine herzliche Einladung zum Malen an der Malmauer. Die Malmauer wird von Künstlerin Sanja Zivo betreut.
Ort: Auf dem Hanauer Marktplatz
Veranstalterin: Sanja Zivo

Mittwoch, 20. März

17:00 Uhr - "Vor den Kommunalwahlen in der Türkei: Situation der Frauen in türkischen Gefängnissen".

Referentin: Frau Nursel Aydogan, ehemalige HDP Abgeordnete.
Ort: Aschaffenburg Str. 5, Büro Nujin Frauenrat e.V. Hanau
Die Veranstalterinnen: Frauen für Frieden e.V., Hessen, Nujin Frauenrat e.V. Hanau, Frauen der LINKEN Hanau

Mittwoch, 20. März

19:00 Uhr: Frauenkino: „Wie wichtig ist uns, was die Leute sagen?“

Spielfilm - Iram Haq - Deutschland, Norwegen, Schweden 2017
Inhalt: Nisha wächst mit pakistanischen Wurzeln in Norwegen auf. Die selbstbewusste Teenagerin lebt nach außen wie ihre Freunde, in der Familie passt sie ihr Verhalten den pakistanischen Werte-Vorstellungen ihrer Eltern an. Ihre Familie umgibt sie liebevoll - sie ist der Stolz des Vaters. Das ändert sich schlagartig, als er Nisha in einer sexuell zweideutigen Situation mit einem Jungen in ihrem Zimmer erwischt. Die Eltern reagieren extrem: sie verschleppen Nisha nach Pakistan zu Verwandten.
Empfohlen: ab 16 Jahren - FSK ab 12 Jahren. – Im Anschluss Gesprächsrunde, mit Verkauf von Fingerfood und Getränken, Eintritt frei
Ort: Evangelisches Gemeindehaus Johanneskirche, Frankfurter Landstraße 17
Veranstalterin: Evangelische Frauenarbeit im Kirchenkreis Hanau

Donnerstag, 21. März

15.00 – 18.00 Uhr F. I. T. - Fasziendividual-Training für Jede

Die 27 Fasziendehnungen nach Liebscher & Bracht sind eine spezielle Form der Muskeldehnung, der Kräftigung und Muskelansteuerung. Durch regelmäßige Dehnung bleiben Sie beweglich bis ins hohe Alter. Dadurch minimieren Sie Ihren Verschleiß an den Gelenken und der Wirbelsäule. Teilnahme ist kostenlos. Anmeldung ist erforderlich, begrenzte Teilnehmerinnenzahl, unter quartier@freigerichtviertel.de oder unter 06181 / 98848-34.
Ort und Veranstalter: Quartiersbüro Freigerichtviertel, Freigerichtstr. 67

Freitag, 22. März

16.00 – 19.00 Uhr – „Der Aufstieg Persephones“ –

Ein kreativer Workshop
Tochter, Mutter, Ehefrau, Geliebte, Dienerin, Kämpferin, Opfer, Objekt, Managerin... - welches Selbstverständnis haben wir als Frau? Mithilfe des griechischen Mythos von Demeter, Persephone und Hades nähern wir uns unseren zahlreichen Aspekten von Weiblichkeit. Welche Rolle spielen wir? Welche Anteile leben wir nicht? Kein neues Thema, aber aktuell! Teilnehmerinnenzahl: max. 8
Anmeldung über mail@lawine-ev.de oder 06181/256602
Ort: Beratungsstelle Lawine e.V., Chemnitzer Str. 20
Veranstalterin: Lawine e.V., Nadine Chaudhuri, Psychotherapeutin

Samstag, 23. März

11.00 – 14.00 Uhr – Schnupperkurs Selbstbehauptung für

Mädchen von 14-17 Jahren, begrenzte Teilnehmerinnenzahl!
Anmeldung über Lawine e.V., Telefon 06181 / 256602 oder mail@lawine-ev.de
Ort und Veranstalterin: Lawine e.V., Chemnitzer Str. 20

Samstag, 23. März

14.30 – 17.00 Uhr „Sport, Spiel und Spaß“

Mädchensporttag für Mädchen im Alter von 6-12 Jahren.
Mitzubringen sind: Sportkleidung und Schuhe mit hellen Sohlen
Ansprechpartnerin: Havva Kocaman, Stadtteilzentrum Süd-Ost, Tel. 06181-32548
Ort: Sporthalle der Pestalozzischule, Ramsaystr. 12
Veranstalterin: Frauen der Abteilung Familien- und Jugendarbeit

Samstag, 23. März

19.00 Uhr - „Kassandra“ Autorisierte Bühnenfassung nach der gleichnamigen Erzählung von Christa Wolf, gespielt von Cornelia Gundermann-Bauer. Cassandra, die behütete Königstochter glaubt glücklich zu sein, bis allmählich Risse das Bild des Königshauses fragwürdig erscheinen lassen.

Was geht hinter den Fassaden der Macht vor sich? Wer ist der geliebte Vater, der König wirklich? Cassandra wird hellhörig. Sie wird zur Seherin. Sie entdeckt die heimlichen Zurechtweisungen für einen Krieg. Sie fragt, gerät in Opposition und Widerstand. Und sie erkennt sich selbst, erfährt ihr eigene Kraft und ihre eigene Stimme!
Ein zeitlos-aktuelles Stück über die Entdeckung der eigenen Kraft, der Freiheit im Widerstand gegen Blendung und Betrug.
Eintritt: 12,-€ - Vorverkauf im Buchladen am Freiheitsplatz
Ort: Kulturforum, Am Freiheitsplatz
Veranstalterin: Frauenbüro

Samstag 23. März

20.00 Uhr Frauenband „Acht Ohren“

Die acht Ohren – Die Weltbürgerinnen aus Hessen, präsentieren Ohrwürmern aus Mittel – Ost und Südeuropa, dem vorderen

Orient, Afrika und Südamerika. Sie kreieren ein abwechslungsreiches Programm, mit rasanten Rhythmen, dass zum Tanzen einlädt.
Eintritt 12,-€, ermäßigt 6,-€
Ort: Jazz Club, Philippsruher Alle 22
Veranstalter: Jazz Club Hanau e. V.

Sonntag, 24. März

17.00 Uhr – Finissage-Event zur Ausstellung „Frauen im Wechsel der Moderne“

mit einem Vortrag über „Camille Claudel - Modell und Muse von Auguste Rodin“ von Ursula Reindell
Ort: Remisengalerie Schloss Philippsruhe
Veranstalter: Hanauer Kulturverein

Montag, 25. März

15.00 Uhr – Älter werden in Hanau - Film: „Womit haben wir das verdient?“ Café ab 13.15 Uhr

Die überzeugte Atheistin und Feministin Wanda ist fassungslos, als ihre Teenagertochter Nina zur Schleier tragenden Muslima mutiert. In dem Bemühen Nina zur Vernunft zu bringen, findet die Wienerin eine Mitstreiterin in der Mutter von Ninas muslimischer Freundin Maryam, die für Frauenrecht im Islam kämpft. Kosten: 5€ im Vorverkauf
Ort: Kinopolis Hanau, Steinheimer Tor 17
Veranstalterin: Seniorenbüro der Stadt Hanau in Kooperation mit Kinopolis Hanau

Montag, 25. März

9.30 – 11.30 Uhr „Erfolgreich zurück in den Beruf“

Infoveranstaltung für Berufsrückkehrende
Möglichkeiten der Weiterbildung und Hilfen (z. B. Neustrukturierung der Familienorganisation) der Arbeitsagentur bei der Rückkehr ins Berufsleben. Die Teilnahme ist kostenlos. Eine Anmeldung ist nur für Gruppen erforderlich. Weitere Infos unter Telefon 06181/ 672 222 oder unter Hanau.BCA@arbeitsagentur.de
Ort: Berufsinformationszentrum (BIZ) der Agentur für Arbeit Hanau, Am Hauptbahnhof 1, Raum 41
Veranstalterin: Agentur für Arbeit

Frauen
BURO

Magistrat der Stadt Hanau
Am Markt 14-18, 63450 Hanau
E-mail: frauenbuero@hanau.de · Telefon: 0 61 81 - 295 467

1.-25. März 2019

Hanauer Frauenwochen

Ausstellungen mit Vernissage, Filmvorführungen, Vorträge, Diskussionen, Frauendisco, Veranstaltungen für Mädchen



Frauen
BURO
und Hanauer Frauenplenum

Programm Hanauer Frauenwochen 2019

Freitag, 01. März Weltgebetsstag „Kommt, alles ist bereit!“

Unter diesem Motto laden Frauen aus Slowenien zu den Gottesdiensten am Weltgebetsstag 2019 zu den folgenden ökumenischen Gottesdiensten ein:

15.30 Uhr: Vereinte Martin-Luther und Althanauer Hospital-Stiftung, anschließend ist Zeit für Gespräche, Essen und Trinken

17.00 Uhr: Pfarrheim St. Jakobus, Großauheim, Info und gemeinsames Essen

18.00 Uhr Gottesdienst

19.00 Uhr: Evangelische Erlöserkirche Klein-Auheim

19.00 Uhr: kath. Kirche St. Nikolaus, Steinheim

19.15 Uhr: Wallonisch-Niederländische Kirche, anschließend ist Zeit für Gespräche, Essen und Trinken

Sonntag, 03. März

10.00 – 12.00 Uhr - Politisches Frauenfrühstück

Arbeiten im Niedriglohn, unfreiwilliger Teilzeit oder im Minijob, der nur wenig für die Rente abwirft? Für Frauen ein Thema. Die LINKE Landtagsabgeordnete Saadet Sönmez und die Geschäftsführerin des DGB Südsthessen Ulrike Eifler laden alle Interessierten im Rahmen der Hanauer Frauenwoche zu einem politischen Frauenfrühstück ein. Ort: Gewerkschaftshaus Hanau, Am Freiheitsplatz 6, 5. Stock Veranstalterinnen: Frauen des DGB, der DIDF und der LINKEN

Mittwoch, 06. März

20.00 Uhr Die Revolution der Frauen in der Demokratischen Föderation Nordsyrien

Rojava: Heike Karau, Newroz Duman und Thomas Lutz berichten mit zahlreichen Bildern von ihren Reisen nach Nordsyrien. Sie lernten dort den Aufbau einer Gesellschaft kennen, in der Frauen auf allen Ebenen beteiligt, gleichberechtigt, und selbstbestimmt sind und in der das Zusammenleben der Menschen kommunalistisch organisiert ist. Weiterhin wird über den Aufbau eines neuen Bildungs- und Erziehungssystems informiert, und die aktuellen und bedrohten Lebensbedingungen. Im Anschluss besteht die Möglichkeit zum Austausch und zur Diskussion. Ort: Kulturforum Veranstalterinnen: Zentrum für Traumapädagogik der Welle gGmbH in Kooperation mit dem Frauenbüro

Donnerstag, 07. März

10.00 – 11.00 Uhr (Ankommen ist ab 9:45 Uhr) „Schatzkiste Wiegenlieder“

Das Singen von Wiegen- und Kinderliedern stimmt Schwangere und ihre ungeborenen Babys auf die gemeinsame Zeit nach der Geburt ein, intensiviert die Beziehung zum Kind und fördert seine Entwicklung. Ein Angebot für schwangere Frauen mit der Musiktherapeutin Karoline Münzel zur musiktherapeutischen Begleitung während der Schwangerschaft, mit anschließendem Austausch, Ort: SKF Hanau, Friedrichstr. 12 Veranstalterin: Sozialdienst katholischer Frauen in Kooperation mit dem Frauenbüro Hanau

Donnerstag, 07. März

19 Uhr Ausstellungseröffnung „Nichts war vergeblich. Frauen im Widerstand gegen den Nationalsozialismus“

18 Biographien von Frauen stellen dar, auf welch vielfältige Weise sie dem Regime die Gefolgschaft verweigerten. Diese Ausstellung würdigt den Mut von Frauen im Kampf gegen den NS-Staat, die in der Öffentlichkeit noch immer zu wenig bekannt sind. Ort: Rathaus, Stadtladen, Am Markt 14-18, Veranstalterinnen: VVN-BdA Main-Kinzig, DGB Südsthessen

Freitag, 08. März - Internationaler Frauentag

09:30 - 13:00 Uhr Beruf und Familie – offener Infvormittag für Mütter und Väter. Ausbildung mit Kind? Jobsuche? Plan B?

Lebensunterhalt, Qualifizierung, Betreuungsmöglichkeiten, Freizeit, finanzielle und begleitende Unterstützungsangebote durch das Jobcenter und innerhalb meiner Stadt Ort: Mehrgenerationenhaus Fallbach, Reichenberger Straße 59, VeranstalterInnen: Mehrgenerationenhaus Fallbach, BCA des Kommunalen Centers für Arbeit-Jobcenter und Familien- und Jugendberatung der Stadt Hanau

Freitag, 8. März - Internationaler Frauentag

11.00 – 12.00 Uhr Fairtrade-Rosenaktion auf dem Marktplatz

Fairtrade-Rosen werden zum Internationalen Frauentag an Frauen verteilt. Mit dem Kauf von Fairtrade Produkten stärken wir u. a. Frauen in Entwicklungsländern Ort: Marktplatz Hanau Veranstalterinnen: Frauenbüro, Stabstelle Nachhaltige Strategien

Freitag, 8 März - Internationaler Frauentag

18.00 Uhr Empfang

19.30 Uhr Frauen - Liebe - Leben!

Vier Frauen mixen die romantischen Lieder von Robert Schumann mit Pop, Jazz, eigenen und literarischen Texten. Das Ergebnis ist eine furiose Performance, ein couragiertes Crossover-Format aus Theater, Klavier, Musical, klassischem Gesang. Eine charmante, liebenswert chaotische Charakterstudie über uns Frauen, die das Zeug für die Bestseller-Listen hätte. Ein Stück von Sabine Fischmann mit Heidrun Kordes, Birgit Thomas, Erika leRoux, Sabine Waffender Ort: Vereinte Martin Luther + Althanauer Hospital Stiftung, Martin-Luther-Anlage 8, Hauptgebäude, Veranstalterin: Frauenbüro

Samstag, 09. März

13.00 – 16.00 Uhr Frauenpower – Yes We Can

Selbstverteidigung - offensive und defensive Techniken, Einführungsworkshop Ort: AFS Fitness, Niddastr.30 Veranstalterin: AFS Fitness

Samstag, 09. März

18.00 Uhr Vernissage zur Ausstellung „Frau im Wechsel der Moderne“

Malerei und Skulptur von Ursula Reindell. Die Ausstellung geht vom 10.03.-25.03., Sa. und So. 14.00-17.00 Uhr Ort: Remisengalerie, Schloss Philippsruhe, Veranstalter: Hanauer Kulturverein

Samstag, 09. März

20.00 Uhr Frauendisco – Tanzen zu Angesagtem und Klassikern,

Eintritt 5€. Nur für Frauen! Ort: Hans-Böckler-Haus, Sandeldamm 19, Veranstalterin: arisanet e.V. – Netzwerk für Frauen, die etwas unternehmen

Sonntag, 10. März

15.00 – 16.00 Uhr Sonntags um Drei – „Porträts für die Ewigkeit. Frauen im Schloss – von Gräfinnen und Top Models“

Eine Führung mit Dozentin: Susanna Rizzo M.A., anschließender Besuch des Museumscafés ist möglich. Anmeldung unter museen@hanau.de oder telefonisch unter 06181 / 295 1799, max. 25 Personen. Eintritt incl. Führung: 6€, ermäßigt 5€. Ort: Schloss Philippsruhe, Treffpunkt Foyer Veranstalterin: Städtische Museen Hanau

Montag, 11. März

9.30 – 11.30 Uhr Internationales Frauenfrühstück zum Thema

„Frauenrechte in Deutschland“

Ort: Quartiersküche Brüder-Grimm-Schule, Wallweg Veranstalterin: Stadteilladen Südlischt

Dienstag, 12. März

15.00 – 16.30 Uhr – Gesundes Haar bis ins hohe Alter

Profitipps von Friseurmeisterin Esmā Duran Ort und Veranstalter: Quartiersbüro Freigerichtviertel, Freigerichtstr. 67,

Dienstag, 12. März

15.00 Uhr Ausstellungseröffnung „Starke Frauen in der Pflege“

mit Texten und Musik Ort: Vereinte Martin Luther + Althanauer Hospital Stiftung, Martin-Luther-Anlage 8, Hauptgebäude, Foyer Albert-Schweitzer-Haus Veranstalterin: Vereinte Martin Luther + Althanauer Hospital Stiftung

Dienstag, 12. März

17.00 Uhr "Ist Altersarmut weiblich?"

Frau Nadine Gersberg referiert über diese Frage, mit anschließender Diskussion Ort: Gaststätte Hanauer Bub, Am Tümpelgarten 21A, Veranstalterinnen: ASF Main-Kinzig

Dienstag, 12. März

19.00 Uhr Film: “Wo Mädchen wenig wert sind- eine Jugend im Zeichen der Ehre“

Ein Dokumentarfilm von Rainer Fromm über Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund, deren Familien in Deutschland nach streng traditionellen Werten leben. Wer sich beim Thema Heirat dem Willen der patriarchalen Familie widersetzt, wird zwangsverheiratet oder hat weitere Repressalien zu erwarten. Im Anschluss werden die **HeRoes** ein kurzes Rollenspiel zum Thema Familienehre darbieten. HeRoes sind junge Männer mit Migrationshintergrund, die sich für Gleichberechtigung einsetzen und die Unterdrückung der Frauen und Männer im Namen der Ehre bekämpfen. Ort: Kathinka-Platzhoff-Stiftung, Familienakademie, Französische Allee 12, Veranstalterinnen: Frauenbüro der Stadt Hanau, Netzwerk gegen Gewalt

Mittwoch, 13. März

11.00 – 15.00 Uhr Kunstaktion

Alle Menschen werden Brüder / Schwestern

"Die Wissenschaften erkennen keine Grenzen", Jacob Grimm 1853, Kunst ebenso - Sanja Zivo 2019 Eine Kunstaktion für eine Gesellschaft im Wandel, über Gedanken und Gefühle zu den Themen: vertraut-fremd / ähnlich-verschieden / Angst-Stärke / Nähe-Distanz / Dialog-Respekt / Mut-Schutz / Vorurteil-Toleranz. Eine herzliche Einladung zum Malen an der Malmauer. Die Malmauer wird von Künstlerin Sanja Zivo betreut. Ort: Auf dem Hanauer Marktplatz Veranstalterin: Sanja Zivo

Mittwoch, 13. März

17.00 Uhr Stadtführung durch Hanau.

Wir wollen einige Hanauer Betriebe besuchen und mit ansässigen Betriebsräten/innen über die Arbeitsbedingungen sprechen. Dies wollen wir im Hinblick auf die Digitalisierung tun und diskutieren, was dies wohl an Veränderungen für die Beschäftigten in den Betrieben bedeuten könnte. Ort: Startpunkt ist das DGB Haus am Freiheitsplatz Veranstalterin: IG Metall Hanau - Fulda

Mittwoch, 13. März

18.00 Uhr Ilse Werder liest aus ihrem neuen Buch "Neues von gestern, Frisches für morgen - Hanau, der weite Weg zu Recht und Freiheit".

Es ist ein Buch über die Hanauer Arbeiterbewegung von ihren Anfängen bis heute. Und es ist ein Buch über all jene, die seit dem 19. Jahrhundert für eine gerechte, humane und demokratische Gesellschaft gekämpft haben und dabei selbst gefährliche Risiken für Leib und Leben eingegangen sind. Ort: Kulturforum, Lesecafé, Am Freiheitsplatz 18A Veranstalterin: Frauenbüro der Stadt Hanau

Mittwoch, 13. März

19.30 Uhr – Lesung „Und dennoch leben“ von Simone Veil

Autobiographie einer großen Europäerin. Gelesen von Bettina Kaminski. Sie überlebte Auschwitz und den Todesmarsch nach Bergen-Belsen. Sie kämpfte für das Recht auf Abtreibung und die europäische Idee. Und sie war die erste Präsidentin des Europäischen Parlaments. Anlässlich der Europawahlen im Mai 2019 liest die Schauspielerin Bettina Kaminski aus dem Leben der außergewöhnlichen Simone Veil. Ort: Calvinstraße 10 Veranstalter/in: Bündnis 90/Die Grünen Hanau

Donnerstag, 14. März

9.30 – 11.30 Uhr Raus aus dem Haus! Aktuelle und regelmäßige Freizeit- und Bildungsangebote für Kinder und Familien in Hanau. Ort: Verein Sprunzbrett, Richard-Küch-Str.4, Veranstalterinnen: Verein Sprunzbrett, die Stadtteilmütter

Donnerstag, 14. März

9.30 – 12.30 Uhr „BIZ & DONNA – für Frauen, die noch was vorhaben“

Dieser Workshop bietet Frauen, die sich demnächst bewerben wollen, Struktur, Motivation und jede Menge Anregung für das Anfertigen ihrer Bewerbung. Ute Jäkel-Rossmann von BewerbunXcoach leitet den Workshop. Die Teilnahme ist kostenfrei. Um eine Voranmeldung wird gebeten unter Telefon: 06181/672 222 oder unter Hanau.BCA@arbeitsagentur.de Ort: Berufsinformationszentrum (BIZ) der Agentur für Arbeit Hanau, Am Hauptbahnhof 1, Veranstalterin: Agentur für Arbeit

Donnerstag, 14. März

15.00 – 18.00 Uhr - Erlebe die Entspannung-

In der Bowtech-Lounge mit Christine Westenberger, Schmerzspezialistin nach Liebscher & Bracht, Bowtech und Emmett-Anwenderin. Durch eine gezielte, aufeinander abgestimmte Grifftechnik erfahren Sie Tiefenentspannung! Sie tauchen ein in das angenehme Gefühl der Entspannung. Körper, Geist und Seele kommen ins Gleichgewicht. Eine Anwendung eine Stunde. Anmeldung ist erforderlich – begrenzte Teilnehmerinnenzahl. Unter info@entspannt-und-aktiv.de oder unter 0176 / 34 08 10 77 Ort u. Veranstalter: Quartiersbüro Freigerichtviertel, Freigerichtstr. 67