

Frauen
helfen
Frauen e.V.



Programm 2014

Treffpunkt und
allgemeine **Beratung**
bei aktuellen Lebensfragen

Fachstelle gegen
sexuelle Gewalt



Veranstaltungen und Vorträge

Sie interessieren sich für eines unserer Angebote?

Melden Sie sich verbindlich unter Telefon
02841-28600 an.

Die Veranstaltungen und Vorträge finden in den Räumen der Frauenberatungsstelle des Vereins Frauen helfen Frauen auf der Uerdinger Straße 23 statt.

Informationen finden Sie auch unter
www.frauenhelfenfrauenmoers.de

Sie haben eine Idee für ein Gruppenangebot?

**Wir haben den Raum dazu!
Sprechen Sie uns an!**

Trennung / Scheidung

Anwältinnen für Familienrecht informieren in einer Veranstaltungsreihe zum Thema Trennung / Scheidung. Die Veranstaltungen finden donnerstags in der Zeit von 17.00 – 18.30 Uhr in den Räumen der Frauenberatungsstelle, Uerdinger Str. 23 in Moers statt. Nach einem kurzen Vortrag der Anwältinnen haben die Teilnehmerinnen die Möglichkeit Fragen zu stellen. Die Veranstaltung bietet jedoch nicht den Rahmen einer individuellen Beratung.

13. März 2014, Friederike Kerkhoff

Die rechtlichen Folgen von Trennung / Scheidung

15. Mai 2014, Friederike Kerkhoff

Die rechtlichen Folgen von Trennung / Scheidung

05. Juni 2014, Isabell Sasse

Trennung und Scheidung – Was passiert mit den Kindern?

18. September 2014, Friederike Kerkhoff

Die rechtlichen Folgen von Trennung / Scheidung

13. November 2014, Friederike Kerkhoff

Die rechtlichen Folgen von Trennung / Scheidung

Kosten: 5 € / ermäßigt 3 €

Um Anmeldung unter 02841-28600 wird gebeten.

Anwaltskanzlei

Iris Böckmann-Weyers



Erbrecht
Familienrecht
-Opferrechte-
Strafrecht
Medizinschadensrecht
Sozialrecht

Sozialhilferegressive, Elternunterhalt, Pflegerecht, Grundsicherung sind Punkte, mit denen sich Familien heute konfrontiert sehen.

Ich vertrete Geschädigte als Nebenkläger in einem Strafverfahren und Sorge für die Durchsetzung von Schadensersatz und Schmerzensgeldansprüchen, die Menschen als Opfer einer Gewalttat (Opferrechte) oder eines Medizinschadens (Medizinschadensrecht) erlitten haben.

Iris Böckmann-Weyers
Rechtsanwältin & AnwaltMediatorin DAA

Fritz-Heckens-Weg 6
47802 Krefeld
Telefon 02151-65 73 92


Mitglied im AnwaltVerein



Info@anwaltskanzlei-boeckmann-weyers.de

www.anwaltskanzlei-boeckmann-weyers.de

Abschied, Trauer, Neuanfang

Trauer ist ein Prozess, der sich in Gang setzt, wenn wir uns von jemandem oder von etwas verabschieden müssen. Wir fallen aus dem Rahmen – in der Familie, im Freundeskreis, im Betrieb, denn Trauer ist in unserer Gesellschaft nicht vorgesehen.

Trauern bedeutet manchmal Rückzug, alleine und verzweifelt sein. Die Gefühle spielen verrückt. Wenn Trauer jedoch verdrängt und nicht gelebt wird, kann uns das auf Dauer krank machen.

In diesem Workshop werden wir unserer Trauer Raum geben und feststellen, dass wir mit unseren Gefühlen nicht alleine sind.

Auf vielfältige Weise werden wir den Gedanken und Gefühlen näher kommen. Wir gestalten unseren eigenen Rahmen für unsere Trauerarbeit und für die Zeit unserer Trauer.

Der Anlass der Trauer sollte mindestens 6 Monate zurückliegen.

Referentin: Gabriele Drießen

Zertifizierte Trauer- und Sterbebegleiterin

**Termine: 10.05.2014, 10.00 bis 14.00 Uhr
08.11.2014, 10.00 bis 14.00 Uhr**

Kosten: 29 € / ermäßigt 19 €

Um Anmeldung unter 02841-28600 wird gebeten.

Rechtsanwälte Fleischhauer & Gronover

Beate Gronover

Rechtsanwältin
Fachanwältin für Familienrecht

Rheinberger Str. 33, 47441 Moers
Tel.: 02841 - 90 0 90, Fax: 02841 - 90 09 99

Gruppe für Frauen in Trennungssituationen

Auch wenn Trennung und Scheidung heute leider keine ungewöhnlichen Lebenserfahrungen mehr sind, so ist eine Trennung für die Betroffenen doch ein sehr einschneidendes Ereignis.

Für die in Trennung lebenden Frauen stürzt häufig das komplette Weltbild zusammen. Mögliche Reaktionen sind ein Gefühlschaos wie Trauer, Schmerz, Wut und Verzweiflung als auch körperliche Beschwerden. Durch den Verlust der Beziehung bestimmen nicht selten mangelndes Selbstwertgefühl, Selbstzweifel, Angst, Depressionen, Wut bis hin zum Hass, den Alltag. Dazu kommen meist finanzielle Probleme, die durch die Trennung ausgelöst werden.

Nach einem Einführungsvortrag zum Thema „Trauer und Verlust durch Trennung und Scheidung“ besteht anschließend die Möglichkeit sich an zunächst 5 Abenden im 2-wöchentlichen Rhythmus mit anderen betroffenen Frauen über die Erfahrungen in der Trennung und die damit verbundenen Probleme und Gefühle auszutauschen. Gegenseitige Stärkung und Lösungsansätze sind das Ziel dieses Angebots.

Die Wünsche und Bedürfnisse der Frauen stehen grundsätzlich im Vordergrund. Der Austausch und die Unterstützung in der Gruppe bilden den Kern. Die Gruppenleiterin versteht sich zum einen als Moderatorin und zum anderen als Wegbegleiterin im Trennungsprozess.

Referentin: Bärbel Backhaus

Diplom-Sozialpädagogin

Termin:

**Einführungsvortrag 27.05.2014, 17.00 Uhr
1. Gruppentreffen 03.06.2014, 18.00-19.30 Uhr**

Kosten: 3 € je Abend

Anmeldeschluss: 19.05.2014 unter 02841/28600



Erfolg beginnt im Kleiderschrank!

Wer Erfolg möchte, muss erfolgreich aussehen. Der erste Eindruck ist entscheidend und daher gilt es, genau diesen Moment zu nutzen, um unsere Kompetenz auch optisch zu unterstreichen.

Ein Mann im Anzug wirkt „wichtig“ – eine Frau in Jeans und Strickjacke ebenfalls? Gewinnen Sie mit der richtigen Kleidung an Souveränität und erleichtern Sie sich Ihren beruflichen Werdegang. Nehmen Sie sich wichtig – dann tun es auch die Anderen!

Referentin: Brigitte Grön

Image-/Modeberatung/Einkaufsbegleitung

Termin: 24. Juni 2014 um 18.00 Uhr

Kosten: 46 €

Anmeldeschluss: 10.06.2014 unter 02841-28600

Wechseljahre - Abschied und Aufbruch

Die Wechseljahre sind ein natürlicher Veränderungsprozess auf körperlicher, seelischer, geistiger und energetischer Ebene.

Sie bedeuten einen Übergang in eine neue Lebensphase.

Was in dieser Zeit mit Ihrem Körper passiert und wie Sie Veränderungsprozesse unterstützen können, werden wir an diesem Abend besprechen.

Referentin: Beatrice Hausmann

Heilpraktikerin

Termin: 01.07.2014, 17.00 Uhr

Kosten: 10 €

Um Anmeldung unter 02841-28600 wird gebeten.

Fachanwältin für Familienrecht



Ulrike Jehner

www.kanzlei-jehner.de

Haagstraße 18

47441 Moers

☎ (02841) 88 34 800

Scheidung . Unterhalt

Sorge- & Umgangsrecht

Vermögensauseinandersetzung

Betreuungsrecht



KanzleiJehner

Vertrauen & Kompetenz in Familienrecht

Moerser Boerse: Tauschring für Moers & Umgebung

Der Tauschring bietet die Möglichkeit untereinander Dienstleistungen, Wissen und manchmal auch Waren zu tauschen, ohne dafür mit Euro zu bezahlen. Wie das geht, darüber berichten wir!

Referentin: N.N.

Termin: 08.07.2014, 16.00 Uhr

Kostenlos

Wenn die Seele hungert Essstörungen – Infoabend

Essstörungen gehören heute zu den häufigsten psychischen Erkrankungen im Jugendalter, aber auch Erwachsene sind zunehmend betroffen. Welche Erscheinungsformen gibt es? Wie können Angehörige mehr Sicherheit im Umgang mit der Erkrankung gewinnen? Wie sehen Wege aus der Essstörung aus? Der Informationsabend widmet sich diesen Fragestellungen. Es besteht die Möglichkeit zu einem persönlichen Austausch. Im Anschluss wird ein kreativtherapeutisches Gruppenangebot vorgestellt, dass am 06.09.2014 startet.

**Referentinnen: Stephanie Lahusen
Erny Hildebrand**

Heilpraktikerinnen (Psychotherapie)
Werkstatt Lebenshunger e.V.

Termin: 18.08.2014, 18.30 bis 20.00 Uhr



Kreativtherapeutische Gruppe für Frauen mit Essstörungen

(ab 21 Jahren)

Diese kreativtherapeutische Gruppe richtet sich an Frauen, die aktiv einen Schritt aus ihrer Essstörung heraus wagen wollen. In der geschützten Atmosphäre können sie sich gemeinsam mit Hilfe kreativer Medien (Musik, Texten, Märchen) über ihr Essverhalten auseinandersetzen. So können alte Kreisläufe und Muster durchbrochen werden. Entspannungsübungen und Körperarbeit erlauben eine neue Begegnung mit dem eigenen Körper. Im gemeinsamen Tun und Erleben können sich die Frauen gegenseitig ermutigen, gemeinsam Lösungswege erarbeiten und sich auf die Suche nach ihren wirklichen Bedürfnissen und Sehnsüchten machen.

**Referentinnen: Stephanie Lahusen
Erny Hildebrand**

Heilpraktikerinnen (Psychotherapie)
Werkstatt Lebenshunger e.V.

**1.Termin: 06.09.2014, 10.00 bis 17.00 Uhr
Folgetermine werden noch bekannt gegeben**

Kostenlos

„Die Frau, die im Mondlicht aß“ Vorstellung eines Hörbuchs zum Thema Essstörungen

Die Referentin Christine Lemke-Munsch hat 2011 ihren eigenen Hörbuchverlag gegründet und beschreibt hier den Weg von der Idee zur Entstehung. Sie möchte mit ihren Hörbüchern besonders frauenspezifische Themen aufgreifen und stellt somit ihr 1. Hörbuch „Die Frau, die im Mondlicht aß“ vor. Ein einfühlsames „Hilfe“-Buch für alle Frauen, deren Augenmerk häufig um das Thema Essen und Gewicht kreist. Den Zuhörerinnen werden in diesem Buch sehr einfühlsam ohne erhobenen Zeigefinger Beweggründe für das ungewöhnliche Essverhalten aufgezeigt. Märchen, Mythen und Beispiele veranschaulichen und vertiefen Erkenntnisse, so dass neue Wege zum Entkommen aus dem Teufelskreis aufgezeigt werden.

Referentin: Christine Lemke-Munsch

Termin: 17.09.2014, 18.30 Uhr

Kosten: 3 €



Partnerschafts-Check!

Immer den falschen Partner?

Ab jetzt nicht mehr!

Kennen Sie das auch, Sie suchen sich immer den gleichen Typ Mann / Frau aus und wissen genau, dass diese Person Ihnen nicht gut tun wird? Schon nach kurzer Zeit ist es in der Partnerschaft/Ehe so wie immer:

- irgendwie verkehrt!
- Sie wollen aus der Tretmühle raus?
- wissen aber nicht wie?

Machen Sie mit uns den Partnerschafts-Check!

Was erwartet Sie in diesem Seminar?

- An einem Wochenende lernen Sie andere Frauen kennen, die das gleiche Ziel haben, wie Sie.
- Sie lernen die Ursachen Ihres eigenen Handelns in der Partnerschaft besser verstehen.
- Sie erkennen die Risikofaktoren für eine destruktive Partnerschaft.
- Sie erproben eine Methode, die Ihnen helfen kann, der eigenen Wahrnehmung besser zu vertrauen.
- Sie legen eigene Standards fest für den Kontakt mit Ihren Liebespartnern und Liebespartnerinnen.
- An einem weiteren Abend gehen Sie gemeinsam mit anderen Frauen aus und feiern den neuen Lebensabschnitt.

Referentin: Dipl.-Päd. Sabine Kellner

Leiterin der Frauenberatungsstelle

Termine: 27.09.2014 (11.00 bis 15.30 Uhr)

28.09.2014 (11.00 bis 15.30 Uhr)

Abschlusstermin nach gemeinsamer Absprache

Kosten: 39 € / ermäßigt 29 €

Verschenken Sie unsere Gutscheine!

Haben Sie eine Freundin, Schwester oder eine Bekannte, die oft unglücklich ist in ihren Beziehungen? Die glaubt immer an den Falschen zu geraten? Wünschen Sie ihr endlich eine glückliche Partnerschaft?

Dann schenken Sie ihr doch einfach einen Gutschein für das Präventionsseminar

„Partnerschafts-Check! Immer den falschen Partner? Ab jetzt nicht mehr!“

oder machen Sie die Frau auf dieses Seminar aufmerksam.

Weitere Seminartermine können Sie unter Telefon **02841-28600** erfragen.

**Hußmann & Otten**
ANWALTSKANZLEI

Annemarie Hußmann

Rechtsanwältin
und Fachanwältin
für Familienrecht

Rheinstraße 65a · 47495 Rheinberg

Telefon: 0 28 43 / 21 15 u. 32 12

Telefax: 0 28 43 / 28 66

Internet: www.hussmann-otten.de

E-Mail: info@hussmann-otten.de

Die Folgen von sexualisierter Gewalt

Welche Hilfen benötigen Frauen, wenn sie Opfer einer Vergewaltigung werden oder sexuelle Nötigung erfahren?
Welche Folgen kann sexualisierte Gewalt für die Betroffenen haben?

Welche Maßnahmen sind hilfreich?

Wie können Angehörige, Freundinnen, Multiplikatorinnen die Betroffene unterstützen?

Welche rechtlichen Schritte können eingeleitet werden?

Referentin: Axana Getzlaff

Diplom-Sozialarbeiterin

Termin: 01.10.2014, 18.30 Uhr

Kosten: 5 €

Anmeldeschluss: 29.09.2014 unter 02841-28600

Lesben im Leben angekommen

Der Lesbentreff existiert jetzt seit 16 Jahren. Lesben aus Moers und Umgebung kommen hier zusammen, um sich kennen zu lernen, Spaß zu haben, über Themen zu reden und etwas zu unternehmen.

Gemeinsam werden Veranstaltungen organisiert, um das lesbische Leben in Moers sichtbar zu machen.

Jeden 2. Mittwoch im Monat, Beginn: 19.00 Uhr

Ehrenamt

Sie möchten sich ehrenamtlich engagieren und einen Teil Ihrer Zeit – in unterschiedlichem Umfang – für eine sinnvolle Tätigkeit zur Verfügung stellen?

Wir wünschen uns unabhängige Frauen mit Büro- und Organisationskenntnissen, die an ein bis zwei Vormittagen in der Woche Büro- und Verwaltungstätigkeiten erledigen.

Wir suchen Frauen, die Interesse daran haben bei Veranstaltungen im Bereich der Öffentlichkeitsarbeit mitzuwirken, Frauen bei Ämtergängen zu begleiten und solche, die handwerkliches Geschick haben.

Wir bieten ein interessantes Arbeitsfeld in einer angenehmen Arbeitsatmosphäre, Kontakt zu anderen Menschen, eine sinnvolle Tätigkeit und Ersatz für Aufwendungen.

Sprechen Sie uns an!

**Komm,
wir gehen „Schlößern“!**

**GARTENCENTER
Schloesser**
... ALLES FÜR HAUS & GARTEN

Rümerstr. 19 / Ecke Düsseldorf Str. - 47447 Moers-Schwalheim · Tel.: 02841 9323-0 · www.gartencenter-schloesser.de
Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 9.00 - 19.00 Uhr, Sa. 9.00 - 18.00 Uhr, So. 10.00 - 12.00 Uhr · [f](#) /Gartencenter.Schloesser

Jetzt online einkaufen:
www.gartencenter-schloesser.de

Grundsätze unserer Arbeit

Wir unterstützen Frauen dabei, ihre Fähigkeiten und Stärken deutlicher wahrzunehmen und ihren eigenen Weg zu finden, um selbstbestimmt, offensiv und selbstbewusst zu leben.

Die Frauenberatungsstelle ist Anlaufstelle für alle Frauen bei psychosozialen Problemen, die nicht alleine gelöst werden können.

In der Frauenberatungsstelle werden Frauen grundsätzlich von Frauen beraten.
Die Beratung ist freiwillig, kostenlos, vertraulich und auf Wunsch anonym.

Sie können uns als Referentinnen anfragen:

- Fortbildung für pädagogische Fachkräfte
- Informationsveranstaltungen



Save the date

Benefizlesung der Autorin Irene Scharenberg
am **13.05.2014** in der Stadtbücherei Neukirchen

Benefizveranstaltung:
Kabarettistischer Liederabend mit Cordula Völker
im November 2014

Details entnehmen Sie bitte der aktuellen Tagespresse oder unserer Homepage.

Allgemeine Beratung

Wir beraten Sie, wenn Sie Fragen Ihres Lebens besprechen wollen:

- Partnerschaft
- Trennung und Scheidung
- Häusliche Gewalt
- Sexuelle Gewalt
- Gestörtes Essverhalten
- Coming out

Dies sind nur einige Beispiele des Beratungsangebotes. Sie können auch mit anderen Problemen zu uns kommen.

Wir informieren über Hilfen und vermitteln an weiterführende Einrichtungen.

Fachstelle gegen sexuelle Gewalt

Wir bieten telefonische und persönliche Beratung bei allen Fragen sexueller Gewalt:

- Stabilisierung während der Krise
- Unterstützung bei der Entscheidung für oder gegen eine Anzeige
- Prozessbegleitung
- Vermittlung von Adressen (Juristinnen, Therapeutinnen u.a.)
- Informations- und Präventionsangebote

Wir beraten Sie, wie Sie sich und Ihre Kinder vor sexueller Gewalt schützen können.



Anschrift

Frauen helfen Frauen e.V.
Uerdinger Str. 23
47441 Moers
Tel: 02841- 28600
Fax: 02841- 28458
E-Mail: frauenhelfenfrauenmoers@t-online.de
www.frauenhelfenfrauenmoers.de

Öffnungszeiten

Mo. – Do. 9:00 bis 12:00 Uhr

Beratungen erfolgen in der Regel nach Terminvergabe.

Der Verein Frauen helfen Frauen e.V. ist als gemeinnützig anerkannt.

Spendenkonto:

Postbank Essen
IBAN: DE 8236 0100 4302 8919 8437
BIC: PBNKDEFFXXX

So finden Sie uns

Die Uerdinger Straße befindet sich in direkter Nähe (Fußweg zwei Minuten) der Haltestelle "Königlicher Hof" im Moerser Zentrum.

