

A decorative frame surrounds the text. It consists of a teal horizontal bar at the top, a teal horizontal bar at the bottom, a purple vertical bar on the left, and a purple vertical bar on the right.

Frauenwegweiser

von Frauen

für Frauen



Herausgeber : SPD Ortsverein Duderstadt

V. i. S. d. P :

**Doris Glahn
stellvertretende Vorsitzende SPD Ortsverein Duderstadt**

Kurmainzer Str. 89 37115 Duderstadt



Liebe Leserinnen,

mit der Broschüre „Frauenwegweiser“ möchten wir ein Stück Transparenz schaffen, ein nützliches Informationsmedium für die Duderstädterinnen und Eichsfelderinnen, ebenso wie für frauenrelevante Einrichtungen und Institutionen.

Unterstützungs- und Hilfsangebote für die unterschiedlichsten Zielgruppen werden von den verschiedensten Einrichtungen angeboten. Der Frauenwegweiser soll einen Überblick geben über Anlaufstellen, Institutionen, Frauengruppen und Beratungsstellen in und um Duderstadt. Aber auch Frauenvereine und -verbände die sich ehrenamtlich engagieren sind aufgenommen um zu zeigen, in welchen vielfältigen Bereichen „frauen“-ehrenamtliches Engagement bereits besteht.

Nicht alle aufgeführten Gruppen und Organisationen richten ihr Angebot ausschließlich an Frauen. Dennoch wurden sie aufgenommen, weil ihre Arbeit besonders von Frauen nachgefragt wird.

Die Broschüre erhebt nicht den Anspruch auf Vollständigkeit. Sollten Ihnen, liebe Leserinnen, neue, für Frauen interessante Projekte oder Stellen in und um Duderstadt bekannt sein die wir hier nicht aufgeführt haben, freuen wir uns über Rückmeldungen und Hinweise für eine Aktualisierung unter der e-mail Adresse doris.glahn@gmx.de oder telefonisch unter Tel: 0151 54996584. Außerdem werden wir diese Broschüre sowie neue Projekte online auf unserer homepage einstellen: www.spd-duderstadt.de. Für Fragen und Anregungen stehe ich unter der genannten Telefonnummer gern zu Verfügung.

Wir bedanken uns herzlich bei allen Frauen und Organisationen die unserem „Aufruf“ nachgekommen sind und sich Ihnen hier vorstellen.

Allen Leserinnen wünschen wir eine interessante und hilfreiche Lektüre sowie viele Anregungen für eigene Aktivitäten.

Doris Glahn

Frauenwegweiser Duderstadt

INHALTSVERZEICHNIS

Teil I Beratungs- und Hilfsangebote

Beratung für Schwangere und Familien	Seite 5
Gleichstellungsbeauftragte Stadt Duderstadt	Seite 5
AOK	Seite 6
Erziehungsberatung	Seite 7
Katholische Ehe,- Familien- und Lebensberatung	Seite 7
Frühförderung	Seite 8
Allgemeine Lebens- und Sozialberatung	Seite 9
Kur- und Erholungshilfe	Seite 10
Seniorenservicebüro	Seite 10

Teil II Hilfen in besonderen Krisensituationen

Frauen Notruf e.V.	Seite 11
Frauenhaus	Seite 12
Therapeutische Frauenberatung	Seite 12

Teil III Berufliche und allgemeine Kursangebote

Koordinierungsstelle der privaten Wirtschaft	Seite 13
UnternehmerFrauen im Handwerk	Seite 14
Familienbildungsstätte Untereichsfeld e.V.	Seite 14
Landfrauenverein	Seite 15
Katholische Bildungsstätte St. Martin	Seite 16

Teil IV Sonstige Angebote und Veranstaltungen

Mädchentag	Seite 17
Café Grenzenlos	Seite 17
Flores de Colores	Seite 18
frau e.V.	Seite 19
Seniorenbegegnungsstätte	Seite 19

Beratung für Schwangere und Familien

Kontakt: Caritas Centrum in Duderstadt

37115 Duderstadt Schützenring 1

www.caritas-goettingen.de

schwangerenberatung@caritas-goettingen.de

Tel: 0551 / 99 95 90

Psychosoziale Beratung

für Einzelne und Paare bei Beziehungs- und Lebenskrisen,
bei Fragen zu Verhütung, Sexualität und Familienplanung,
bei Fragen zu Pränataldiagnostik,
bei einem Schwangerschaftskonflikt (ohne Beratungsbescheinigung),
nach einem Schwangerschaftsabbruch,
nach einer Fehl- oder Totgeburt.

Sozialrechtliche Beratung

über gesetzliche Ansprüche wie Elterngeld, Unterhalt,
Arbeitslosengeld, Sorgerecht, etc.,
Vermittlung finanzieller Hilfen (Mutter-Kind-Stiftung und andere
Hilfsfonds),
Unterstützung bei der Durchsetzung berechtigter Ansprüche.

Gruppenangebote

für allein stehende Schwangere und allein Erziehende,
für junge Schwangere.

Kontaktvermittlung

zu Mutter-Kind-Gruppen,
Geburtsvorbereitungskursen,
Familienhebammen etc.,
eine Hebammen-Sprechstunde im Haus.

Gleichstellungsbeauftragte Stadt Duderstadt

Kontakt: Stadthaus Duderstadt

Worbiser Str. 9 Zimmer 15

Frau Evelyn Stellhorn

e.stellhorn@duderstadt.de

Tel: 05527 / 841 115

Dienstags 9 - 11 Uhr und nach Vereinbarung jederzeit

Die Gleichstellungsbeauftragte ist Ansprechpartnerin für alle
Frauen, die in Duderstadt und Umgebung wohnen und/oder arbeiten.

bietet Informationsveranstaltungen zu aktuellen Themen an,
beteiligt sich an den jährlichen Aktionswochen des Landes

Niedersachsen,
arbeitet an Projekten mit, die zur Verbesserung der Situation von Frauen beitragen,
berät Frauen und bietet Unterstützung in allen Fragen der Gleichberechtigung an,
organisiert Bildungsangebote, Seminare und Kulturveranstaltungen,
arbeitet mit Frauengruppen, Verbänden und Institutionen zusammen
damit sich die gesellschaftliche Stellung von Frauen verbessert,
bildet Netzwerke, um durch gemeinsames Vorgehen die Interessen von Frauen wirksamer vertreten zu können,
steht in Kontakt zu Kommunalpolitikerinnen und trägt ihre Themen in die frauenpolitische Diskussion,
beteiligt sich an Entscheidungsprozessen in der Stadtverwaltung
und setzt sich für frauengerechte Planungen ein.

AOK

Kontakt: 37115 Duderstadt Bahnhofstr. 32

Frau Cornelia Weber

Cornelia.Weber@nds.aok.de

Tel: 05527 / 9878 50617

Mo., Di., Fr. 9 Uhr – 17 Uhr; Mi 9 Uhr – 13 Uhr; Do 9 Uhr – 18 Uhr

Angebot :

Beratung von werdenden Eltern und jungen Familien,
Information zur Schwangerschaft und Geburt,
Beratung bei Fragen zu Vorsorgeuntersuchungen und Impfungen,
Vermeidung von Fehl- und Mangelernährung,
Allergieprävention.

Das Gesundheitsprogramm mit den aktuellen Kursangeboten ist erhältlich im AOK Servicezentrum in der Bahnhofstraße 32.

Erziehungsberatung

Kontakt: Caritas Centrum in Duderstadt
37115 Duderstadt Schützenring 1
www.caritas-goettingen.de
eb@caritas-goettingen.de
Tel: 05527/ 981 360

Die Erziehungsberatung wendet sich an Eltern, Familien, allein Erziehende, die Informationen und Rat suchen bei allgemeinen Erziehungsfragen oder auffälligem Verhalten ihrer Kinder.

In familiären Konflikten,
bei Trennung und Scheidung,
bei Entwicklungsverzögerungen,
bei anhaltenden Schulschwierigkeiten,
bei psychosomatischen Erkrankungen.

Die Hilfsangebote erfolgen

durch persönliche Gespräche (mit jedem Einzelnen oder mit der Familie),
durch therapeutische Angebote,
durch Gruppenangebote für Kinder und Eltern,
durch psychologische Tests,
durch Förderprogramme für Kinder,
durch Zusammenarbeit mit Kindergärten, Schulen, Ärzten und Ämtern, vorausgesetzt die Zustimmung der Eltern ist vorhanden.

Katholische Ehe-, Familien-, Lebensberatung

Kontakt: 37115 Duderstadt Kardinal-Kopp Str. 31
Frau Annette Karr-Schnieders
info@efl-duderstadt.de
Tel: 05527 / 72372
Postadresse: 37073 Göttingen Kurze Straße 12a
Beratung nach vorheriger Vereinbarung

Die Katholische Ehe-, Familien- und Lebensberatung unterstützt Menschen bei Fragen und Problemen in zwischenmenschlichen Beziehungen und im persönlichen Bereich durch konkrete Beratung und durch die Eröffnung weiterführender Perspektiven. Sie vermittelt stabilisierende Hilfen und/oder ermutigt zur Veränderung von Lebensumständen.

Ziel:

Paare, Familien und Einzelpersonen dabei helfen ihre Konflikte zu

verarbeiten und ein höheres Maß an persönlicher Entfaltungs-, Beziehungs- und Partnerschaftsfähigkeit zu erreichen.

Angebot:

Einzelpersonen und Paare können sich an die Beratungsstelle wenden bei Problemen und Konflikten in Ehe und Partnerschaft, bei sexuellen Fragen und Schwierigkeiten, bei Familienkrisen, bei Scheidung und Trennung, in schwierigen Lebenssituationen und bei persönlichen Problemen.

Die BeraterInnen begleiten und unterstützen die Ratsuchenden in ihrer jeweiligen Lebenssituation.

Frühförderung

Kontakt: Caritas Centrum Duderstadt
37115 Duderstadt Schützenring 1
www.caritas-goettingen.de
ff@caritas-goettingen.de
Tel: 05527 / 981 360

Die Frühförderung beinhaltet die mobile und ambulante Einzelförderung von Kindern von der Geburt bis zur Einschulung.

Ziele:

Ziel der Frühförderung entwicklungsgefährdeter und behinderter Kinder ist, ihnen zu helfen, die vorhandenen Fähigkeiten bestmöglich zu entfalten und einzusetzen. Die Finanzierung der Fördermaßnahmen erfolgt durch den Sozialhilfeträger im Rahmen der Eingliederungshilfe.

Die Beratung ist für die Familie kostenlos.

Die Beratungsstelle unterliegt der Schweigepflicht und gibt Auskünfte an andere nur mit ausdrücklichem Einverständnis der Eltern weiter. In einem interdisziplinären Team aus Diplom-, Sozial-, Diplom-Familien- und Heilpädagoginnen erfolgt auch eine Zusammenarbeit mit einer Sprachheilpädagogin, einer Krankengymnastin und einem Neuropädiater.

Angebote :

Entwicklungsdiagnostik durch ein interdisziplinäres Team,
Psychomotorische Förderung in Kleingruppen,
Erfahrungsaustausch und Kontakte mit anderen Familien,
Kooperation mit TherapeutInnen, Kindergärten, ÄrztInnen, Kliniken und Behörden.

Frühberatung

Die Frühberatung wendet sich an Familien, denen die Entwicklung ihres Kindes Sorge bereitet, weil eine körperliche, geistige oder seelische Beeinträchtigung vorzuliegen scheint.

Die Beratung erfolgt in Fällen :

wenn Ihr Kind zu früh geboren ist,
wenn die Entwicklung auffallend langsam verläuft,
wenn Ihr Kind in seinem Verhalten unruhig und unkonzentriert wirkt,
wenn es in seiner Bewegung ungeschickt erscheint, sich häufig stößt oder stolpert,
wenn Ihrem Kind die Kontaktaufnahme zu Gleichaltrigen oder Erwachsenen Schwierigkeiten bereitet,
wenn die Sprachentwicklung auffällig erscheint.

Allgemeine Lebens- und Sozialberatung

Kontakt: Caritas Centrum Duderstadt

37115 Duderstadt Schützenring 1

Frau Martina Hesse

hesse@caritas-goettingen.de

Tel: 05527 / 981 360

Die Allgemeine Lebens- und Sozialberatung wendet sich an Allein-stehende, Paare und Familien, die Hilfe und Unterstützung bei der Lösung sozialer, familiärer sowie finanzieller Probleme suchen. Bei akuten Krisen erfolgt die Hilfe sofort und unbürokratisch.

Angebot:

Sozialrechtliche Beratung,
Information und Beratung über gesetzliche Ansprüche wie Arbeitslosengeld II, Elterngeld, Wohngeld, Kindergeld, Kinderzuschlag, Unterhaltsvorschuss etc.,
Hilfe im Kontakt mit Behörden oder anderen Institutionen,
ggf. Vermittlung an andere Fachdienste wie z.B. Schuldnerberatung bei Bedarf Vermittlung in Gruppen,
ggf. Vermittlung finanzieller Hilfen durch Stiftungen.

Kur- und Erholungshilfe

Kontakt: Caritas Centrum Duderstadt

37115 Duderstadt Schützenring 1

Frau Martina Hesse

Tel: 05527 / 981 360 hesse@caritas-goettingen.de

Mo. - Do. 8 Uhr – 12 Uhr und 13 Uhr – 16 Uhr

Die Kur- und Erholungshilfe ist ein Angebot für Mütter/Väter mit Kindern und für Familien.

Angebot :

Beratung und Vermittlung von Mutter-Kind Kuren,
Vermittlung von Kontakten zu Ärzten, Krankenkassen und
Kureinrichtungen,
Hilfestellung bei der Finanzierung,
Finden der geeigneten Hilfeform.

Seniorenservicebüro

Kontakt: Lorenz-Werthmann-Haus

37115 Duderstadt Scharrenstr. 9 – 11

Frau Sabina Mitschke

Tel: 05527 / 99686-10 mitschke@caritas-goettingen.de

Mo. -Mi. und Fr. 10 Uhr – 12 Uhr und Do. 14 - 16 Uhr

Das Seniorenservicebüro ist eine unabhängige Informations-, Beratungs- und Koordinationsstelle für alle Belange, die für ältere Menschen und deren Angehörige an Bedeutung gewinnen.

Ziele:

Eine wohnortnahe, umfassende Beratung aus einer Hand.
Bündelung von Informationen für Ratsuchende.
Förderung der Selbständigkeit von Seniorinnen und Senioren.
Stärkung des Miteinanders der Generationen.
Die Kenntnisse und Fähigkeiten älterer Menschen fördern und stärker nutzen.

Angebot:

Seniorinnen und Senioren können sich mit **all** ihren Fragen zur Lebens- und Alltagsbewältigung an das Servicebüro werden.

Die Beratung erstreckt sich u.a. auf Fragen zu folgenden Themen:
Wohnraumanpassung, alternative Wohnformen im Alter,
Pflege, Versorgung und Betreuung von Angehörigen,
Sicherheit im Alter,
Alt sein, Alt werden, Einsamkeit,
Behindertengerechte Freizeitgestaltung,
Seniorenorganisationen und Interessenvertretungen.

Senioren, die sich ehrenamtlich einbringen möchten, erhalten
hier ebenfalls Angebote oder Informationen zu lokalen
Ansprechpartnern.

Frauen Notruf e.V.

Kontakt: 37008 Göttingen Postfach 1825
persönliche Termine nach telefonischer Vereinbarung
[www. Frauen-Notruf-Goettingen.de](http://www.Frauen-Notruf-Goettingen.de)

Tel: 0551 / 44684 e-mail: Frauen-Notruf.Goe@t-online.de

Beratungs- und Fachzentrum bei sexueller und häuslicher Gewalt
in Göttingen.

Die Beratung ist kostenfrei.

Die Mitarbeiterinnen unterliegen der Schweigepflicht.

Es wird nichts gegen den Willen der Betroffenen unternommen.

Angebot :

Für gewaltbetroffene Frauen und Mädchen:

psychologische Unterstützung,
Traumaberatung,
Krisenintervention / Stabilisierung,
Sicherheitsplanung,
in Einzelfällen: traumaorientierte Kurztherapie,
rechtliche Informationen,
Unterstützung bei Schutzanträgen und Anträgen auf finanzielle Hilfen,
Hilfe bei der Suche nach TherapeutInnen,
Informationen zu Kliniken mit speziellen Angeboten zur Traumatherapie,
Weitervermittlung an andere Hilfseinrichtungen,
Begleitung beim Strafverfahren.

Für private und professionelle Bezugspersonen (Frauen und Männer) von gewaltbetroffenen Frauen und Kindern:

Verdachtsabklärung bei sexuellem Missbrauch,
Hilfe zum Umgang mit Betroffenen,
juristische Informationen.

Frauenhaus Göttingen

Kontakt: 37009 Göttingen Postfach 1911

www.frauenhaus-goettingen.de

Tel: 0551 / 52 11 800

täglich, auch an Wochenenden telefonisch erreichbar

Zuflucht, Beratung und Information für gewaltbetroffene Frauen und ihre Kinder.

Angebot:

Beratung, Begleitung und Unterstützung in Krisensituationen,
bei der Klärung der finanziellen Situation,
im Umgang mit Ämtern und Behörden,
in Fragen bezügl. Trennung, Scheidung, Sorgerecht, Aufenthaltsrecht,
Gewaltschutzgesetz,
bei Wohnungs- und Arbeitsplatzsuche,
bei der Alltagsbewältigung,
bei der Aufarbeitung von Gewalterfahrungen.

Therapeutische Frauenberatung

Kontakt: 37073 Göttingen Groner Str. 32/33

Frau Ulla Koch

info@therapeutische-frauenberatung.de

Tel: 0551 / 4 56 15

Dienstags 17 – 19 Uhr / Donnerstags 11 bis 13 Uhr und nach Absprache

Ziele :

Unterstützung von Frauen in seelischen Krisen bei :
Partnerschaftskonflikten,
Erfahrungen körperlicher, seelischer und sexualisierter Gewalt,
Verarbeitung traumatischer Erlebnisse,
Psychosomatischen Störungen,
Ess-Störungen,
Ängsten, Depressionen,
Kontaktschwierigkeiten und Gefühlen von Isolation,
Beruflichen Konflikten.

Angebote:

regelmäßige Sprechstunden ohne vorherige Anmeldung,
Beratung für Alleinerziehende,

Psychologische Beratung,
Unterstützung in Krisensituationen,
Informationen über Therapie, psychosoziale Angebote, stationäre
Behandlung,
Angeleitete Gruppen,
Überbrückung von Wartezeiten auf einen Therapieplatz,
Psychotherapie,
berufliche Fortbildungen,
Supervision / Coaching.

Koordinierungsstelle Frauenförderung in der privaten Wirtschaft

Kontakt: Kreisvolkshochschule Göttingen, Außenstelle Duderstadt

37115 Duderstadt Marktstr. 75

Dud@kvhs-goettingen.de

Tel: 05527 / 841 510

Beratung in Duderstadt n. Vereinb. Frau Ina Langanke Tel. 0551/4002862

Die Koordinierungsstelle ist eine Anlaufstelle für Frauen bei berufs-
bezogenen Fragestellungen.

Ziele:

Ziel ist die Integration von Frauen in das Erwerbsleben.
Hierzu werden in Duderstadt diverse Kurse und Seminare nur für
Frauen angeboten, die der beruflichen Fortbildung und Qualifizierung
zur Erleichterung des Wiedereinstiegs in das Berufsleben dienen.
Darüber hinaus berät die Koordinierungsstelle bei Fragen zur
Berufsrückkehr und zur Vorbereitung des beruflichen Wiederein-
stiegs. Ein weiteres Angebot besteht in der Beratung und Information
bei Fragen zur Existenzgründung, aktuelle Weiterbildungsmöglich-
keiten, finanzielle Unterstützung bei Aus- und Weiterbildung, Arbeits-
marktsituation u.v.m.

Angebot (Auszug) :

EDV Grundlagen,
Telefontraining,
Textverarbeitung,
Tabellenkalkulation,
Präsentationen mit Power Point,
Buchführung,
Lohn- und Gehaltsabrechnung,
Sicher auftreten im Beruf.

UnternehmerFrauen im Handwerk

Kontakt: Vorsitzende Helga Regenhardt
37136 Seulingen An der Suhle 17
helga.regenhardt@web.de

Tel: 05507 / 9660-0

Ein Arbeitskreis des Landesverbandes UnternehmerFrauen im Handwerk Niedersachsen e.V.

Eine Gruppe von Unternehmerfrauen, Meisterfrauen und im Handwerk tätigen Frauen, die sich beruflich engagieren und Mitverantwortung tragen.

Ziele:

Das Handwerk nach innen und außen festigen und fördern, die Position der Frau im Handwerk zu stärken.

Angebot:

umfangreiche Weiterbildung,
ein ständiger Erfahrungsaustausch,
Kontakte mit Gleichgesinnten und interessierten Gästen,
den Besuch von gezielten Schulungsmaßnahmen und Vorträge.
Es werden mehrere Fachreferate im Jahr angeboten, im Anschluss besteht jeweils Gelegenheit zum Erfahrungsaustausch. Gäste sind herzlich willkommen. Das Bildungsangebot findet in Zusammenarbeit mit der Ländlichen Erwachsenenbildung statt.

Familienbildungsstätte Untereichsfeld e. V.

Kontakt: 37115 Duderstadt Kardinal-Kopp-Str. 31
Frau Kati Löwe
www.familienbildung-untereichsfeld.de
Tel: 05527 / 94 10 37 e-mail: fabi.dud@t-online.de
Montag – Freitag 9 – 12 Uhr / Mittwoch 15 – 18 Uhr

Ziele:

Stärkung der Eltern bei ihrer Erziehungsaufgabe,
Hilfestellung geben zur Lebensgestaltung,
Förderung des Dialogs zwischen den Generationen.

Angebote (Auszug) :

Kurse, Vorträge etc. zum Themenkreis Familie und Erziehung,

Vorträge zu Gesundheit und Ernährung,
Yoga für Schwangere,
Präventionskurse,
Eltern-Kind-Gruppen ab 6. Lebenswoche,
Eltern-Kind-Turnen,
Fitnesskurse,
grenzenlose Fitness für Frauen mit Migrationshintergrund,
Orientalischer Tanz,
Kinderbekleidungs- und Spielzeugbörsen,
Kinderkurse,
Ferienkurse.

Landfrauenverein

Kontakt : 37115 Duderstadt Nesselröderstr. 7
Frau Mechtild Klingebiel

Tel: 05527 / 4954

Veranstaltungen in verschiedenen Orten

Der Landfrauenverein ist eine Gemeinschaft von Frauen auf dem Land. Jeder ist willkommen!

Ziele:

Die Landfrauen

engagieren sich für die Interessen der Frauen im ländlichen Raum und für gute Lebensbedingungen und -umstände vor Ort, sind offen für Frauen aller Altersstufen und Berufsgruppen, wollen aktiv und kreativ ein Stück Lebenskultur in den Dörfern gestalten, vermitteln Information über Lebensqualität im ländlichen Raum, bieten Information und Weiterbildung als Hilfe und Unterstützung zur Bewältigung der Aufgaben der Frauen in Familie, Beruf und Gesellschaft im ländlichen Bereich, innerhalb und außerhalb der Landwirtschaft, vertreten die berufsständischen Interessen der Frauen in der Landwirtschaft.

Angebot:

Attraktives Bildungsangebot für Menschen im ländlichen Raum, insbesondere für Frauen und Familien. Die pädagogische Betreuung des Bildungsprogramms erfolgt durch die Ländliche Erwachsenenbildung.

Regelmäßige offene, gesellige Zusammenkünfte,
Seminare und Vorträge zu Themen wie Ernährung /Garten/Haushalt/

Gesundheit und auch zu aktuellen sozialen und gesellschafts-
politische Fragestellungen.
Projekt Seniorenbegleitung.

Katholische Bildungsstätte St. Martin

Kontakt: 37434 Germershausen Klosterstr. 28

www.bildungsstaette-sanktmartin.de

Tel: 05528 / 9230-0

Veranstaltungsort: Katholische Bildungsstätte

Frauensprechzeiten Di. unter Tel: 05528 / 9230 134 oder 05528 / 9230-0

Ziele:

Als Bildungseinrichtung der katholischen Kirche dient die Katholische Bildungsstätte der Bildung des ganzen Menschen auf der Grundlage eines christlichen Verständnisses von Mensch und Welt, Individuum und Gesellschaft. Die Katholische Bildungsstätte sieht ihren Schwerpunkt im Bereich Familienbildung und bietet auch Kurse und Seminare speziell für die Zielgruppe Frauen an.

In den Seminaren geht es um Wissenserweiterung, Förderung von Reflexion und Selbstreflexion, spirituellen Erfahrungen und Sinnerfahrungen sowie die Bereitstellung von Raum und Zeit für Erfahrungsmöglichkeiten, immer mit dem Ziel Menschen auf ihrem Lebensweg zu begleiten.

Angebot:

Seminare für Frauen, u.a. :

Neue Lebensabschnitte gestalten – Umbrüche meistern,
Lust und Frust beim Leiten von Frauengruppen,
Gesprächsführung für Frauen, die ehrenamtlich tätig sind,
Mediatives Tanzen,
Frühjahrskur – Buchinger Fasten,
Regelmäßiges Frauenfrühstück,
Gespräche am Kamin zu Frauenthemen,
Einführung in Entspannungstechniken.

Mädchentag

Kontakt: Kinder- und Jugendbüro Stadt Duderstadt

jufi-dud@gmx.de

Tel: 05527 / 97 96 81

Veranstaltungsort: Jugendfreizeitheim Duderstadt, Schützenring 6

jeden Donnerstag 14 Uhr bis 19 Uhr

Einmal in der Woche treffen sich Mädchen zur gemeinsamen Freizeitgestaltung. Einmal in der Woche haben Jungens keinen Zutritt.

Ziele:

Schaffen eines Freiraumes für Mädchen, in dem sie Möglichkeiten nutzen können ihre Stärken und Schwächen zu erfahren und auszugestalten.

Begleitung und Unterstützung von Mädchen bei der Auseinandersetzung mit den für sie relevanten Themen.

Kreativ- und Bewegungsangebote speziell ausgerichtet an den Bedürfnissen, Fähigkeiten und Interessen von Mädchen und jungen Frauen.

Angebot:

Mädchencafé,

Internet-Café,

Kicker, Billard, Wii-Box,

Kreatives Gestalten, z.B. Töpfern, Perlentiere,

Tanzen und Sport,

Musik hören und Klönen,

Kochen,

Gemeinsame Aktivitäten, z.B. Ausflüge, Übernachtungen,

Highlight: Eichsfelder Mädchennacht im Herbst.

Café Grenzenlos

Kontakt: Stadthaus Duderstadt Worbiser Str. 9 Zimmer 15

Frau Evelyn Stellhorn info@cafe-grenzenlos-duderstadt.de

Tel: 05527 / 841 115 www.cafe-grenzenlos-duderstadt.de

Veranstaltungsort: Jugendfreizeitheim Duderstadt, Schützenring 6

Jeden 3. Dienstag im Monat Uhrzeit 10 Uhr

Ein Integrationsprojekt für Frauen und Mädchen aller Nationen und jeden Alters in Duderstadt.

Ziele:

Begegnung und Aktion für Frauen und Mädchen aller Nationen und jeden Alters.

Zusammenbringen verschiedenen Bevölkerungsgruppen mit dem Ziel, wechselseitig Zugang zu den verschiedenen Kulturen zu finden. Unterstützung von Frauen und Mädchen bei der Vermittlung des in Deutschland üblichen Frauenbildes.

Angebote:

Gemeinsames Frühstück jeden 3. Dienstag im Monat ab 10 Uhr im Jugendfreizeitheim,

Fest der Kulturen,

Sprachwerkstatt für Schülerinnen und Schüler,

Deutschkurs,

Thematische Angebote : Kulturaustausch, Frauenfragen u.v.m.,

gemeinsames Kochen und Backen,

gemeinsame Ausflüge, Wanderungen.

Flores de Colores

Kontakt: Caritas Centrum in Duderstadt

37115 Duderstadt Schützenring 1

Frau Martina Hesse

hesse@caritas-goettingen.de

Tel: 05527 / 981 360

Internationales Frauentreffen.

Ziele:

Begegnung von Frauen unterschiedlicher kultureller Herkunft.

Angebot:

Alle 14 Tage treffen sich die Frauen im Kreuzbundhaus im Caritas Centrum und gestalten kreativ ein Programm.

Näheres kann unter der obigen Konaktsadresse erfragt werden.

frau e.V. Göttingen

Kontakt: 37081 Göttingen Söseweg 26

Frau Irma Knipper

irmaknipper01@web.de

info@frau-ev-goettingen.de

Tel: 0551 / 7708 112

Frau e.V. ist ein Frauennetzwerk mit dem Ziel Impulse zu einer ganzheitlich orientierten Lern- und Lebensweise für Frauen zu geben. frau e.V. ist offen für alle Frauen und bietet gemeinschaftsfördernde Aktivitäten, Vorträge und offene Treffs.

Der Schwerpunkt der Angebote bezieht sich auf :

Bildung und Persönlichkeitsentwicklung,
Körperbewußtsein und Gesundheit,
Kreativität,
Spiritualität.

Angebote:

Frauenstammtisch,
Frauenwanderungen,
Pilgern,
Frauentafelrunden,
Lesungen von Frauenbiografien,
jährlich wechselnde Projekte.

Seniorenbegegnungsstätte

Kontakt: Lorenz-Werthmann-Haus

37115 Duderstadt Scharrenstr. 9 – 11

Frau Sabina Mitschke / Herr Helmut Börgershausen

Tel: 05527 / 99686-10

Mo. und Mi. 10 - 12 Uhr; Do. von 15 - 17 Uhr

Das Lorenz-Werthmann-Haus ist eine Begegnungsstätte für Senioren Im Altkreis Duderstadt. Dieses Angebot richtet sich nicht nur an Frauen!

Ziele:

Begegnung von Menschen zu ermöglichen, unabhängig von Weltanschauung, Religion und Konfession, zur sinnvollen Freizeitgestaltung und Schließen neuer Freundschaften und Bekanntschaften.

Das Leben und Arbeiten durch den Aufbau und Erhalt tragfähiger, sozialer Netzwerke zu unterstützen.

Beratung und Bildung in den individuellen Lebenslagen.

Kooperation mit den kirchlichen und gemeindlichen Senioreneinrichtungen im Altkreis.

Besucher zu aktiver Mitwirkung und Mitgestaltung einladen.

Angebot:

Die folgenden Angebote finden an unterschiedlichen Tagen und zu unterschiedlichen Uhrzeiten statt. Nähere Angaben hierzu sind unter der oben genannten Telefonnummer zu erfragen.

Offener Begegnungstreff - Gespräche, Gesellschaftsspiele, Zeitung lesen bei Kaffee und Tee,

Single Kochclub - gemeinsam Einkaufen, Kochen und in Gemeinschaft essen,

Computerclub – Themen rund um den PC, Internet surfen, e-mail,

Kulturelle Angebote - offenes Singen, Konzert- und Theaterfahrten,

Schreibwerkstatt - Erinnerungs- und Tagebücher, Memoiren,

Kleine Hilfen im Alltag - Einkäufe, Begleitung bei Arztbesuchen etc.



