Stadt Brandenburg. Frauenstärke an der Havel

Mittwoch. den 15. März

»Jeden Tag etwas weniger ärgern!«

Ärger oder ärgern fordert von uns - fast täglich - eine ganze Menge Energie ab. Claudia Meyer Höfer & Beatrice Fritsch werden Möglichkeiten aufzeigen, wie Sie sich demnächst effizienter ärgern können. Ärgern Sie sich kürzer, weniger intensiv und seltener!

*Teilnahme mit Anmeldung bei Frau Köppe

Zeit: 11:00 - 12:30 Uhr Zeit: 16:00 - 17:30 Uhr Eintritt: 10.00 Euro

Ort: Altstädtisches Rathaus/Rolandzimmer

Altstädtischer Markt 10

Donnerstag, den 16. März

Wie wirkt sich die Digitalisierung auf Frauen aus? Wie werden wir zukünftig arbeiten und leben?

Die Präsidentin der Technischen Hochschule Brandenburg, Prof.Dr.-Ing. Burghilde Wieneke-Toutaoui geht in ihrem Vortrag mit anschließender Diskussion dieser Frage nach.

*Teilnahme mit Anmeldung bei Frau Köppe oder direkt an der THB über gba@th-brandenburg.de

Zeit: 16:30 - 18:30 Uhr

Ort: Technische Hochschule Brandenburg

Magdeburger Str. 50, Rittersaal Campus

Tanztherapie - Meditation & Tanz - Der entspannte Abendausklang mit Maren Werner

Zwei Elemente verschmelzen zu einer einzigartigen Bewegungsmeditation. Tauche ein in die Stille, lasse Dich zum Tanz verführen und nimm Dich wahr! *Anmeldung unter info@tanztraueme-tanztherapie.de oder Telefon: 01736036238

Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr, Eintritt: 5,00 Euro

Ort: "TanztRaum"

Clara-Zetkin-Straße 40 Brandenburg an der Havel

Samstag, den 18. März

9. Frauenlauf & 6. Bambinilauf

Starten Sie fit in den Frühling! Nehmt Eure Familie, Nachbarn, Freunde mit und lauft, walkt (ohne Stöcke) oder spaziert bei heißen Rhythmen ein paar Runden.

Zeit: 10:00 - 13:00 Uhr

Startgebühr für Erwachsene 2,00 Euro

Ort: Stadion am Quenz

(i) Am Neuendorfer Sand

Samstag, den 18. März und Sonntag, den 19. März

Mit Tango in Bewegung bleiben -Frauengesundheit stärken

Sie oder Ihr Partner leiden an einer neurologischen Erkrankung? Nutzen Sie unser Schnupperangebot, bei dem einfache Schritte des Tangos erlernt werden. *Infos und Anmeldung bei der Selbsthilfekontaktstelle,

03381-2099334, fwz-brandenburg@caritas-brandenburg.de

Zeit: Samstag, den 18.03. 12:00 - 15:00 Uhr Sonntag, den 19.03. 10:00 - 13:00 Uhr

Ort: Haus der Begegnung Jacobstraße 12



27 Branden burgische Frauenwoche

> Frauen... Faire Chancen!

7. - 19. März 2017

Bitte beachten *ANMELDUNGEN zu Ihrer Teilnahme direkt bei Kornelia Köppe Telefon 03381/ 581600 . Fax: 581604 oder E-Mail: kornelia.koeppe@stadtbrandenburg.de

14770 Stadt Brandenburg an der Havel CORPORATE DESIGN ressourcenmangel dresden GmbH GESTALTUNG BlütezeitDesign Stefanie Rinkenbach



BARMER

www.stadt-brandenburg.de/frauenwoche2017

Grußwort



Liebe Brandenburgerinnen und Brandenburger, liebe Gäste! Ganz unter dem diesjährigen Motto »Frauen ... Faire Chancen« lade ich Sie herzlich ein. Die Frauenwoche in unserer Stadt hat sich zu einem wichtigen Instrument der Sensibilisierung und Kommunikation für frauen- und gleichstellungsrelevante Themen etabliert.

Knüpfen Sie in angenehmer Atmosphäre wertvolle wie interessante Kontakte für Ihr persönliches Netzwerk. Gewinnen Sie bei unterschiedlichsten Aktionen und Veranstaltungen neue Impulse und Erfahrungen.

Ich freue mich auf bekannte und neue Gesichter, ob jung oder alt, ob weiblich oder männlich, alle Türen stehen offen für Erfahrungsaustausch in alle Richtungen und bieten Raum für faire & neue Chancen! Ich freue mich, Sie auf einer von vielen Veranstaltungen begrüßen zu können.

Ihre Kornelia Köppe, Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Brandenburg an der Havel



PROGRAMM



Dienstag, den 7. März

WAS GEHT MICH DAS AN - Alterssicherung von Frauen aus Sicht verschiedener Generationen?

Fachaustausch in Kooperation mit dem Katholischen Deutschen Frauenverbund Berlin e.V. Beim Podiumsgespräch blicken Experten/-innen auf ein Thema, das alle Generationen von Frauen angeht. *Teilnahme mit Anmeldung bei Frau Köppe oder direkt an info@kdfb-berlin.de

Zeit: 17:00 - 19:30 Uhr

Ort: Altstädtisches Rathaus/Rolandzimmer



Altstädtischer Markt 10

Mittwoch, den 8. März

Wir laden ein zum Mädchentreff - Mädchen gestalten ihre Stadt! Sylke Plock, Gleichstellungsbeauftragte des Landesamtes für Umwelt und Gastgeberin Kornelia Köppe fragen nach - »Mädchen was bewegt Euch, was interessiert Euch und was fehlt Euch in unserer Stadt und unserem Land?« Seid mit dabei, wir freuen uns auf Euch! *Anmeldung bei Frau Köppe Zeit: 15:30 Uhr

Ort: Altstädtisches Rathaus/Rolandzimmer



Altstädtischer Markt 10

Donnerstag, den 9. März

Festveranstaltung & Frauenpreisverleihung

Im Rahmen der 27. Brandenburgischen Frauenwoche findet die Festveranstaltung und Frauenpreisverleihung in der Stadt Brandenburg an der Havel statt.

*Teilnahme mit Anmeldung bei Frau Köppe

Zeit: 14:00 - 16:00 Uhr

Ort: Brandenburger Theater/Großes Haus



Grabenstr. 14

Lesung: »Wer erbt, muss auch GIESSEN«

In Kooperation mit der Fouqué-Bibliothek präsentieren Schauspielerin Anke Stiefken und Autor Torsten Rohde: »Wer erbt, muss auch Giessen - Die Online-Omi teilt auf« Unsere Online-Omi kommt zu Reichtum, den es vor Tochter Kirsten zu schützen, mit Gertrud, Ilse und Kurt zu feiern und mit Stefan und seinen Liebsten zu teilen gilt. Nebenbei greift Renate die ganz großen Fragen des Lebens auf: Wer bekommt welche Sammeltasse? In welcher Leibwäsche sollte man bestattet werden? Und ist eine neue Liebe wirklich wie ein neues Leben.

(Rowohlt Verlag) Erleben Sie Anke Stiefken als Online-Omi live im Brandenburger Theater.

Kartenvorverkauf: Brandenburger Theater 03381/511-111 (Theaterkasse) Eintritt ab 8,00 Euro

Zeit: 18:00 Uhr

Ort: Brandenburger Theater/Großes Haus

(Line of the Grabenstr. 14)

Freitag, den 10. März

Für mehr Wohlbefinden und Vitalität -

Vitality-Check-Messtag. Nutzen Sie die sanfte und schmerzlose Messung, um wichtige Gesundheitsparameter, wie Säure-Basen-Balance, Umweltbelastung, Immunabwehr, Schlafqualität, Nährstoffbedarf u.v.m., zu ermitteln. Teilnahme mit Anmeldung:

DieBesteSteffi@gmail.com oder mobil 01736266313

Zeit: 8:00 - 18:00 Uhr

Ort: Praxis für Psychosomatische Energetik,

Packhofstraße 30

Geschlechtergerechte Sprache und Schreibweise

Sahra Damus, zentrale Gleichstellungsbeauftragte der Europa-Universität Viadrina Frankfurt (Oder), wird in ihren Ausführungen Hinweise, Empfehlungen und Anwendungsbeispiele für eine geschlechtergerechte Sprache für unseren alltäglichen Sprachgebrauch vermitteln. *Teilnahme mit Anmeldung bei Frau Köppe

Zeit: 10:00 - 12:00 Uhr

Ort: Altstädtisches Rathaus/Rolandzimmer

Altstädtischer Markt 10

Samstag, den 11. März

She's Mercedes - FRAUEN GEHEN

AUF GROßE FAHRT! Wollten Sie schon immer mal LKW oder Transporter fahren, Rad wechseln und nützliche Tipps zum Verhalten im Pannenfall bekommen? Nach einem gemeinsamen Frühstück können Sie an unseren Workshops zu unterschiedlichen Themen teilnehmen und gemeinsam mit einem Fahrlehrer unsere größten Mercedes selbst auf dem Asphalt erleben und erfahren. Anschließend gibt es in unserer Lounge selbstgebraute Bierspezialitäten.

Anmeldung: (03381)759926, k.beck@autohaus-juergens.de

Zeit: 11:00 - 13:00 Uhr

Ort: Mercedes-Benz Autohaus Jürgens, Friedrichshafener Straße 23

Montag, den 13. März

»Die Macht der Worte«

Neben Grundlagen und Übungen zur Kommunikation und Körpersprache werden anhand von Beispielen Strategien für einen bewussten Umgang mit Sprache vorgestellt und geübt. Das Angebot orientiert sich speziell an den Bedürfnissen von Frauen (Menschen) mit Beeinträchtigungen. *Teilnahme mit Anmeldung bei Frau Köppe oder katrin.tietz@stadt-brandenburg.de

EIN PRO

Zeit: 9:00 - 12:00 Uhr

Ort: Altstädtisches Rathaus/Rolandzimmer



Altstädtischer Markt 10

»Chefin trägt kein Prada« – Frauen führen in Handwerk, Technik und Verwaltung (C. Keller-Zimmermann, Diplom-Psychologin) Frauen, die im Beruf Verantwortung tragen – sei es als Chefin oder Mitarbeiterin, wünschen sich zu ihrer fachlichen Kompetenz sicheres Auftreten, Gesprächs- und Führungstechniken. Sie Iernen neues »Handwerkszeug« kennen, das Sie selbstbewusst im betrieblichen und Alltag

*Teilnahme mit Anmeldung bei Frau Köppe

Zeit: 14:00 - 17:00 Uhr

anwenden können.

Ort: Altstädtisches Rathaus/Rolandzimmer

🔥 🛚 Altstädtischer Markt 10

Dienstag, den 14. März

DAMEN - SAUNA - SPEZIAL - Mein Verwöhntag! Saunieren mit kleinen EXTRAS.

Wir bringen Sie zum Schwitzen!

Zeit: ganztägig, Eintritt: sh. aktuelle Preisliste

Ort: Marienbad Brandenburg

Sprengelstraße 1

Wechseljahre aus der Sicht des Gynäkologen

Dr.med. Ledwon, Chefarzt der Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe im Städtischen Klinikum Brandenburg GmbH, informiert über die Brandenburger Frauenklinik und Besonderheiten gynäkologischer Krankheitsbilder nach den Wechseljahren. Er wird dabei auch für Fragen zur Verfügung stehen, welche die Frauengesundheit betreffen. *Teilnahme mit Anmeldung bei Frau Köppe

Zeit: 13:00 - 14:30 Uhr

Ort: Altstädtisches Rathaus/Rolandzimmer



Altstädtischer Markt 10