

Kreisweite Aktionswochen

Betrifft: FRAUEN

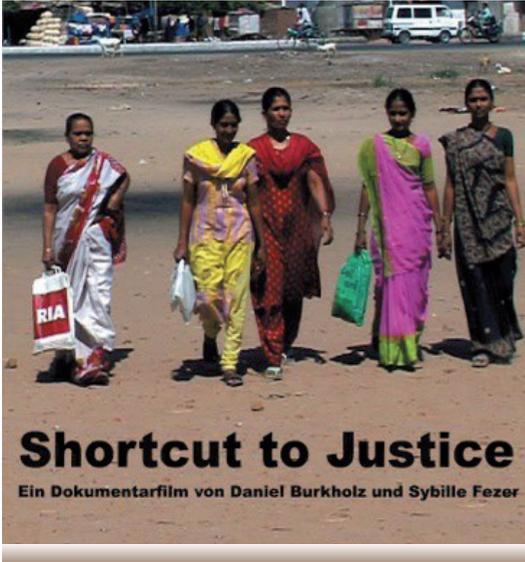


Veranstaltungen
der
Gleichstellungsbeauftragten
im
Rhein-Sieg-Kreis

Herbst 2014



:rhein-sieg-kreis 



Erweiterte und aktualisierte Neufassung des Dokumentarfilms von **Sybille Fezer**, Filmemacherin, Frauen- und Menschenrechtsexpertin von *medica mondiale* und dem Filmemacher und Rechtsanwalt **Daniel Burkholz**.

Laufzeit: 54 Minuten

Film und Diskussion mit dem anwesenden Regisseur

So 23.11.2014

11.00 Uhr | Siegburg
Markt 46
Museum

Der Dokumentarfilm

Shortcut to Justice

erzählt in seiner Neufassung neben der Geschichte der couragierten „Frauen für Gerechtigkeit“ nun auch die Geschichte der „Nari Adalat“ Frauen, die in Gujarat und anderen indischen Bundesstaaten aktiv sind.

Die „Frauen für Gerechtigkeit“ und die „Nari Adalat“ Frauen wehren sich, couragiert und solidarisch, gegen Unrecht und Gewalt, unter denen viele Frauen dort leiden.

Weil Polizei und Justiz oft untätig bleiben und kaum Schutz und Hilfe geben, haben sie selber Gerichte gegründet. Woche für Woche versammeln sie sich auf einem staubigen Platz am Rande ihres Viertels in der Stadt Vadodara oder in dem kleinen Örtchen Waghodia auf der Dachterrasse der Gemeindeverwaltung und sprechen selber Recht.

„Ein wunderbarer Film über die Macht der Solidarität“
(Manfred F. Kubiak - Heidenheimer Zeitung)

Der Film wird auch gezeigt in **Meckenheim am 24.11.2014.**

Weitere Auskunft bei der Gleichstellungsbeauftragten Bettina Hihn,
Tel. 02225/917-144,
Fax: 02225/917-66120

Die Vereinten Nationen und *medica mondiale* setzen den Film in vielen Ländern für die Frauen- und Menschenrechtsarbeit ein. Derzeit ist *Shortcut to Justice* von Liberia, in Westafrika, über die Bergdörfer des Himalaya bis nach Ozeanien unterwegs.

Shortcut to Justice wurde erfolgreich auf vielen internationalen Filmfestivals präsentiert, mehrfach im Fernsehen ausgestrahlt und über 300 mal bei öffentlichen Veranstaltungen in Deutschland, Österreich und der Schweiz vorgeführt.

siehe auch Seite 50 

Veranstaltet vom

Arbeitskreis der Gleichstellungsbeauftragten im Rhein-Sieg-Kreis



in Kooperation mit dem

„Runden Tisch gegen häusliche Gewalt im Rhein-Sieg-Kreis“



Kreisweite Aktionswochen

etrifft: FRAUEN

Der Arbeitskreis der Gleichstellungsbeauftragten im Rhein-Sieg-Kreis – ein Zusammenschluss der Gleichstellungsbeauftragten der kreisangehörigen Städte, Gemeinden und des Kreises – hat für den Herbst 2014 ein abwechslungsreiches Programm zusammengestellt,

Den Schwerpunkt bilden die Veranstaltungen zum beruflichen Wiedereinstieg.

Die Wiedereinstiegschancen sind individuell und u.a. abhängig von Aus- und Weiterbildung, Berufserfahrung, Markterfordernissen und dem persönlichen Vermögen, sich den Anforderungen der Berufswelt zu stellen. Die Angebote sollen WiedereinsteigerInnen unterstützen ihre – auch in der Familienphase – erworbenen Fähigkeiten zu erkennen, mögliche Defizite auszugleichen und ihren Weg in die Arbeitswelt zu finden.

Sie finden Veranstaltungen, die Sie bei ersten Überlegungen zum Wiedereinstieg unterstützen ebenso, wie solche, die Ihnen Hilfestellung bieten, um den beruflichen Anforderungen gerecht zu werden.

Weitere Themen sind:

- Integration
- Frauengesundheit
- Krisen in der Familie

Die Angebote dieser Veranstaltungsreihe mit anspruchsvollen Themen sollen Sie in Ihren persönlichen Lebenslagen weiter bringen.

Zudem machen wir Sie gerne aufmerksam auf die Kulturveranstaltungen der Reihe „Betrifft: Frauen“ und wünschen Ihnen, dass Sie auch die erheiternden und entspannenden Angebote wahrnehmen können.



Sebastian Schuster
Landrat



Brigitta Lindemann
Gleichstellungsbeauftragte

Datum	Ort	Veranstaltung	Seite	
	Rheinbach	Netzwerktreffen: Frauennetzwerk Rheinbach	41	
	Rheinbach	Frauennetzwerk Rheinbach lädt zum Stammtisch ein!	41	
	Troisdorf	Kurs: Deutsch für den Beruf	52	
	Bad Honnef	Deutschsprachkurs für Frauen mit ausländischer Muttersprache7 Anfänger Fortgeschrittene		
ab	sofort	Troisdorf	„Frauen trauen sich“ - Arbeitsgelegenheitsmaßnahme	51
ab	20.08.2014	Troisdorf	Internationales Frauencafé.....	53
	25.08.2014	Eitorf	Seminar: Kompetenz entwickeln - Beruflich und privat.....	17
ab	02.09.2014	Much	Kurs: Microsoft Office im Überblick	32
ab	02.09.2014	Troisdorf	Nähkurs „Nähen von Anfang an“	54
ab	02.09.2014	Troisdorf	Internationaler Frauengesprächskreis	53
	02.09.2014	Meckenheim	Info-Veranstaltung: Frauen zurück ins Berufsleben	27
ab	04.09.2014	Troisdorf	Schulmüttertreff	55
	04.09.2014	Königswinter	Vortrag: 7 Tipps, wie Sie Ihre Selbstmotivation aufrecht halten und Ihren Erfolg sichern	21
ab	08.09.2014	Troisdorf	Türkisches Café für Seniorinnen und Senioren	55
	09.09.2014	Troisdorf	Info-Veranstaltung: Frauen zurück ins Berufsleben	56
	10.09.2014	Troisdorf	Info-Veranstaltung: Schwanger ab 35	56
ab	13.09.2014	Hennef	Offener Treff für alleinerziehende Mütter und Väter	20
	13. + 27.09.2014	Königswinter	Workshop: Gesunder Umgang mit Herausforderungen und Stress	22
	16.09.2014	Bad Honnef	Info-Veranstaltung: (Wieder-)Einstieg - Weiterbildungschancen - Förderung	8
	16.09.2014	Bad Honnef	Info-Veranstaltung: Der kleine Anfang - In Teilzeit selbständig	9
	16.09.2014	Troisdorf	Info-Veranstaltung: Trennung - Scheidung	57
	17.09.2014	Sankt Augustin	Info-Veranstaltung: Über die frühe Eltern-Kind-Bindung.....	43
	18.09.2014	Troisdorf	Müttercafé: „Schutz vor Missbrauch und Aufklärung“	58
	20.09.2014	Eitorf	Seminar: Kompetenz entwickeln - Beruflich und privat.....	18
	20.09.2014	Bornheim	Besuch der Ausstellung „Single Moms“ im Frauenmuseum Bonn...	11
20. + 27.09.2014	Wachtberg		Babysitterführerschein für Jugendliche	60
	24.09.2014	Lohmar	Vortrag: Ständiges Grübeln? - Gedanken ordnen tut gut!	25
	25.09.2014	Rheinbach	Info-Veranstaltung: Was ist Gesundheits-Coaching?	42

Datum	Ort	Veranstaltung	Seite
25.09.2014	Siegburg	Seminar zur Selbstuntersuchung der Brust	48
26. + 27.09.2014	Meckenheim	Kurs: Selbstbehauptung/Selbstverteidigung für Frauen.....	28
01.10.2014	Königswinter	Workshop: Was passt zu mir? - Die Kraft der eigenen Fähigkeiten	23
01.10.2014	Niederkassel	Info-Veranstaltung: Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung.....	36
01.10.2014	Troisdorf	Info-Veranstaltung: Sexualerziehung bei Kindern und Jugendlichen.....	58
02.10.2014	Niederkassel	Autorenlesung: TodesSüße - Genusskrimi	37
21.10.2014	Bornheim	Workshop: Zurück in den Beruf	12
21.10.2014	Eitorf	Workshop: ‚Muss nur mal kurz die Welt retten...‘	19
21.10.2014	Niederkassel	Info-Veranstaltung: Entlastungsmöglichkeiten für pflegende Angehörige	38
24.10.2014	Bornheim	‚Klavier, Feder und Staffelei‘ - Exkursion durch Bonn	13
25.10.2014	Lohmar	Kurs: WORD im Beruf.....	25
25. + 29.10.2014	Sankt Augustin	Kunstaussstellung: Kunst macht stark	44
26.10.2014	Lohmar	Kurs: Stressfrei im Beruf und durchs Leben	26
28.10.2014	Niederkassel	Info-Veranstaltung: Elternunterhalt - Wann müssen Kinder für ihre Eltern aufkommen.....	39
28.10.2014	Siegburg	‚Café mit <i>Sahne</i> ‘ - Frühstücksgespräch zum Wiedereinstieg.....	49
28.10.2014	Troisdorf	Info-Veranstaltung: ‚Wege aus der Gewalt‘	59
30.10.2014	Königswinter	Vortrag: Büromanagement im Job und zu Hause	24
31.10.2014	Sankt Augustin	Kurs über geschlechtstypische Kommunikation ‚Berta, das Ei ist hart‘	45
06.11.2014	Troisdorf	Info-Veranstaltung: Rundum schwanger	59
07.11.2014	Hennef	40. Hennefer Filmfestspielchen - Spielfilm.....	20
ab 07.11.2014	Bornheim	Kurs: Kreative Schreibwerkstatt für Frauen.....	14
07.11.2014	Meckenheim	Seminar zur Selbstuntersuchung der Brust	29
08.11.2014	Bornheim	Kurs: Sicher und souverän auftreten	15
ab 10.11.2014	Much	Kurs: Endlich Nähen lernen!.....	33
11.11.2014	Sankt Augustin	Informationsabend für werdende Mütter und Väter über finanzielle Hilfen und rechtliche Fragen.....	46

6 | INHALTSVERZEICHNIS (chronologisch)

Datum	Ort	Veranstaltung	Seite
14.11.2014	Bornheim	4711 - Ein Duftseminar - Exkursion	16
14.11.2014	Much	Workshop: Trennung und Scheidung - Das hilft mir und den Kindern	34
15.11.2014	Niederkassel	Workshop: Der weibliche Konkurrenzkampf	40
15.11.2014	Sankt Augustin	Info-Veranstaltung: Mit Klartext zum Erfolg	47
18.11.2014	Bad Honnef	Info-Veranstaltung: Frauen zurück ins Berufsleben	10
18.11.2014	Troisdorf	Info-Veranstaltung: Trennung - Scheidung.....	57
23.11.2014	Siegburg	Film: Shortcut to Justice - Neue Wege zur Gerechtigkeit.....	50
25.11.2014	Meckenheim	Info-Veranstaltung: Gewalt kommt mir nicht in die Tüte	30
09.12.2014	Meckenheim	Info-Veranstaltung: Frauen zurück ins Berufsleben	31
ab 12.01.2015	Much	Kurs: Endlich Nähen lernen!.....	35

mittwochs und freitags	9.30 - 11.00 Uhr	Kurs - fortlaufend nicht in den Schulferien
-------------------------------	-------------------------	--

Deutschsprachkurs für Frauen mit ausländischer Muttersprache (Anfängerinnen)

Der Kurs richtet sich an Frauen (Anfängerinnen), die eine einfache Begegnung mit der deutschen Sprache wünschen.

Es wird sowohl praxisorientiert, am Beispiel von Alltagssituationen, als auch durch Grammatikübungen gelernt.

Kleinkinder, die ohne Betreuung sind, können mitgebracht werden.

Referentin: Charlotte Gracher

Ort: Rathaus, Raum 0001, Rathausplatz 1, 53604 Bad Honnef

Entgelt: 50,00 Euro (bei mind. 10 Personen) für 15 Unterrichtstage

Anmeldung/Info: Iris Schwarz, Tel.: 02224/184-140,
E-Mail: iris.schwarz@bad-honnef.de

In Kooperation mit der VHS Siebengebirge

mittwochs und freitags	11.15 - 12.45 Uhr	Kurs - fortlaufend nicht in den Schulferien
-------------------------------	--------------------------	--

Deutschsprachkurs für Frauen mit ausländischer Muttersprache (Fortgeschrittene)

Der Kurs richtet sich an Frauen (Fortgeschrittene), die eine einfache Begegnung mit der deutschen Sprache wünschen.

Es wird sowohl praxisorientiert, am Beispiel von Alltagssituationen, als auch durch Grammatikübungen gelernt.

Kleinkinder, die ohne Betreuung sind, können mitgebracht werden.

Referentin: Charlotte Gracher

Ort: Rathaus, Raum 0001, Rathausplatz 1, 53604 Bad Honnef

Entgelt: 50,00 Euro (bei mind. 10 Personen) für 15 Unterrichtstage

Anmeldung/Info: Iris Schwarz, Tel.: 02224/184-140,
E-Mail: iris.schwarz@bad-honnef.de

In Kooperation mit der VHS Siebengebirge

Di	16.09.2014	8.30 - 11.00 Uhr	Informationsveranstaltung
-----------	-------------------	-------------------------	---------------------------

(Wieder-)Einstieg – Weiterbildungschancen - Förderung

Sie wären gern wieder berufstätig? Sie kommen in Ihrer Arbeitsstelle nicht so recht weiter? Sie möchten eine Weiterbildung machen, wissen aber nicht, wo es entsprechende Angebote gibt oder wie Sie diese finanzieren können?

Dann sollten Sie sich an diesem Vormittag Zeit nehmen.

Die Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Bad Honnef und die Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt von der Agentur für Arbeit informieren über erste Schritte zurück in den Beruf, Angebote der Weiterbildung sowie deren Finanzierung und stehen Ihren Fragen zur Verfügung. Selbstverständlich erhalten Sie auch Informationen zu den Angeboten der VHS Siebengebirge.

Im Anschluss findet die kostenlose Veranstaltung „Der kleine Anfang – in Teilzeit selbstständig“ statt (siehe Folgeseite)

Referentin: Iris Schwarz, Gleichstellungsbeauftragte
Ursula Schubert-Sarellas, Agentur für Arbeit
Heike London, VHS Siebengebirge

Ort: Rathaus, Raum 002, Rathausplatz 1, 53604 Bad Honnef

Entgelt: frei

Anmeldung/Info: Iris Schwarz, Tel.: 02224/184-140,
E-Mail: iris.schwarz@bad-honnef.de

In Kooperation mit der VHS Siebengebirge
sowie der Agentur für Arbeit, Bonn

Di	16.09.2014	11.00 - 13.15 Uhr	Informationsveranstaltung
-----------	-------------------	--------------------------	---------------------------

Der kleine Anfang – In Teilzeit selbständig

Das Wagnis Selbstständigkeit geschieht mit steigender Tendenz in Teilzeit. Sei es neben der Anstellung, nach dem Studium oder aus der Familie heraus: So unterschiedlich wie die Startbedingungen sind, so vielfältig die Geschäftsideen auch sein mögen – die Herausforderungen sind oftmals ähnlich und müssen gemeistert werden. Die selbstständige Arbeit mit der eigenen Lebenssituation in Einklang zu bringen, bedarf einer umsichtigen Planung und flexiblen Lösung. Wer auf die Besonderheiten der Selbstständigkeit gut vorbereitet ist, dem kann der kleine Start gelingen.

Themen des Vortrags sind:

- In Teilzeit selbstständig – voll im Trend?
- Chancen und Risiken der Gründung in Teilzeit
- Besonderheiten der Teilzeitgründung bei Kranken- und Rentenversicherung
- Alles geht nicht: mögliche Zielkonflikte unter einem Dach

Referentin: Birgitt Torbrügge, Unternehmensberaterin

Ort: Rathaus, Raum 002, Rathausplatz 1, 53604 Bad Honnef

Entgelt: Frei

Anmeldung/Info: Iris Schwarz, Tel.: 02224/184-140,
E-Mail: iris.schwarz@bad-honnef.de

In Kooperation mit der VHS Siebengebirge sowie dem
Beratungsdienst der Sparkassen-Finanzgruppe „Geld & Haushalt“

Di	18.11.2014	9.00 - 12.00 Uhr	Informationsveranstaltung
-----------	-------------------	-------------------------	---------------------------

Frauen zurück ins Berufsleben

Sie möchten oder müssen aus familiären Gründen wieder erwerbstätig werden und fragen sich: Welche Möglichkeiten habe ich als Berufsrückkehrerin? Wie stärke ich meinen Auftritt?

Hier erhalten Sie Tipps und Informationen zu wichtigen vorbereitenden Schritten, über Angebote der Weiterbildung und deren Finanzierung sowie über Möglichkeiten zum beruflichen Wieder- bzw. Neueinstieg etwa für Alleinerziehende, Berufsrückkehrerinnen ab 45 oder Frauen nach der Elternphase.

Referentin: Barbara Voss, Frauenbeauftragte der Kölner Wirtschaftsfachschule GmbH

Ort: Kölner Wirtschaftsfachschule GmbH, Drachenfelsstr. 4-7,
53604 Bad Honnef

Entgelt: Frei - um Anmeldung wird gebeten

Anmeldung/Info: Iris Schwarz, Tel.: 02224/184-140,
E-Mail: iris.schwarz@bad-honnef.de

In Kooperation mit der Kölner Wirtschaftsfachschule

Sa	20.09.2014	15.00 - 16.30 Uhr	Museums-Besuch
-----------	-------------------	--------------------------	----------------

Besuch der Ausstellung 'Single Moms' im Frauenmuseum Bonn

Alleinerziehende Mütter und ihre Lebenswelt

Alleinerziehende Mütter gab es schon immer: Oft mussten Frauen infolge von Krieg und Naturkatastrophen ihre Kinder alleine großziehen. Mütter unehelicher Kinder hatten oft unter Vorurteilen, Bestrafung und Vormundschaft zu leiden. Heute ist fast jede fünfte Frau mit Kindern alleinerziehend.

Die Ausstellung des Frauenmuseums widmet sich in drei großen Teilen dem Thema: Die Geschichte und Gegenwart der Alleinerziehenden, die internationale Situation und die Umsetzung des Themas in der Kunst.

Neben vielen Fakten über die Situation der Alleinerziehenden in Deutschland werden auch persönliche Schicksale in der Ausstellung gezeigt und die Lebenssituationen in unterschiedlichen Ländern vorgestellt. Während alleinerziehende Mütter in der Gesellschaft der DDR integriert waren, durfte in Irland in den 1960er Jahren nicht öffentlich darüber diskutiert werden, dass es ledige Mütter gab. Im Kunstteil präsentieren mehr als 40 Künstlerinnen Werke zum Thema.

Ort: Frauenmuseum, Im Krausfeld 10, 53111 Bonn

Entgelt: 7,00 Euro (ermäßigt 6,50 Euro) inkl. Führung und Eintritt

Anmeldung/Info: bei der VHS Bornheim/Alfter,
Tel.: 02222/94 54 60, E-Mail: vhs@stadt-bornheim.de,
www.vhs-bornheim-alfter.de

In Kooperation mit der VHS Bornheim/Alfter

Di	21.10.2014	9.00 - 12.15 Uhr	Workshop
-----------	-------------------	-------------------------	----------

Zurück in den Beruf – lösungsorientierte Strategien

Was finde ich wo? Wer hilft mir Infos zu bekommen? Wie komme ich zurück auf den Arbeitsmarkt/in meinen Beruf? Wie kann ich mich weiter entwickeln? Welche finanziellen Unterstützungsmöglichkeiten stehen zur Verfügung?

Insbesondere Frauen, die nicht bei der Bundesagentur für Arbeit und oder dem Jobcenter gemeldet sind, brauchen Hinweise und Tipps, um für sich Chancen zu klären und neue Wege einzuschlagen. An diesem Tag werden Orientierung suchende Frauen in einer Kleingruppe beraten und gecoacht, die sich im alten Beruf nicht wohl fühlen und neue Wege gehen wollen.

Referentin: Ursula Schubert-Sarellas

Ort: Neues VHS-Gebäude Roisdorf, EDV-Raum,
Alter Weiher 2, 53332 Bornheim

Entgelt: Frei

Info: Heike Blank, Stadt Bornheim, Tel.: 02222/945-240,
E-Mail: heike.blank@stadt-bornheim.de und
Katrjn Kühn; Tel.: 0228/64 84-13 0
E-Mail: katrin.kuehn@alfter.de

Anmeldung: VHS Bornheim/Alfter, Tel.: 02222/945-460,
E-Mail: vhs@stadt-bornheim.de,
www.vhs-bornheim-alfter.de

In Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten der Gemeinde Alfter
und der VHS Bornheim/Alfter

Fr	24.10.2014	16.00 - 18.00 Uhr	Exkursion
-----------	-------------------	--------------------------	-----------

Klavier, Feder und Staffelei

Ein etwas anderer Rundgang durch die Bonner Innenstadt

Gab es weibliche Künstler in der Stadt Beethovens und Mackes? Lange Zeit wurde die Kunst von Frauen kaum beachtet, schnell vergessen oder nicht ernst genommen. Zu Unrecht, wie der Rundgang zum Leben und Wirken in Bonn tätiger Künstlerinnen des 19. und 20. Jahrhunderts zeigt. Und das, obwohl man ihnen Dilettantismus und Verstöße gegen herrschende weibliche Konventionen unterstellte und ihre künstlerische Ausbildung wesentlich schlechter war als die ihrer männlichen Kollegen.

Mit Vortrag, Bild- und Tonbeispielen vermittelt der Rundgang einen Eindruck vom Schaffen Johanna Schopenhauers (Schriftstellerin) und Johanna Kinkels (Musikerin), von Elly Ney (Musikerin), Gabriele Münter (Malerin) und Martha Worringer (Malerin).

Referentin: Dr. Susanne Wilking

Treffpunkt: Oper, Haupteingang, Am Boeselagerhof 1, 53111 Bonn

Entgelt: 9,00 Euro (ermäßigt 6,50 Euro) inkl. Führung und Eintritt

Info: Heike Blank, Tel.: 02222/945240,
E-Mail: heike.blank@stadt-bornheim.de

Anmeldung: bei der VHS Bornheim/Alfter,
Tel.: 02222/945460, E-Mail: vhs@stadt-bornheim.de
www.vhs-bornheim-alfter.de

In Kooperation der VHS Bornheim/Alfter

freitags	ab 07.11. bis 28.11.2014	16.30 - 18.45 Uhr	Kurs (4 x)
-----------------	-------------------------------------	--------------------------	------------

Kreative Schreibwerkstatt für Frauen

Meine Geschichte wird lebendig

Sie möchten gerne schreiben, wissen aber nicht, wie Sie anfangen sollen? Sie wünschen sich mehr Leichtigkeit und frischen Wind für Ihre Texte?

Lassen Sie sich inspirieren: Von Bildern und Klängen, von Wörtern und vom Spiel mit der Sprache. Nach jeder Schreibanregung können die entstandenen Texte vorgelesen und besprochen werden.

In der Kreativen Schreibwerkstatt gibt es keine Themaverfehlung - nur Ihre Geschichten, Gedichte und Gedanken, die geschrieben werden wollen.

Referentin: Gerswid Schöndorf

Ort: VHS-Gebäude, Raum 2, Alter Weiher 2, 53332 Bornheim

Entgelt: 41,20 Euro (ermäßigt 22,60 Euro)

Info: Heike Blank, Tel.: 02222/94 52 40,
E-Mail: heike.blank@stadt-bornheim.de

Anmeldung: bei der VHS Bornheim/Alfter,
Tel.: 02222/94 54 60, E-Mail: vhs@stadt-bornheim.de,
www.vhs-bornheim-alfter.de

In Kooperation der VHS Bornheim/Alfter

Sa	08.11.2014	10.30 - 17.00 Uhr	Kurs
-----------	-------------------	--------------------------	------

Sicher und souverän auftreten – für Frauen

Wünschen Sie sich, sicherer und souveräner aufzutreten? Möchten Sie sich in Ihrer Haut wohl fühlen und sich selbst haben, sich durch nichts so leicht aus der Bahn werfen lassen?

Wahre Souveränität kann nicht gespielt werden, Sie können sie nur ausstrahlen. Menschen mit Persönlichkeit und Selbstvertrauen ziehen Aufmerksamkeit auf sich und sind erfolgreicher. Sie sind von sich überzeugt, kennen Ihre Stärken und akzeptieren auch Ihre Schwächen. Man hört ihnen eher zu, schenkt ihnen mehr Vertrauen und umgibt sich gerne mit ihnen.

Nutzen Sie diesen Wochenendkurs, um sich selbst und Ihre Talente besser kennen zu lernen und dies glaubwürdig zu repräsentieren. Sie erhalten einen praktischen Leitfaden, der es Ihnen ermöglicht, mehr Ausstrahlung zu entwickeln, um dauerhafte Veränderungen im Berufs- und Privatleben zu erzielen.

Referentin: Antje Vödisch

Ort: VHS-Gebäude, Mehrzweckraum, Alter Weiher 2, 53332 Bornheim

Entgelt: 28,00 Euro

Info: Heike Blank, Tel.: 02222/94 52 40,
E-Mail: heike.blank@stadt-bornheim.de

Anmeldung: bei der VHS Bornheim/Alfter,
Tel.: 02222/94 54 60, E-Mail: vhs@stadt-bornheim.de,
www.vhs-bornheim-alfter.de

In Kooperation der VHS Bornheim/Alfter

Fr	14.11.2014	15.50 Uhr	Exkursion
-----------	-------------------	------------------	-----------

4711 – Ein Duftseminar für Frauen

Mit ‚Kölnisch Wasser‘ - ursprünglich eher medizinisch eingesetzt - entwickelte 4711 sich zu einem führenden Parfümhersteller. Inmitten des Duftmuseums im Stammhaus erhalten Sie einen Einblick in die Arbeit von Parfümeuren.

Lernen Sie die vielseitige Welt der Düfte kennen und entdecken Sie die Wirkung. Unter Experten-Anleitung komponieren Sie Ihr ganz persönliches Eau de Cologne, das Sie selbstverständlich mit nach Hause nehmen dürfen.

Referent: House of 4711

Treffpunkt: 15.50 Uhr, Glockengasse 4711, 50667 Köln

Entgelt: 31,00 Euro

Info: Heike Blank, Tel.: 02222/94 52 40,
E-Mail: heike.blank@stadt-bornheim.de

Anmeldung: bis **29.10.2014** bei der VHS Bornheim/Alfter,
Tel.: 02222/94 54 60, E-Mail: vhs@stadt-bornheim.de,
www.vhs-bornheim-alfter.de

In Kooperation der VHS Bornheim/Alfter

Mo 25.08.2014	9.00 - 12.15 Uhr	Seminar
----------------------	------------------	---------

Kompetenz entwickeln – Beruflich und privat

Einstieg – Umstieg – Aufstieg

Sie orientieren sich neu oder wollen ins Arbeitsleben zurückkehren? Dann kennen Sie diese Fragen: Bald oder erst später? In den alten Beruf oder in einen neuen? Wie passt das mit dem Familienleben zusammen?

Den „Pack-an“ zu bekommen und den ersten Schritt zu machen – darum geht es an diesem Vormittag.

Referentin: Frauke Fischer,
Dipl. Sozialpädagogin, Trainerin, Coach und Mediatorin

Ort: Bürgerzentrum Eitorf, Bahnhofstraße 19,
Raum 2, 53783 Eitorf

Entgelt: 25,00 Euro, Anmeldung schriftlich

Anmeldung/Info: Elisabeth Ehrenstein, Tel.: 02243/89-149,
E-Mail: elisabeth.ehrenstein@eitorf.de

VHS Rhein-Sieg, Tel.: 02241/3097-41

In Kooperation mit der VHS Rhein-Sieg

Sa	20.09.2014	10.00 - 17.00 Uhr	Seminar
-----------	-------------------	--------------------------	---------

Kompetenz entwickeln – Beruflich und privat

Gespräche aktiv führen

Je mehr das Arbeitsaufkommen steigt, desto eher bahnen sich Konflikte an. Das gilt fürs Team, die Abteilung oder die ganze Firma.

Sind Streitigkeiten erst mal an der Tagesordnung, wenden alle Beteiligten viel Zeit und Energie dafür auf. Die Arbeit leidet.

Bestehende Schwierigkeiten klären, entstehenden Ärger entschärfen und zukünftig vermeiden: Das verspricht ein besseres Arbeitsklima und höheres Wohlbefinden. Kommunizieren Sie deshalb lösungsorientiert- Evelyn Schuy zeigt Ihnen wie!

Referentin: Evelyn Schuy

Ort: Bürgerzentrum Eitorf, Bahnhofstraße 19,
Raum 2, 53783 Eitorf

Entgelt: 55,00 Euro, Anmeldung schriftlich

Anmeldung/Info: Elisabeth Ehrenstein, Tel.: 02243/89-149,
E-Mail: elisabeth.ehrenstein@eitorf.de

VHS Rhein-Sieg, Tel.: 02241/3097-41
E-Mail: simon.bauer@vhs-rhein-sieg.de

In Kooperation mit der VHS Rhein-Sieg

Di	21.10.2014	17.30 - 20.30 Uhr	Workshop
-----------	-------------------	--------------------------	----------

Muss nur mal kurz die Welt retten...

Time out statt Burnout – Work-Life-Balance finden und leben!

Termindruck, immer mehr neue Aufgaben, lange Arbeitszeiten, äußere Anforderungen und innere Einstellungen, alles richtig machen zu wollen, Leistung zu erbringen, allen Anforderungen gerecht zu werden....

Wenn sich Spaß an der Arbeit in Überdruß verwandelt und Stress als Belastung erlebt wird, dann ist es Zeit, dass Sie sich selbst retten- eine ausgeglichene persönliche Life-Work-Balance entwickeln.

Themen:

- Entstehung und Auswirkung von Stress
- Erforschen der eigenen Muster, die zu persönlichem Stress und Überlastung führen
- Einüben alternativer Verhaltensweisen zur persönlichen Stressreduktion
- Entspannungsübungen praktisch

- Referentin:** Frauke Fischer,
Diplom-Sozialpädagogin, Trainerin, Coach und Mediatorin
- Ort:** Familienzentrum Kita Immergrün, Brückenstraße 33, 53783 Eitorf
- Entgelt:** 10,00 Euro, Anmeldung erforderlich
- Info:** Elisabeth Ehrenstein, Tel.: 02243-89-149,
E-Mail: elisabeth.ehrenstein@eitorf.de
- In Kooperation** mit dem Familienzentrum Kita Immergrün, Eitorf

Fr	07. 11. 2014	20.00 Uhr (Einlass 19.00 Uhr)	Spielfilm
-----------	---------------------	--------------------------------------	-----------

40. HENNEFER FILMFESTSPIELchen

Ein Spielfilm zu frauenspezifischen Themen

Ort: Kur-Theater Hennef, Königstr. 19 a, 53773 Hennef

Entgelt: 6,00 Euro

Info: Angelika Alex, Tel.: 02241/942060, E-Mail: Angelika.Alex@gmx.de
 Ilona Gerken, Tel.: 02242/888 452, E-Mail: Ilona.Gerken@hennef.de

In Kooperation mit dem Hennefer Frauenkulturverein „fraulück e.V.“

Sa	13.09. 04.10. 08.11. 13.12.2014	10.00 - 11.30 Uhr	Treff - fortlaufend (nicht in den Schulferien)
-----------	--	--------------------------	---

Offener Treff für alleinerziehende Mütter und Väter

In gemütlicher Atmosphäre, mit kleinem Frühstück und Kinderbetreuung stehen bei diesem Angebot das Kennenlernen, der Austausch und das Luftholen vom oft stressigen Alltag im Vordergrund.

Referentin: Mo Valkysers

Ort: Kinderschutzbund Hennef, Gartenstraße 24, 53773 Hennef

Entgelt: Frei

Anmeldung/Info: Büro des Kinderschutzbundes, Tel.: 02242/5483

In Kooperation mit dem Deutschen Kinderschutzbund Ortsverband Hennef e.V.

Do	04.09.2014	19.30 Uhr	Vortrag
-----------	-------------------	------------------	---------

7 Tipps, wie Sie Ihre Selbstmotivation aufrecht halten und Ihren Erfolg sichern

... für Unternehmerinnen – aber nicht nur!

Sie genießen es, Ihr/e eigene/r Chef/in zu sein. Sie können das tun, was Sie wollen – niemand macht Ihnen Druck oder mahnt Sie ab. Doch wer treibt Sie an, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren und auch die unangenehmen Aufgaben des Tagesgeschäftes zu erledigen?

Im Vortrag erhalten Sie Antworten auf die Fragen:

- Wie erhalten Sie Ihre Motivation im Alltagstrott aufrecht?
- Wie setzen Sie Ihre Strategie diszipliniert um?
- Wie bleiben Sie dauerhaft mit der nötigen Energie am Ball?

Referentin: Anke Lambrecht, Trainerin und Coach

Ort: Rathaus Königswinter, Foyer Haus Bachem, Drachenfelsstraße 4, 53639 Königswinter

Entgelt: Frei

Info: Frauke Fischer, Tel.: 02244/889-364,
E-Mail: frauke.fischer@koenigswinter.de

In Kooperation mit den Unternehmerinnen Siebengebirge e.V.

Sa	13.09. und 27.09.2014	10.00 - 14.30 Uhr	Workshop
-----------	----------------------------------	--------------------------	-----------------

Gesunder Umgang mit Herausforderungen und Stress (im Unternehmerinnen-Alltag)

Unternehmerinnen sind belastenden Situationen besonders häufig ausgesetzt – das kann an die Gesundheit gehen. Dennoch sind wir unseren persönlichen „Stressoren“ nicht hilflos ausgeliefert.

Im Seminar erfahren Sie, was Stress ist, wie er entsteht und wo man zur erfolgreichen Bewältigung ansetzen kann. Lernen sie, wie Sie die innere Balance wiederfinden und stabilisieren.

Referentin: Sigrid Meihack-Jung,
Dipl.-Gesundheitssoziologin

Ort: wird noch bekannt gegeben

Entgelt: 150,- Euro/130,- Euro (Mitglieder)
Ein Zuschuss der gesetzlichen Krankenkassen ist möglich

Anmeldung/Info: Anmeldung bis zum **05.09.2014** erforderlich
bei Frauke Fischer, Tel.: 02244/889-364,
E-Mail: frauke.fischer@koenigswinter.de

In Kooperation mit den Unternehmerinnen Siebengebirge e.V.

Mi	01.10.2014	17.00 - 20.00 Uhr	Workshop
-----------	-------------------	--------------------------	----------

Was passt zu mir?

Die Kraft der eigenen Fähigkeiten

Sie möchten zurück in den Beruf oder sich beruflich verändern? Oder ein sinnvolles nebenberufliches Engagement für sich entdecken?

Um eine passende Zielrichtung zu entwickeln, benötigen Sie Klarheit über die eigenen Fähigkeiten, Wünsche und Bedürfnisse.

Welche Kompetenzen verleihen Ihnen Kraft und welche Tätigkeitsfelder ziehen Sie magnetisch an?

In diesem Workshop gehen Sie erste Schritte zur Erkundung Ihrer Fähigkeiten auf der Basis des Talentkompass, des Landes NRW zur beruflichen Orientierung und Entwicklung.

Referentin: Annemarie Schiemann,
Dipl. Sozialpädagogin

Ort: Rathaus Königswinter, Sitzungssaal Haus Bachem,
Drachenfelsstraße 5, 53639 Königswinter

Entgelt: 8,00 Euro

Anmeldung/Info: Anmeldung bis zum 26.09.2014
bei Frauke Fischer, Tel.: 02244/889-364,
E-Mail: frauke.fischer@koenigswinter.de

Do	30.10.2014	19.30 Uhr	Vortrag und Gespräch
-----------	-------------------	------------------	----------------------

Büromanagement im Job und zu Hause – so läuft alles rund

Zu einem erfolgreichen Unternehmen gehört eine effiziente Organisation aller Bürotätigkeiten. Wie werden die Arbeitsabläufe gut strukturiert und was lässt sich gut auslagern? Wie können Unternehmerinnen für Notfälle vorsorgen?

Diese und weitere Fragen beantwortet die erfahrene Fachfrau für Büromanagement.

Referentin: Petra Mellinghoff, Büromanagerin

Ort: Rathaus Königswinter, Foyer Haus Bachem,
Drachenfelsstr. 4, 53639 Königswinter

Entgelt: Frei

Info: bei Frauke Fischer, Tel.: 02244/889-364,
E-Mail: frauke.fischer@koenigswinter.de

In Kooperation mit den Unternehmerinnen Siebengebirge e.V.

Mi	24.09.2014	19.30 - 21.00 Uhr	Vortrag und Gespräch
-----------	-------------------	--------------------------	----------------------

Ständiges Grübeln?

Gedanken ordnen tut gut!

Wenn die Gedanken ständig kreisen...

Wir wissen, dass Grübeln nichts bringt, doch wie kommen wir davon los? Verschiedene Techniken helfen, diesen Kreislauf zu stoppen und wieder klar zu denken.

Eva Wunderlich ist Heilpraktikerin und Coach. Sie erklärt wie quälendes Grübeln entsteht und zeigt Übungen, wie Sie wieder zur Ruhe zu kommen.

Referentin: Eva Wunderlich

Ort: Villa Friedlinde, Hauptstr. 27, Schulungsraum im Keller, 53797 Lohmar

Entgelt: 13,00 Euro

Anmeldung: VHS Rhein-Sieg, Tel.: 02241/3097-25

In Kooperation mit der VHS Rhein-Sieg

Sa	25.10.2014	10.00 - 17.00 Uhr	Kurs
-----------	-------------------	--------------------------	------

WORD im Beruf

Am Ende des Workshops erstellen sie mit Word ansprechende Schriftstücke schnell und überzeugend. Inhalt:

- Mit Tabulatoren Textabstände vereinheitlichen
- Mit Seitenumbrüchen ein Dokument gliedern
- Mit Kopf- und Fußzeilen Übersichtlichkeit schaffen

Voraussetzung: Grundkenntnisse in Word

Referentin: Martina Rücker

Ort: Stadthaus, Hauptstr. 27, Schulungsraum im Keller, 53797 Lohmar

Entgelt: 49,00 Euro

Info/Anmeldung: VHS Rhein-Sieg, Tel.: 02241/3097-25

In Kooperation mit der VHS Rhein-Sieg

So	26.10.2014	10.00 - 17.00 Uhr	Kurs
-----------	-------------------	--------------------------	------

Stressfrei im Beruf und durchs Leben

Zunächst identifizieren Sie ihre persönlichen Hauptverursacher für Stress und entwickeln Lösungswege, um mit diesen Stresssituationen besser umzugehen. Dazu probieren Sie verschiedene Entspannungs-Techniken aus und finden die für Sie passende Methode.

Außerdem erhalten Sie Anregungen wie Sie mit der Änderung von Einstellungen Stress reduzieren können.

7-14 Teilnehmerinnen

- Referentin:** Marie Kirchharz
Ort: Villa Therese, Hauptstr. 83, 53797 Lohmar
Entgelt: 55,00 Euro
Anmeldung: VHS Rhein-Sieg, Tel.: 02241/3097-25
In Kooperation mit der VHS Rhein-Sieg

Di	02.09.2014	9.00 - 12.00 Uhr	Informationsveranstaltung
-----------	-------------------	-------------------------	---------------------------

Frauen zurück ins Berufsleben

Sie möchten oder müssen aus familiären Gründen wieder erwerbstätig werden und fragen sich:

Welche Möglichkeiten habe ich als Berufsrückkehrerin ?

Das optimale Bewerbungsoutfit – Wie stärke ich meinen Auftritt ?

- Referentin:** Barbara Voss
(Frauenbeauftragte der Kölner Wirtschaftsfachschule GmbH)
- Ort:** Rathaus, Bahnhofstraße 22, Zimmer 0.18, 53340 Meckenheim
- Entgelt:** Frei
(um schriftliche (E-Mail) oder telefonische Anmeldung wird gebeten)
- Info:** Bettina Hihn, Tel.: 02225/917-144,
E-Mail: gl-bettina.hihn@meckenheim.de
und
Barbara Voss, Kölner Wifa, Tel.: 02224/9 88 17 11,
E-Mail: Voss@wifa.de
- In Kooperation** der VHS Meckenheim, Rheinbach, Swisttal mit Wachtberg

Fr +	26.09.2014	17.00 - 20.00 Uhr	Kurs
Sa	27.09.2014	10.00 - 16.00 Uhr	

Selbstbehauptung/Selbstverteidigung für Frauen

Der Kurs vermittelt:

- Das Verhalten in persönlichen Gefahrenmomenten
- Sicheres Auftreten
- Was ist Notwehr ?
- Wie kann ich mich befreien, wenn ich festgehalten werde?
- Wie kann ich mich effektiv verteidigen ?

Es werden Grundlagen vermittelt, es werden keine Kämpferinnen ausgebildet.

Referent: Klaus-Dieter Baust

Ort: Kath. Familienbildungswerk im Caritas-Haus „Am Fronhof“,
Kirchplatz 1 (Raum 1), 53340 Meckenheim

Entgelt: 25,00 Euro
(schriftliche Anmeldung unbedingt erforderlich – FME 7404101)

Info: Bettina Hihn, Tel.: 02225/917-144,
E-Mail: gl-bettina.hihn@meckenheim.de
und
Anne Schmidt-Keusgen, Tel.: 02225/922020,
E-Mail: schmidt-keusgen@fbw-meckenheim.de

In Kooperation mit dem Kath. Familienbildungswerk Meckenheim

Fr	07. 11. 2014	9.00 - 12.00 Uhr	Seminar
-----------	---------------------	-------------------------	---------

„Sicher fühlen“

Seminar zur Selbstuntersuchung der Brust

Nutzen Sie die Möglichkeit bei der Früherkennung von Brustkrebs aktiv mitzuhelfen. Unter fachärztlicher Leitung erhalten Sie umfassende Informationen zum Thema Brustkrebs. Für das Erlernen der richtigen Untersuchungstechnik stehen Übungsmodelle aus Silikon zur Verfügung. Dieses Seminar will Früherkennung fördern, Frauen zu mehr Körperbewusstsein und zur regelmäßigen Selbstuntersuchung der Brust motivieren.

Vor dem Seminar findet ein gemeinsames Frühstück statt.

Referentin: Dr. med. Brigitte Daunicht

Ort: Kath. Familienbildungswerk im Caritas-Haus „Am Fronhof“,
Kirchplatz 1 (Raum 1), 53340 Meckenheim

Entgelt: Frei - Anmeldung erwünscht
(landestypischer Beitrag zum Frühstück erbeten)

Info: Bettina Hihn, Tel.: 02225/917-144,
E-Mail: gl-bettina.hihn@meckenheim.de
und
Hildegunde Schmid, Tel.: 02225/99240,
E-Mail: hildegunde.schmid@caritas-rheinsieg.de

In Kooperation mit dem Caritasverband Rhein-Sieg e.V.,
dem Jugendmigrationsdienst Rhein-Sieg-Kreis (linksrheinisch) und
dem Kath. Familienbildungswerk Rhein-Sieg-Kreis

Di	25. 11. 2014	11.00 - 13.00 Uhr	Informationsveranstaltung
-----------	---------------------	--------------------------	---------------------------

Gewalt kommt mir nicht in die Tüte

Veranstaltung anlässlich des internationalen Aktionstages „Nein zu Gewalt an Frauen“

Mit dem Internationalen Tag „Nein zu Gewalt an Frauen“ am 25. November setzen jährlich weltweit Institutionen ein Zeichen, um diese Form der Gewalt anzuprangern. In Meckenheim gibt es Aktionen auf dem Kirchplatz unter dem Motto „Gewalt kommt mir nicht in die Tüte“. Die Veranstalterinnen packen neben dem „Meckenheimer Apfel“ auch die regionalen Telefonnummern von Beratungseinrichtungen in die Tüte.

An der Fassade des Caritas-Hauses wird eine Fahne gegen Gewalt an Frauen aufgehängt und die Veranstalterinnen informieren zu Beratungsmöglichkeiten in Meckenheim und Umgebung.

Gewalt an Frauen geschieht oftmals im Verborgenen und beginnt nicht selten bereits im Kindesalter. Umso wichtiger ist es, darauf aufmerksam zu machen und den Betroffenen Mut zu machen, sich gegenüber anderen zu öffnen. Nichtbetroffene können dadurch, dass sie offene Augen und Ohren haben, dazu beitragen, dass die Gewalt nicht eskaliert und bestenfalls ein Ende gesetzt wird.

Es gibt in Meckenheim einige Institutionen, an die sich Mitbürgerinnen und Mitbürger (anonym) wenden können, um dort Beratung und Hilfe zu erfahren. Durch die Aktion auf dem Kirchplatz soll das Thema „Gewalt an Frauen“ öffentlich gemacht werden.

Ort: Kath. Familienbildungswerk im Caritas-Haus „Am Fronhof“,
Kirchplatz 1 (Foyer), 53340 Meckenheim

Entgelt: Frei

Info: Bettina Hihn, Tel.: 02225/917-144,
E-Mail: gl-bettina.hihn@meckenheim.de
und
Hildegunde Schmid, Tel.: 02225/99240,
E-Mail: hildegunde.schmid@caritas-rheinsieg.de

In Kooperation mit dem Caritasverband Rhein-Sieg e.V.,
dem Jugendmigrationsdienst Rhein-Sieg-Kreis (linksrheinisch) und
dem Kath. Familienbildungswerk Rhein-Sieg-Kreis

Di	09.12.2014	9.00 - 12.00 Uhr	Informationsveranstaltung
-----------	-------------------	-------------------------	---------------------------

Frauen zurück ins Berufsleben

Sie möchten oder müssen aus familiären Gründen wieder erwerbstätig werden und fragen sich:

Welche Möglichkeiten habe ich als Berufsrückkehrerin ?

Das optimale Bewerbungsoutfit – Wie stärke ich meinen Auftritt ?

Referentin: Barbara Voss
(Frauenbeauftragte der Kölner Wirtschaftsfachschule GmbH)

Ort: Bahnhofstraße 22, Zimmer 0.18, 53340 Meckenheim

Entgelt: Frei
(um schriftliche (E-Mail) oder telefonische Anmeldung wird gebeten)

Info: Bettina Hihn, Tel.: 02225/917-144,
E-Mail: gl-bettina.hihn@meckenheim.de
und
Barbara Voss, Kölner Wifa, Tel.: 02224/9 88 17 11,
E-Mail: Voss@wifa.de

In Kooperation der VHS Meckenheim, Rheinbach, Swisttal mit Wachtberg

dienstags	02.09. bis 30.09. 2014	18.00 - 20.15 Uhr	Kurs
------------------	-------------------------------	--------------------------	------

Für Frauen - Microsoft Office im Überblick

Wie können Sie sich die vielen Aufgaben im Büro leichter machen? Oft hilft Ihnen der Computer dabei. Mit den richtigen Kenntnissen erledigen Sie viele Aufgaben schneller und besser.

Diese drei typische Tätigkeiten behandeln Sie im Kurs:

- eine Adressdatei anlegen mit Excel
- einen Serienbrief erstellen mit Word
- eine Präsentation zusammenstellen mit PowerPoint

Voraussetzung: Windows- und Word-Kenntnisse

Referentin: Martina Rücker

Ort: Schulzentrum, Realschule, Raum 213, 53804 Much

Entgelt: 82,50 Euro

Info/Anmeldung: Gilda Wex-Beuke, Tel.: 02245/68 45,
E-Mail: gilda.wex-beuke@much.de
Simon Bauer, Tel.: 02241/3097-41,
E-Mail: Simon.bauer@vhs-rhein-sieg.de

In Kooperation mit der VHS Rhein-Sieg

Zum Entnehmen



Familie. Beruf. Leben!



Frau – Beruf – Zukunft

**Dienstag, 11. November 2014,
8.30 bis 16.00 Uhr**

Kreishaus Siegburg

**Kaiser-Wilhelm-Platz 1
53721 Siegburg**

Eine Gemeinschaftsveranstaltung des
Arbeitskreises Gleichstellung Bonn/Rhein-Sieg



www.rhein-sieg-kreis.de/gleichstellung



Eröffnung

■ 10.30 Uhr – 11.00 Uhr | Großer Sitzungssaal

Grußwort zur Eröffnung

Sebastian Schuster,

Landrat des Rhein-Sieg-Kreises

Wiedereinstieg – eine Herausforderung

Wiedereinsteigerinnen berichten

Ganztägige Angebote

■ ab 8.30 Uhr | Großer Sitzungssaal

Stehcafé

Beratungsmöglichkeit durch die Gleichstellungsbeauftragten im Rhein-Sieg-Kreis

■ 9.00 Uhr – 16.00 Uhr | Großer Sitzungssaal

Jobbörse

für Voll- und Teilzeitangebote

Agentur für

Arbeit Bonn/Rhein-Sieg

jobcenter rhein-sieg

Workshops am Vormittag

■ 9.00 Uhr – 10.00 Uhr | Raum Sieg

Wie optimieren Sie Ihre Unterlagen?

Die Bewerbungsmappe

Dorothee Franken,

Agentur für Arbeit Bonn/Rhein-Sieg

■ 9.00 Uhr – 10.30 Uhr | Raum Agger

Ideenwerkstatt

Tipps für meine nächsten Schritte

Frauke Fischer,

*Gleichstellungsbeauftragte
der Stadt Königswinter*

■ 9.00 Uhr – 10.30 Uhr | Raum Swist

Wovon leben ? - Vom Erwerbseinkommen bis Arbeitslosengeld II bei Alleinerziehenden

Henning Dimpker,

VAMV - Verband alleinerziehender Mütter und Väter, Ortsverband Bonn e.V.

■ 9.00 Uhr – 10.30 Uhr | Raum Rhein

Beruf und Familie unter einen Hut

Zeitmanagement

Birgit van Tessel,

Training & Coaching

■ 9.00 Uhr – 10.30 Uhr | Raum B 1.12

„Lernen Sie doch, wann Sie es möchten“

Lernbörse exklusiv -

das kostenlose 24 h-Angebot

Sabine Karsten-Löhr und

Maren Stoebenau,

jobcenter rhein-sieg

■ 9.00 Uhr – 10.00 Uhr | Raum B 1.14

Frauen leben länger, aber wovon?

Rentenansprüche von Frauen

Birgit Klose,

Deutsche Rentenversicherung Rheinland

■ 11.00 Uhr – 12.00 Uhr | Raum Sieg

Der erste Eindruck

Selbstpräsentation im Bewerbungsgespräch

Anja Rothkegel,

Agentur für Arbeit Bonn/Rhein-Sieg

■ 11.00 Uhr – 12.30 Uhr | Raum Agger

„Minijob - alles was Recht ist“

Sozialversicherungs- und Arbeitsrecht bei geringfügigen Beschäftigungen

Lucas Cornelius,

Minijob-Zentrale der Deutschen Rentenversicherung Knappschaft-Bahn-See

■ 11.00 Uhr – 12.00 Uhr | Raum Swist

Wäre Selbstständigkeit eine Idee für mich?

Die wichtigsten Informationen, um diese Frage beantworten zu können.

Anita Halft, Wirtschaftsförderung des Rhein-Sieg-Kreises

Programm

■ 11.00 Uhr – 12.00 Uhr | Raum Rhein

Wege in den Beruf

Vorstellung des Internetportals für Migrantinnen (www.migra-info.de)

Angelika Klotz-Groeneveld,
Bildungswerk für Friedensarbeit

■ 11.00 Uhr – 12.30 Uhr | Raum B 1.12

Lange raus – mach was draus!

Kompetenzen erkennen und entwickeln

Angelika K. Nickelsburg,
BRAINMENT – Arbeitswelten gestalten

■ 11.00 Uhr – 12.30 Uhr | Raum B 1.14

Altenpflege als Möglichkeit zur Neuorientierung

Marion Kowe,
Bonner Verein zur Förderung der Aus- und Fortbildung in der Altenpflege e.V.

Workshops am Nachmittag

■ 13.00 Uhr – 15.00 Uhr | Raum Sieg

Lösungsorientierte Ansätze für den Wiedereinstieg

Ursula Schubert-Sarellas,
Agentur für Arbeit Bonn/Rhein-Sieg

■ 13.00 Uhr – 14.30 Uhr | Raum Agger

„Minijob - alles was Recht ist“

Sozialversicherungs- und Arbeitsrecht bei geringfügigen Beschäftigungen

Lucas Cornelius,
Minijob-Zentrale der Deutschen Rentenversicherung Knappschaft-Bahn-See

■ 13.00 Uhr – 15.00 Uhr | Raum Swist

Individueller „Bewerbungsmappen-Check“ - Einzelberatung

(vollständige Bewerbungsmappe bitte mitbringen - soweit vorhanden)

jobcenter rhein-sieg
Anmeldung per Mail:
jobcenter-rhein-sieg.BCA@jobcenter-ge.de

■ 13.00 Uhr – 14.30 Uhr | Raum Rhein

Beruf und Familie unter einen Hut Zeitmanagement

Birgit van Tessel,
Training & Coaching

■ 13.00 Uhr – 14.30 Uhr | Raum B 1.12

Lange raus – mach was draus!

Kompetenzen erkennen und entwickeln

Angelika K. Nickelsburg,
BRAINMENT – Arbeitswelten gestalten

■ 13.00 Uhr – 14.30 Uhr | Raum B 1.14

Rechtsfragen zu Trennung und Scheidung

Renate Broich-Schumacher,
Rechtsanwältin, VHS Rhein-Sieg

■ 14.30 Uhr – 16.00 Uhr | Raum B 1.12

Time zu change

Entdecke dein Portal - mit Mut und Kompetenz
Franziska Karrer, IP-Beraterin

■ 14.30 Uhr – 16.00 Uhr | Raum Agger

Wiedereinstieg durch Existenzgründung (Einzelgespräche)

Anita Halft und Beate Büttgen-Dahm,
Wirtschaftsförderung des Rhein-Sieg-Kreises
Anmeldung per E-Mail:
wirtschaftsforderung@rhein-sieg-kreis.de

■ 14.30 Uhr – 16.00 Uhr | Raum Rhein

Den eigenen Talenten auf der Spur –

Eine Einführung in den Talentenkompass als Methode der beruflichen (Neu-)orientierung

Annemarie Schiemann,
VHS Rhein-Sieg

Programmänderungen sind möglich.

Das aktuelle Programm finden Sie unter:
www.rhein-sieg-kreis.de/gleichstellung

- jobcenter rhein-sieg
- Deutsche Rentenversicherung Rheinland – Beratungsstelle Bonn
- Gleichstellungsbeauftragte der Region
- LerNet Bonn/Rhein-Sieg e.V.
Zusammenschluss von Bildungsträgern der Region Bonn/Rhein-Sieg
Informationen und Beratung :
 - zu Bildungsscheck und Bildungsprämie
 - zur Anerkennung im Ausland erworbener Bildungsqualifikationen
 - zur beruflichen Entwicklung
 - zum Thema Weiterbildung
- Volkshochschule Rhein-Sieg
- Bildungswerk für Friedensarbeit
Informationen für Migrantinnen
Beratung zur Anerkennung im Ausland erworbener Bildungs- und Berufsabschlüsse
- sowie Informationen zur Kinderbetreuung und Tagespflege als berufliche Chance.

**Der erste Schritt:
Für BesucherInnen
das professionelle Bewerbungsfoto**

Kommunale Gleichstellungsbeauftragte

- **Alfter:** Katrin Kühn, Tel.: 02228/6484-130
- **Bad Honnef:** Iris Schwarz, Tel.: 02224/184-140
- **Bornheim:** Heike Blank, Tel.: 02222/945-240
- **Eitorf:** Elisabeth Ehrenstein, Tel.: 02243/89-149
- **Hennef:** Ilona Gerken, Tel.: 02242/888-452
- **Königswinter:** Frauke Fischer, Tel.: 02244/889-364
- **Lohmar:** Brigitte Feist-Kalafate, Tel.: 02246/15-312
- **Meckenheim:** Bettina Hihn, Tel.: 02225/917-144
- **Much:** Gilda Wex-Beuke, Tel.: 02245/6845
- **Neunkirchen-Seelscheid:** Ulrike Grothoff,
Tel.: 02247/303-202
- **Niederkassel:** Gaby Neuhöfer, Tel.: 02208/9466-114
- **Rheinbach:** Mechthild Schneider, Tel.: 02226/917-103
- **Ruppichterath:** Gabriele Wörner, Tel.: 02295/4928
- **Sankt Augustin:** Susanne Sielaff-Bock,
Tel.: 02241/243-353
- **Siegburg:** Andrea Wendt-Löffler, Tel.: 02241/102-841
- **Swisttal:** Petra Schüller, Tel.: 02255/309-130
- **Troisdorf:** Karin Lapke-Fernholz (intern),
Tel.: 02241/900-320
Claudia Hoffmann (extern),
Tel.: 02241/804-654
- **Wachtberg:** Silvia Klemmer, Tel.: 0228/9544-175
- **Windeck:** Karin Höhn, Tel.: 02292/601-140
- **Rhein-Sieg-Kreis:** Brigitta Lindemann,
Tel.: 02241/13-2524
Nicole Haupt, Tel.: 02241/13-2172
- **Bundesstadt Bonn:** Brigitte Rubarth, Tel.: 0228/77-5657
Katja Schülke, Tel.: 0228/77-3900

Beauftragte für Chancengleichheit

- **Agentur für Arbeit Bonn/Rhein-Sieg**
Ursula Schubert-Sarellas, Tel.: 0228/9241122
- **jobcenter rhein-sieg,** Melanie Lösken,
Tel.: 02241/3978-453
- **Jobcenter Bonn,** Alexandra Rusin, Tel.: 0228/8549428

Kompetenzzentrum Frau und Beruf Bonn/Rhein-Sieg
www.competentia.nrw.de

Im Eltern-Kind-Arbeitszimmer werden Kinder bis zum Grundschulalter betreut!

Verbindliche Anmeldung bis zum **3. November 2014** bei:
Brigitta Lindemann, Gleichstellungsbeauftragte des Rhein-Sieg-Kreises,
Tel. 02241/13-2524, E-Mail: brigitta.lindemann@rhein-sieg-kreis.de
oder Sandra Rondorf, Tel. 02241/13-2908, E-Mail: sandra.rondorf@rhein-sieg-kreis.de

Veranstaltungsort und -zeit: **Kreishaus Siegburg, Kaiser-Wilhelm-Platz 1
53721 Siegburg
Dienstag, 11.11.2014, 8.30 Uhr bis 16.00 Uhr**

Der Besuch des Infotages Wiedereinstieg ist kostenfrei!

montags	ab 10.11.2014	9.30 - 12.30 Uhr	Kurs 5 Termine
----------------	----------------------	-------------------------	--------------------------

Endlich Nähen lernen!

Unter qualifizierter Anleitung von Modedesignerin Julia Tossenberger nähen wir in kleiner Runde was gefällt.

Ob Anfängerin oder Wiedereinsteigerin, während der dreistündigen Kursvormittage gibt es genug Raum für individuelle Hilfestellungen.

Referentin: Julia Tossenberger

Ort: JuZe Much, Klosterstraße 4a, 53804 Much

Entgelt: 75,00 Euro

Info/Anmeldung: Gilda Wex-Beuke, Tel.: 02245/68 45,
E-Mail: gilda.wex-beuke@much.de

Julia Tossenberger, Tel.: 02245/2957,
E-Mail: tossenberger@gmx.de

Fr	14.11.2014	17.00 - 21.15 Uhr	Workshop
-----------	-------------------	--------------------------	----------

Trennung und Scheidung: Das hilft mir und den Kindern

Eine Beziehung ist zu Ende. Alles, was bislang geordnet schien, bricht zusammen, ist schmerzvoll anders. Für mich, für uns und vor allem für die Kinder.

Wir wollen einen Moment aus dem Strudel der Gefühle aussteigen, Überblick über die Trennungs-Situation gewinnen und ein Stück Ordnung schaffen:

- Was hilft mir? Einblicke und Auswege.
- Mit dem Ex-Partner reden: So wird's leichter.
- Den Kindern alles erklären: Was brauchen sie am meisten?

Gemeinsam mit der Heilpraktikerin (Psychotherapie) Eva Wunderlich erarbeiten wir Lösungswege und probieren diese in kurzen Übungen aus.

Außerdem erhalten wir Erste-Hilfe-Tipps und viel Zeit zum Austausch über die eigene Situation.

Referentin: Eva Wunderlich

Ort: JuZe Much, Erdgeschoss, Klosterstraße 4a, 53804 Much

Entgelt: 30,00 Euro

nfo/Anmeldung: Gilda Wex-Beuke, Tel.: 02245/68 45,
E-Mail: gilda.wex-beuke@much.de
Simon Bauer, Tel.: 02241/3097-41,
E-Mail: Simon.bauer@vhs-rhein-sieg.de

In Kooperation mit der VHS Rhein-Sieg

montags	ab 12.01.2015	9.30 - 12.30 Uhr	Kurs 5 Termine
----------------	----------------------	-------------------------	-------------------

Endlich Nähen lernen!

Unter qualifizierter Anleitung von Modedesignerin Julia Tossenberger nähen wir in kleiner Runde was gefällt.

Ob Anfängerin oder Wiedereinsteigerin, während der dreistündigen Kursvormittage gibt es genug Raum für individuelle Hilfestellungen.

Referentin: Julia Tossenberger

Ort: JuZe Much, Klosterstraße 4a, 53804 Much

Entgelt: 75,00 Euro

Info/Anmeldung: Gilda Wex-Beuke, Tel.: 02245/68 45,
E-Mail: gilda.wex-beuke@much.de

Julia Tossenberger, Tel.: 02245/2957,
E-Mail: tossenberger@gmx.de

Mi	01.10.2014	18.00 - 19.30 Uhr	Informationsveranstaltung
-----------	-------------------	--------------------------	---------------------------

Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung

Kursnummer: Q 10006

Plötzlich ist der Fall eingetreten. Aufgrund eines Unfalls, einer Krankheit oder Behinderung ist man nicht mehr in der Lage, selbständig seine Angelegenheiten zu regeln. Hilfe und Unterstützung werden benötigt. Das Vormundschaftsgericht bestellt einen gesetzlichen Betreuer, wenn keine andere Form der Unterstützung ausreicht. Aber wer wird der gesetzliche Betreuer sein? Kann ich eine gesetzliche Betreuung durch eine Vollmacht verhindern? Diese und andere Fragen werden in der Veranstaltung erörtert.

Referentin: Diana Caspari

Ort: Alfred-Delp-Realschule, Neubau, Langgasse 126,
53859 Niederkassel-Mondorf
(Zugang über Eifelstraße – Raum wird bekannt gegeben)

Entgelt: 3,60 Euro

Info: Gabriele Neuhöfer, Tel.: 02208/9466-114,
E-Mail: g.neuhoefer@niederkassel.de

Anmeldung: VHS Troisdorf/Niederkassel
Tel.: 02241/8744-33, -44, E-Mail: anmeldung@vhs-tdf-ndk.de
Internet: www.vhs-niederkassel.de

In Kooperation mit der VHS für Troisdorf und Niederkassel

Do	02.10.2014	19.00 - 21.00 Uhr	Autorenlesung
-----------	-------------------	--------------------------	---------------

TodesSüße

Genusskrimi

Eine Leiche hängt kopfüber im Schokoladenbrunnen des Schokoladenmuseums am Kölner Rheinufer.

Ein zweiter Mord überschattet das karnevalistische Treiben der Sessionseröffnung.

Die Ermordeten sind beide einflussreiche Manager in der Schokoladenindustrie.

Eine erste Spur führt Kriminalkommissar Stephan Printz und die Hobbydetektivin Karina Sprängel auf mögliche Verstrickungen in zwielichtige Rohstoffgeschäfte.

Die beiden Autorinnen präsentieren einen hoch spannenden Kriminalroman.

Eine fein gewobene Geschichte legt, angereichert mit zartem Schokoladenschmelz, die Abgründe der menschlichen Seele offen und beleuchtet dabei politische und wirtschaftliche Zusammenhänge eines Industriezweiges, der mit seinen Produkten so viele Menschen glücklich macht.

Referentinnen: Renate Naber und Cornelia Eheses

Ort: Buchhandlung Knorr „Treffpunkt Lesen“
Gierslinger Straße 10, 53859 Niederkassel-Ranzel

Entgelt: Frei

Info: Gabriele Neuhöfer, Tel.: 02208/9466-114,
E-Mail: g.neuhoefer@niederkassel.de

Di	21.10.2014	19.00 - 20.30 Uhr	Informationsveranstaltung
-----------	-------------------	--------------------------	---------------------------

Manchmal kann ich einfach nicht mehr....

Entlastungsmöglichkeiten für pflegende Angehörige

Diese Veranstaltung informiert Sie über Möglichkeiten der Entlastung, um pflegebedürftige Menschen, ob zu Hause oder stationär, weiter gut versorgen zu können und die Situation für die Pflegenden zu erleichtern.

Zu Themenbereichen wie Pflegeversicherung, unterstützende Hilfsmittel und häusliche Versorgungsmöglichkeiten wird informiert.

Referentin: Renate Schlieker, Dipl.-Sozialpädagogin

Ort: Stadtbücherei Lülsdorf, Auf dem Pemel 23, 53859 Niederkassel-Lülsdorf

Entgelt: Frei -
telefonische Anmeldung erbeten

Info: Gabriele Neuhöfer, Tel.: 02208/9466-114,
E-Mail: g.neuhoefer@niederkassel.de

Di	28.10.2014	19.00 - 21.15 Uhr	Informationsveranstaltung
-----------	-------------------	--------------------------	---------------------------

Elternunterhalt – Wann müssen Kinder für ihre Eltern aufkommen

Kurs: Q 10008

In diesem Vortrag wird erläutert, unter welchen Umständen Kinder für ihre Eltern finanziell aufkommen müssen.

Folgende Themen sowie viele weitere Fragen werden behandelt:

- Welche Mittel werden zunächst zur Deckung des Bedarfs des Elternteils herangezogen und was löst die Unterhaltspflicht der Kinder aus?
- Wer ist zum Unterhalt verpflichtet und welches Einkommen der Kinder wird heran gezogen?
- Wie hoch ist der Selbstbehalt und haften alle Kinder zu gleichen Teilen?
- Unterhalt auch bei Rabeneltern?

Referentin: Kerstin Feldkamp, Fachanwältin für Familienrecht

Ort: Alfred-Delp-Realschule, Neubau, Langgasse 126,
53859 Niederkassel-Mondorf
(Zugang über Eifelstraße – Raum wird bekannt gegeben)

Entgelt: 5,40 Euro

Info: Gabriele Neuhöfer, Tel.: 02208/9466-114,
E-Mail: g.neuhoefer@niederkassel.de

Anmeldung: VHS Troisdorf/Niederkassel
Tel.: 02241/8744-33, -44, E-Mail: anmeldung@vhs-tdf-ndk.de
Internet: www.vhs-niederkassel.de

In Kooperation mit der VHS für Troisdorf und Niederkassel

Sa	15.11.2014	10.30 - 17.30 Uhr	Workshop
-----------	-------------------	--------------------------	----------

Der weibliche Konkurrenzkampf

Kurs: Q 11016

Dieser Workshop richtet sich an alle, die es als störend ansehen, dass ihnen gerade Frauen im Verlauf ihres Berufsalltages immer wieder „Steine“ in den Weg legen. Konflikte gehören zum Berufsalltag und zum täglichen Leben. Männer und Frauen lösen Konflikte unterschiedlich. Aufgrund einer unterschiedlichen Sozialisation werden die Reaktionen von Frauen oft als „zickig“ oder „stutenbissig“ angesehen, wodurch wiederum Konflikte entstehen.

Der Workshop gibt aufschlussreiche Informationen über das Entstehen dieser Konflikte und auf welche Strukturen sich Männer und Frauen einlassen. Es ist nicht nur der Mann, der den Frauen das berufliche Weiterkommen nicht ermöglicht.

Oft sind es die Frauen selbst, die sich gegenseitig blockieren.

Im zweiten Teil des Workshops werden Lösungswege angeboten. Ziel ist es, zu mehr Kooperation zu gelangen, einen wertschätzenden Umgang unter Frauen zu fördern und damit die „Steine“ aus dem Weg zu nehmen.

Referentin: Kirsten Strüver

Ort: VHS-Studienhaus, Oberstraße 4, 53859 Niederkassel-Mondorf

Entgelt: 38,00 Euro

Info: Gabriele Neuhöfer, Tel.: 02208/9466-114,
E-Mail: g.neuhoefer@niederkassel.de

Anmeldung: VHS Troisdorf/Niederkassel
Tel.: 02241/8744-33, -44, E-Mail: anmeldung@vhs-tdf-ndk.de
Internet: www.vhs-niederkassel.de

In Kooperation mit der VHS für Troisdorf und Niederkassel

dienstags	jeden 1. Dienstag im Monat	19.00 Uhr	Fortlaufend (außer an Feiertagen)
------------------	---------------------------------------	------------------	--------------------------------------

Frauen Netzwerk Rheinbach lädt zum Stammtisch ein!

Jeden ersten Dienstag im Monat findet der Stammtisch des Frauennetzwerks Rheinbach statt. Eingeladen sind alle Frauen, die Kontakte knüpfen, sich austauschen oder gemeinsame Unternehmungen planen möchten.

Die Organisatorinnen freuen sich auf zahlreichen Besuch!

Ort: Haus Streng, Martinstr. 14-16, 53359 Rheinbach

Entgelt: Frei

Info: Michaela Buchert-Carstens, Tel.: 02226/13118,
Ulrike Woycke, Tel.: 02226/9113956

In Kooperation mit dem Frauennetzwerk Rheinbach
c/o Gleichstellungsstelle der Stadt Rheinbach

aktuelle Termine bitte erfragen		Netzwerktreffen
--	--	-----------------

Frauen Netzwerk Rheinbach – Herzliche Einladung an alle interessierten Frauen!

Das Frauennetzwerk Rheinbach ist ein offener Zusammenschluss von Frauen, Gruppen und Einrichtungen. Hier treffen sich Frauen in unterschiedlichsten Lebenssituationen, jeden Alters und Berufs: Angestellte und Selbständige, Ruheständlerinnen, Familienfrauen und Alleinlebende sind gleichermaßen vertreten. Als überparteiliches Forum bietet das Netzwerk Gelegenheit zum Kennenlernen und Austausch, für Kooperationen und gemeinsame Aktivitäten.

Es will Frauen ermutigen, ihre Ideen und Anliegen einzubringen und so dazu beitragen, dass weibliche Sichtweisen in der Öffentlichkeit stärker wahrgenommen werden. Ziel ist es, die Vernetzung untereinander zu stärken und die Gleichstellung von Frauen zu fördern.

sind alle interessierten Frauen sind u den vierteljährlich stattfindenden Netzwerktreffen herzlich eingeladen!

Ort: Ratssaal im Himmeroder Hof,
Himmeroder Wall 6, 53359 Rheinbach

Entgelt: Frei

Info: Mechthild Schneider, Tel.: 02226/917103,
E-Mail: mechthild.schneider@stadt-rheinbach.de

Do	25.09.2014	19.00 Uhr	Informationsveranstaltung
-----------	-------------------	------------------	---------------------------

„Was ist Gesundheits-Coaching?“

Gesundheit ist mehr als die Abwesenheit von Krankheit. Unser eigenes Gefühl für Gesundheit hängt stark mit Vitalität und Lebensenergie, persönlichen Zielen, Entspannung, aber auch mit Denkweisen zusammen, beispielsweise Hoffnung oder Sinnhaftigkeit. Gesundheits-Coaching holt uns dort ab, wo wir etwas aktiv verändern wollen an unserem Lebensstil. Gesundheits-Coaching zielt auf die Nachhaltigkeit von Verhaltensänderungen: indem man spürt, dass eine Veränderung, z. B. ein Kraftzuwachs oder mehr Gelassenheit eintritt und dies wiederum zu weiteren Veränderungen im Alltagshandeln führt.

Die Referentin ist seit über 20 Jahren im Bereich Gesundheitsprävention in der Personalentwicklung tätig mit den Schwerpunkten „Gesundes Arbeit“ und „Gesundes Führen“.

ReferentIn: Dorothea Berg M.A.

Ort: Himmeroder Hof, Himmeroder Wall 6, 53359 Rheinbach

Entgelt: Frei

Info: Frauennetzwerk Rheinbach
c/o Gleichstellungsstelle der Stadt Rheinbach,
Mechthild Schneider,
Tel.: 02226/917103 (vormittags),
E-Mail: mechthild.schneider@stadt-rheinbach.de

Mi	17.09.2014	18.30 - 20.00 Uhr	Informationsveranstaltung
-----------	-------------------	--------------------------	----------------------------------

Eine sichere Bindung – Die Basis für ein ganzes Leben!

Über die frühe Eltern-Kind-Bindung

Im Leben eines jeden Kindes ist die Entwicklung einer sicheren Bindung zu seinen engsten Betreuungspersonen von elementarer Bedeutung für eine gesunde Entwicklung.

Als Eltern wünschen Sie sich eigenständige, ausgeglichene und selbstsichere Kinder, die sich in fremden Situationen gut zurechtfinden, wenig ängstlich sind und sich etwas zutrauen. Den Grundstein für eine solche innere Stärke legen Eltern in den ersten Lebensjahren.

Diesen und weiteren Fragen zum Thema werden wir nachgehen:

- Was bedeutet Bindung im Sinne der Bindungstheorie?
- Welchen Einfluss hat die Bindungsqualität auf die Entwicklung?
- Welche Bindungstypen gibt es und wie entstehen sie?
- Was sind Risikofaktoren für Bindungsstörungen und deren Folgen?
- Wie können Eltern eine sichere Bindung von Anfang an ermöglichen?
- Kann ich mein Kind verwöhnen?
- Schadet Fremdbetreuung meinem Kind?

Ein Schwerpunkt wird darauf liegen, wie wichtig eine verlässliche Bindung für ein Baby ist und wie Eltern eine sichere Bindung mit ihren Kindern fördern können.

Referentin: Isabelle Altstadt,
Hebamme & Familienhebamme
Pflegerwissenschaftlerin B.Sc.

Ort: pro familia Sankt Augustin, Mendener Str. 24a,
53757 Sankt Augustin-Müllldorf

Entgelt: 3,00 Euro

Anmeldung/Info: pro familia Sankt Augustin,
Sabine Pein, Tel.: 02241/21010,
E-Mail: st-augustin@profamilia.de

Sa + So	25. und 29.10.2014	jeweils 14.00 - 18.00 Uhr	Kunstaussstellung
----------------	---------------------------	----------------------------------	--------------------------

Kunst macht stark

„Kunst, so heißt meine Liebe“

In jeder Brust schlägt das Herz. Aber für was, so fragt sich manch eine. Mit der Kunst und dem Ausdruck zu dieser zeigt Frau, was sie beschäftigt und so kann sie ausdrücken, was in ihr wirkt. Und was liebt jede liebt, beschäftigt sie. Das ist der Ausdruck seiner selbst und so ist auch der Titel: „Kunst, so heißt meine Liebe“

Künstlerinnen aus Sankt Augustin stellen Ihre Werke in den Ratssälen aus.
Mit Musik und anderen Künstlerischen Darbietungen wird die Ausstellung untermalt.

Kaffee und Kuchen werden ebenfalls angeboten.

Ort: Rathaus, Ratssaal, Markt 1, 53757 Sankt Augustin

Entgelt: Frei

Info: Susanne.Sielaff-Bock, Tel.: 02241/243353,
E-Mail: susanne.sielaff-bock@sankt-augustin.de

Fr	31.10.2014	17.00 - 20.15 Uhr	Kurs
-----------	-------------------	--------------------------	------

„Berta, das Ei ist hart!“ (Loriot)
Kurs über geschlechtstypische Kommunikation

Angeblich stammen Männer vom Mars und Frauen von der Venus. Und tatsächlich, häufig trifft Mitteilungsfreude auf 3-Wort-Strategie, soziale Kompetenz auf technischen Sachverstand, Harmoniestreben auf Durchsetzungswillen. Was tickt da anders in den Gehirnen von Männern und Frauen? Und warum kommen die beiden doch ganz gut miteinander zurecht?

Wie Sich-Verständigen im Beruf noch besser geht, zeigt Hilde Malcomess, Expertin für Rhetorik und Kommunikation. Sie erklärt, wie Männer und Frauen ihre Gesprächsmuster, ihre Konfliktstrategien und ihren Führungsstil elegant aufeinander abstimmen können.

Referentin: Dr. Hilde Malcomess

Ort: HUMA Einkaufspark, 2. Obergeschoss, 53757 Sankt Augustin

Entgelt: 31,00 Euro

Anmeldung/Info: Susanne.Sielaff-Bock, Tel.: 02241/243353,
E-Mail: susanne.sielaff-bock@sankt-augustin.de oder

VHS Rhein-Sieg, Simon Bauer, Ringstr. 24, 53721 Siegburg,
Tel.: 02241/3097-41, E-Mail: simon.bauer@vhs-rhein-sieg.de

In Kooperation mit der VHS Rhein-Sieg

Di	11.11.2014	18.00 - 19.30 Uhr	Informationsveranstaltung
-----------	-------------------	--------------------------	---------------------------

Rund um Schwangerschaft und Geburt

Informationsabend für werdende Mütter und Väter über finanzielle Hilfen und rechtliche Fragen

Die Veranstaltung informiert über Themen wie: Mutterschutz und Mutterschaftsgeld, Elternzeit und Elterngeld, Kindergeld, Sozialleistungen (Arbeitslosengeld II, Sozialgeld,...), Situation nicht verheirateter Eltern und Alleinerziehender, Sorgerecht, Unterhaltsrecht.

Es ist auch möglich, auf persönliche Fragestellungen einzugehen.

Referentin: Sonja Germann-Trambacz, Dipl.-Sozialpädagogin

Ort: pro familia Beratungsstelle,
Mendener Str. 24 a, 53757 Sankt Augustin

Entgelt: 3,00 Euro

Info: unter Tel.: 02241/21010 oder
per E-Mail: st-augustin@profamilia.de

Sa	15.11.2014	10.00 - 17.00 Uhr	Informationsveranstaltung
-----------	-------------------	--------------------------	---------------------------

Mit Klartext zum Erfolg

Ein Seminar für Frauen

Männer sagen: „Ich bin um 17 Uhr weg!“ - und sind dann wirklich durch die Tür.

Frauen sagen: „Ich muss um 17 Uhr gehen, weil ...“ - und bleiben dann doch noch „eine halbe Stunde“ länger.

In der Zeit rufen sie noch schnell den Kunden an, machen das Protokoll fertig oder regeln die Übergabe zur Spätschicht. Bis sie fertig sind, ist es dann 18 Uhr. Und statt in Ruhe nach Hause zu gehen, hetzen sie noch zum Supermarkt. Kommt Ihnen das bekannt vor? Was läuft da schief?

Im Seminar analysieren Sie Ihre sprachliche Ausdrucksweise und Ihre innere Haltung, die Sie dazu benötigen. Sie finden heraus, was Sie anders machen können, wie Sie klar und deutlich sagen, was Sie meinen. Sie werden sehen, auch Ihrem Umfeld nutzt die Veränderung. Denn wenn Sie eindeutige Botschaften senden, kann das Gegenüber Sie besser verstehen.

Referentin: Dr. Hilde Malcomess

Ort: HUMA Einkaufspark, 2. Obergeschoss, 53757 Sankt Augustin

Entgelt: 55,00 Euro

Anmeldung/Info: Susanne Sielaff-Bock, Tel.: 02241/243353,
E-Mail: susanne.sielaff-bock@sankt-augustin.de oder

VHS Rhein-Sieg, Simon Bauer, Ringstr. 24, 53721 Siegburg,
Tel.: 02241/3097-41, E-Mail: simon.bauer@vhs-rhein-sieg.de

In Kooperation mit der VHS Rhein-Sieg

Do	25.09.2014	19.00 Uhr	Seminar
----	------------	-----------	---------

„Sicher fühlen“

Seminar zur Selbstuntersuchung der Brust

Die Kampagne „Sicher fühlen“, die Anleitung zur Selbstuntersuchung gibt, ist wichtiger Baustein der Konzentrierten Aktion gegen Brustkrebs in NRW. Sie will Früherkennung fördern, Frauen zu mehr Körperbewusstsein und zur regelmäßigen Selbstuntersuchung der Brust motivieren.

Nutzen Sie die Möglichkeit bei der Früherkennung von Brustkrebs aktiv mitzuhelfen. Unter fachärztlicher Leitung erhalten Sie umfassende Informationen zum Thema Brustkrebs. Für das Erlernen der richtigen Untersuchungstechnik stehen Übungsmodelle aus Silikon zur Verfügung.

Referentin: Dr. med. Brigitte Daunicht

Ort: Denkraum, Haufeld 2a, 53721 Siegburg

Entgelt: Frei -
Anmeldung unbedingt erforderlich,
da Anzahl der Teilnehmerinnen begrenzt ist!

Anmeldung/Info: Andrea Wendt-Löffler, Tel.: 02241/102-841,
E-Mail: andrea.wendt-loeffler@siegburg.de oder
Brigitta Lindemann, Tel.: 02241/13-2524,
E-Mail: brigitta.lindemann@rhein-sieg-kreis.de

In Kooperation mit der Engelbert-Humperdinck-Apotheke Siegburg



Di	28.10.2014	10.00 - 12.00 Uhr	Gesprächsrunde
-----------	-------------------	--------------------------	----------------

Café mit „Sahne“

Frühstücksgespräch zum Wiedereinstieg

Sie denken: „Zufriedenheit im Job“ brauch ich nicht?

Mir ist es wichtig, dass zu Hause alles gut läuft!

Aber: Wäre es vielleicht doch gescheit, sich über den beruflichen Wiedereinstieg Gedanken zu machen?

„Eigenes“ Geld, „eigener“ Rentenanspruch wären ja nicht schlecht!

Habe ich eigentlich mit meiner Ausbildung, mit meiner Berufserfahrung noch Chancen am Markt?

Fachkräfte werden gesucht, heißt es - ich auch?-

Und wie könnte es funktionieren?

Diesen und anderen Fragen wollen wir in lockerer Frühstücksrunde nachgehen.

Danach wissen Sie, ob diese Überlegungen für Sie kalter Kaffee sind oder Sie vielleicht eine unentdeckte Sahneschnitte?

Wir freuen uns Sie kennen zu lernen!

Referentinnen: Ursula Schubert-Sarellas,
Beauftragte für Chancengleichheit der Agentur für Arbeit
und die Gleichstellungsbeauftragten des Rhein-Sieg-Kreises
und der Stadt Siegburg

Ort: Café Corner, Tagesbar, Ringstr. 22, 53721 Siegburg

Entgelt: Frei

Anmeldung/Info: Brigitta Lindemann
Tel.: 02241/13-2524, E-Mail: brigitta.lindemann@rhein-sieg-kreis.de
oder

Andrea Wendt-Löffler
Tel.: 02241/10 28 41, E-Mail: andrea.wendt-loeffler@siegburg.de

So	23.11.2014	11.00 Uhr	Film
----	------------	-----------	------

Shortcut to Justice – Neue Wege zur Gerechtigkeit

Film und Diskussion mit dem anwesenden Regisseur

Der Film „Shortcut to justice“ erzählt die Geschichte der couragierten „Frauen für Gerechtigkeit“ die in der nordindischen Millionenstadt Vadodar, über Schichten-, Kasten- und Religionsgrenzen hinweg, aktiv sind.

Die Frauen für Gerechtigkeit wehren sich gegen Unrecht und Gewalt, unter denen viele Frauen dort leiden. Weil Polizei und Justiz oft untätig bleiben und kaum Schutz oder Hilfe geben, haben sie selber ein Gericht gegründet. Auf einem staubigen Platz am Rande des armen Viertels Kalyan Nagar versammeln sie sich Woche für Woche und sprechen Recht. Ein wunderbares mutmachendes Beispiel für Fraueninitiativen gegen Gewalt.

Regisseur: Daniel Burkholz

Ort: Museum Siegburg, Markt 46, 53721 Siegburg

Entgelt: Frei

Info: Brigitta Lindemann, Tel.: 02241/13-2524,
E-Mail: brigitta.lindemann@rhein-sieg-kreis.de;

Veranstaltet von den Gleichstellungsbeauftragten im Rhein-Sieg-Kreis
und dem Runden Tisch gegen häusliche Gewalt im Rhein-Sieg-Kreis

 **Siehe auch Deckblatt Innenseite** 

Mo - Fr	ab sofort	Maßnahme
---------	-----------	----------

„Frauen trauen sich“

Arbeitsgelegenheitsmaßnahme in Kooperation mit dem Jobcenter

Arbeitsgelegenheitsmaßnahme nach §16 d SGB II im Auftrag des Jobcenters Rhein-Sieg Die AGH bietet Frauen, die längere Zeit aus dem Beruf raus sind, die Chance, Anschluss an die Arbeitswelt zu finden und/oder zu halten. Durch fachliche Anleitung können die Teilnehmerinnen ihre praktischen Fähigkeiten erweitern. Darüber hinaus trainieren sie, ihren Alltag/ihr Lebensumfeld so zu organisieren, dass sie mit den Erfordernissen der Arbeitswelt zurechtkommen.

Die Teilnehmerinnen bekommen die Möglichkeit, sinnvolle niederschwellige Tätigkeiten in sozialen Einrichtungen im Bereich der Kinder- oder Seniorenarbeit zu verrichten. Das kann ihr erster Schritt zu einem neuen Beruf und/oder einem neuen Arbeitsplatz werden.

- Referentin:** Maria Dembovitch
- Ort:** Mehrgenerationenhaus der Stadt Troisdorf, Haus International, Nahestraße 61-63, 53840 Troisdorf
- Entgelt:** Frei
- Info:** Maria Dembovitch, Tel.: 02241/804654 oder 02241/900-794 oder Ihr Vermittler beim Jobcenter
- In Kooperation** mit dem Jobcenter Rhein-Sieg

mo - fr	Neuer Kursbeginn wird noch bekannt gegeben	8.30 Uhr - 11.45 Uhr	Kurs - fortlaufend
--------------------	---	-----------------------------	-----------------------

Deutsch für den Beruf

Berufsbezogene Deutschkurse ESF-BAMF

Dieser Kurs beinhaltet Deutschunterricht und Berufskunde. In der Berufskunde bieten wir Bewerbungstraining und vermitteln Grundwissen in verschiedenen Berufsbereichen.

Es findet auch ein einmonatiges Praktikum statt.

- Referentin:** Sonja Peters, Dozentin der Euro-Schule
- Ort:** Mehrgenerationenhaus der Stadt Troisdorf, Haus International, Nahestraße 61-63, 53840 Troisdorf
- Entgelt:** Frei
(der Kurs wird finanziert vom Europäischen Sozialfond und dem Bundesamt für Migration und Flüchtlinge)
- Info:** Claudia Hoffmann, externe Gleichstellungsbeauftragte,
Tel.: 02241/80 46 54 | E-Mail: hoffmannc@troisdorf.de
- Anmeldung und Einstufungstest:** jeden Dienstag um 12.30 Uhr
direkt bei der Euro-Schule, Frau Rodemann, Kennedybrücke 4, 53225 Bonn,
Tel.: 0228/40376953 | Fax: 0228/62092896 | E-Mail: rodemann.claudia@es.bonn.eso.de | www.bonn.eso.de
- In Kooperation** mit der Euro-Schule und dem Mehrgenerationenhaus/Haus International der Stadt Troisdorf

Mi	ab 20.08.2014	15.00 - 17.00 Uhr	Internationales Frauencafé - fortlaufend
-----------	----------------------	--------------------------	---

Internationales Frauencafé

Hier besteht die Möglichkeit, Frauen verschiedener Nationalitäten kennen zu lernen, sich auszutauschen, kulturelle Vielfalt zu erleben und in gemeinsamen Aktivitäten „so ganz nebenbei“ in der deutschen mündlichen Kommunikation sicherer zu werden.

Referentin: Margit Vahl

Ort: Mehrgenerationenhaus der Stadt Troisdorf, Haus International,
Nahestraße 61-63, 53840 Troisdorf

Entgelt: Frei

Info: Claudia Hoffmann, externe Gleichstellungsbeauftragte,
Tel.: 02241/804-654 | E-Mail: hoffmann@c@troisdorf.de

In Kooperation mit dem Mehrgenerationenhaus/Haus International der Stadt Troisdorf

Di	ab 02.09.2014	jeden 1. Dienstag im Monat	9.30 - 11.30 Uhr	Gesprächskreis - fortlaufend nicht in den Schulferien
-----------	----------------------	-------------------------------	-------------------------	--

Internationaler Frauengesprächskreis

Möchten Sie neue Kontakte knüpfen, ihre erlernten Deutschkenntnisse praktisch anwenden, über bestimmte Themen reden, interessante Institutionen und Einrichtungen kennen lernen?

Dann sind Sie bei uns richtig!

Bei diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit, das Programm mitzugestalten.

Referentin: Luce Eberlein

Ort: Mehrgenerationenhaus der Stadt Troisdorf, Haus International,
Nahestraße 61-63, 53840 Troisdorf

Entgelt: Frei

Info: Claudia Hoffmann, externe Gleichstellungsbeauftragte,
Tel.: 02241/804-654 | E-Mail: hoffmann@c@troisdorf.de

In Kooperation mit dem Mehrgenerationenhaus/Haus International der Stadt Troisdorf

Di	02.09.2014	ab 14.00 Uhr	Kurs fortlaufend
-----------	-------------------	---------------------	---------------------

„Nähen von Anfang an“ Nähkurs

In diesem Kurs können Sie – vom Ausbessern von Kleidung bis hin zum Herstellen von vollständigen Kleidungsstücken – nähen lernen. Der Kurs wird geleitet von einer ausgebildeten Schneiderin. Bis zu acht Personen können teilnehmen.

- Referentin:** Frau Wilms
- Ort:** Mehrgenerationenhaus der Stadt Troisdorf, Haus International, Nahestraße 61-63, 53840 Troisdorf
- Entgelt:** 5,00 Euro
- Anmeldung:** Anmeldung erforderlich
- Info:** Claudia Hoffmann, externe Gleichstellungsbeauftragte, Tel.: 02241/804-654 | E-Mail: hoffmann@c@troisdorf.de
- In Kooperation** mit dem Mehrgenerationenhaus/Haus International der Stadt Troisdorf

Do	ab 04.09.2014	10.00 - 11.30 Uhr	Schulmüttertreff fortlaufend
-----------	----------------------	--------------------------	---------------------------------

Schulmütterprojekt

Das Mehrgenerationenhaus/Haus International und die Grundschule Roncallistraße führen ein gemeinsames Projekt durch. Die Mütter der Erst- und Zweitklässler treffen sich jeden Donnerstag mit einer erfahrenen Pädagogin.

Es werden Informationen über Bildungsinhalte in der Schule vermittelt und über allgemeine Erziehungsfragen gesprochen. Mütter werden in ihren Kompetenzen gestärkt und erlernen Möglichkeiten, ihre Kinder auf dem Bildungsweg zu unterstützen und zu begleiten.

Referentin:	Christine Beckstette
Ort:	Mehrgenerationenhaus der Stadt Troisdorf, Haus International, Nahestraße 61-63, 53840 Troisdorf
Entgelt:	Frei
Info:	Claudia Hoffmann, externe Gleichstellungsbeauftragte, Tel.: 02241/804-654 E-Mail: hoffmann@c@troisdorf.de
In Kooperation	mit der Roncalli Grundschule in Troisdorf

jeden zweiten Montag im Monat	ab 08.09.2014	14.00 - 16.30 Uhr	Türkisches SeniorInnencafé
--------------------------------------	----------------------	--------------------------	----------------------------

Türkisches Café für Seniorinnen und Senioren

Das türkische Café unter der Leitung von Frau Ünal ist ein vielseitiger Treffpunkt für Seniorinnen und Senioren.

Referentin:	Zeliha Ünal
Ort:	Mehrgenerationenhaus der Stadt Troisdorf, Haus International, Nahestraße 61-63, 53840 Troisdorf
Entgelt:	Frei
Info:	Claudia Hoffmann, externe Gleichstellungsbeauftragte, Tel.: 02241/804-654 E-Mail: hoffmann@c@troisdorf.de

Di	09.09.2014	09.00 - 13.00 Uhr	Informationsveranstaltung
-----------	-------------------	--------------------------	---------------------------

Frauen zurück ins Berufsleben

Als Frauenbeauftragte und Leiterin der Öffentlichkeitsarbeit bei der Kölner Wirtschaftsschule hält Barbara Voss seit nunmehr 5 Jahren Vorträge zum Thema „Frauen zurück ins Berufsleben“.

Im Anschluss an einen kurzen Vortrag berät Frau Voss jede Frau individuell und zeigt ihr Wege zur Umsetzung ihrer Berufspläne auf. Zusätzlich werden an diesem Tag professionelle Bewerbungsfotos erstellt - kostenlos.

- Referentin:** Barbara Voss, Kölner Wirtschaftsschule
Ort: Mehrgenerationenhaus der Stadt Troisdorf, Haus International, Nahestraße 61-63, 53840 Troisdorf
Entgelt: Frei
Info/Anmeldung: Claudia Hoffmann, externe Gleichstellungsbeauftragte, Tel.: 02241/804-654 | E-Mail: hoffmannc@troisdorf.de
In Kooperation mit der Kölner Wirtschaftsschule

Mi	10.09.2014	18.00 - 19.30 Uhr	Informationsveranstaltung
-----------	-------------------	--------------------------	---------------------------

Schwanger ab 35

Informationsabend für werdende Mütter und Väter

Die meisten Kinder kommen unabhängig vom Alter der Frau gesund zur Welt. Jede 4. Schwangere ist heute über 35 Jahre alt und wird im medizinischen Sinne als „Spätgebärende mit Altersrisiko“ eingestuft. Die Frauenärztin Frau Dr. Gottmann informiert zu medizinischen Fragen, Untersuchungsmöglichkeiten und Themen speziell für diese Altersgruppe.

- Referentin:** Dr. Alexandra Gottmann, Frauenärztin
Ort: Pro familia Troisdorf, Kirchstraße 12, 53840 Troisdorf
Entgelt: 3,00 Euro
Info: pro familia Troisdorf, Tel.: 02241/71961, E-Mail: troisdorf@profamilia.de
In Kooperation pro familia

Di	16.09. und 18.11.2014	jeweils 19.00 - 21.00 Uhr	Informationsveranstaltung
-----------	----------------------------------	----------------------------------	---------------------------

Trennung Scheidung

Trennung und Scheidung bringen viele Probleme mit sich.

Der Referent gibt einen Überblick über die wichtigsten regelungsbedürftigen Umstände und stellt anhand von Fallbeispielen die Probleme dar

- Wie wird die Trennung vollzogen?
- Wer hat Unterhaltsansprüche?
- Regelungen bezüglich des Sorge-/Umgangsrechtes
- Aufteilung der ehelichen Wohnung
- Was geschieht mit dem Hausrat?
- Wann kann ein Scheidungsverfahren eingeleitet werden?
- Bestehen noch Ansprüche auf Unterhalt nach der Scheidung?
- Wie ist das Sorgerecht der Kinder im Falle der Scheidung zu regeln?
- Habe ich Anspruch auf Rentenanwartschaften meines Partners?
- Was kostet eine Scheidung?

Referent: Rainer Hecker, Anwalt für Familienrecht

Ort: Pro familia Troisdorf, Kirchstraße 12, 53840 Troisdorf

Entgelt: 5,40 Euro

Info: pro familia Troisdorf, Tel.: 02241/71961,
E-Mail: troisdorf@profamilia.de

In Kooperation pro familia

Do	18.09.2014	10.00 - 12.00 Uhr	Vortrag und Gespräch
-----------	-------------------	--------------------------	----------------------

Müttercafé zum Thema „Schutz vor Missbrauch und Aufklärung“ „Starke Mütter für Aufklärung und gegen Missbrauch“

Das Müttercafé im Mehrgenerationenhaus Haus International berät Frauen mit Migrationshintergrund zu den Themen „Aufklärung“ und „Schutz vor sexuellem Kindesmissbrauch“. Nach einleitenden Vorträgen zu kindlicher Sexualität und der Notwendigkeit von Aufklärung können Fragen gestellt und diskutiert werden.

Referentin:	Melissa Wolter, Interkulturelle Beraterin
Ort:	Mehrgenerationenhaus der Stadt Troisdorf, Haus International, Nahestraße 61-63, 53840 Troisdorf
Entgelt:	Frei
Info:	Melissa Wolter, Tel.: 02241/900-796, E-Mail: WolterM@troisdorf.de

Mi	01.10.2014	ab 19.00 Uhr	Informationsveranstaltung
-----------	-------------------	---------------------	---------------------------

Sexualerziehung bei Kindern und Jugendlichen

Sexualpädagogen Barbara Mihlan und Thomas Pieger laden zu einer Gesprächsrunde und zum Austausch ein.

Referent/in:	Barbara Milahn, Sexualpädagogin Thomas Pieger, Sexualpädagoge
Ort:	pro familia Troisdorf, Kirchstr. 12, 53840 Troisdorf
Entgelt:	3,00 Euro
Info:	pro familia, Tel.: 02241/71961 E-Mail: troisdorf@profamilia.de
In Kooperation	mit pro familia

Di	28.10.2014	14.30 Uhr	Informationsveranstaltung
-----------	-------------------	------------------	---------------------------

„Wege aus der Gewalt“

Informationsveranstaltung/Gesprächskreis zum Thema „Häusliche Gewalt“

Hier finden Frauen und Mädchen die Möglichkeit der Information, des Meinungsaustausches und der Hilfestellung bei vorhandenen oder möglichen Problemen.

Referentin: Fatma Bläser, Verein Henna Mond
Claudia Hoffmann

Ort: Mehrgenerationenhaus der Stadt Troisdorf, Haus International,
Nahestraße 61-63, 53840 Troisdorf

Entgelt: Frei

Info: Claudia Hoffmann, externe Gleichstellungsbeauftragte,
Tel.: 02241/804-654 | E-Mail: hoffmannc@troisdorf.de

In Kooperation mit Henna Mond e.V.

Do	06.11.2014	17.00 - 19.00 Uhr	Informationsveranstaltung
-----------	-------------------	--------------------------	---------------------------

Rundum schwanger

Information für werdende Mütter und Väter

Mit einer Schwangerschaft beginnt ein neuer Lebensabschnitt, der viele Fragen mit sich bringt. Sie erhalten Informationen rund um die finanziellen Ansprüche wie Elterngeld, Kinderzuschlag und Kindergeld, sowie über die gesetzlichen Regelungen des Mutterschutzes, der Elternzeit oder des Sorgerechts. Was braucht es, um Familie und Beruf zu vereinbaren? Zu diesen Themen bietet die Sozialarbeiterin Frau Reuter- van Husen Gelegenheit zum Austausch.

Referentin: Gaby Reuter-van Husen, Dipl. Sozialarbeiterin

Ort: pro familia Troisdorf, Kirchstraße 12, 53840 Troisdorf

Entgelt: 4,80 Euro

Info: pro familia, Tel.: 02241/71961 | E-Mail: troisdorf@profamilia.de

In Kooperation mit pro familia

Sa	20.09. und 27.09.2014	10.00 - 16.45 Uhr	Kurs
-----------	----------------------------------	--------------------------	-------------

Babysitterführerschein für Jugendliche

Der Kurs soll Jugendliche zum zwar kurzzeitigen, aber möglichst eigenständigen und sicheren Umgang mit Kleinkindern und Kindern anleiten bzw. befähigen und ihnen Leben und Umgang mit Kindern allgemein näherbringen.

Besonders soll er das Leben mit Kindern als selbstverständlich und Freude bringend vermitteln und Kontakte zwischen Familien mit kleinen Kindern und Jugendlichen in der näheren Umgebung ermöglichen.

Referentin: Barbara Geitz

Ort: Familienzentrum „Drachenfelder Ländchen“,
Zwischen den Hüllen 1-9, 53343 Wachtberg

Entgelt: 16,00 Euro Kursgebühr plus 4,00 Euro Verpflegungsgeld

Info: Silvia Klemmer, Tel.: 0228/95 44 175,
E-Mail: silvia.klemmer@wachtberg.de

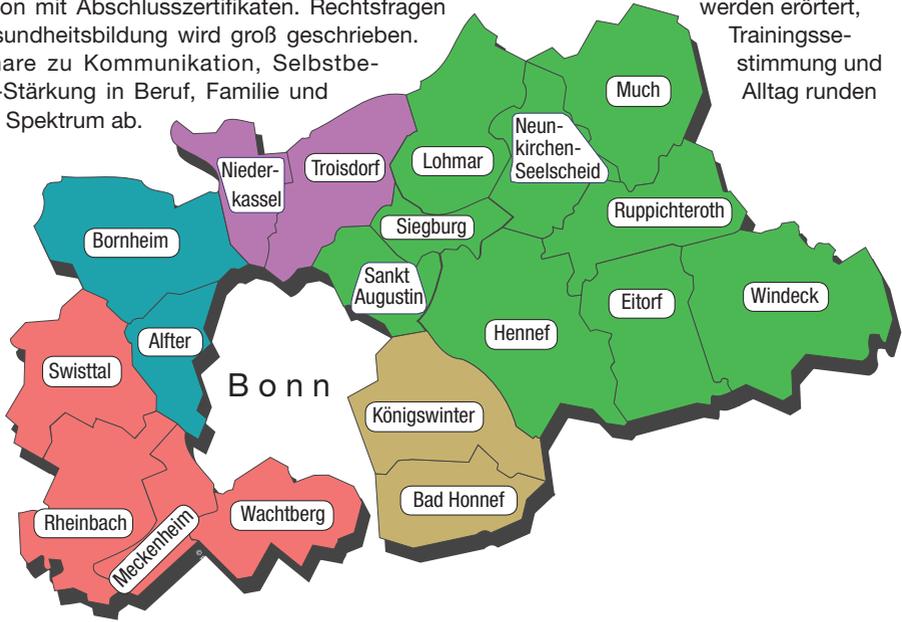
In Kooperation mit dem Katholischen Bildungswerk im Rhein-Sieg-Kreis Ihr.

Die kommunalen Gleichstellungsbeauftragten im Rhein-Sieg-Kreis

RHEIN-SIEG-KREIS	Brigitta Lindemann Tel.: 02241/13-2524, Fax: 02241/13-3098 E-Mail: brigitta.lindemann@rhein-sieg-kreis.de
GEMEINDE ALFTER	Katrin Kühn, Am Rathaus 7, Zi. 23, 53347 Alfter Tel.: 0228/6484-130, Fax: 0228/6484-199 E-Mail: katrin.kuehn@alfter.de
STADT BAD HONNEF	Iris Schwarz, Rathausplatz 1, 53604 Bad Honnef Tel.: 02224/184-140, Fax: 02224/184-4140 E-Mail: iris.schwarz@bad-honnef.de
STADT BORNHEIM	Heike Blank, Rathausstr. 2, 53332 Bornheim Tel.: 02222/945-240, Fax: 02222/945-126 E-Mail: heike.blank@stadt-bornheim.de
GEMEINDE EITORF	Elisabeth Ehrenstein, Markt 1, 53783 Eitorf Tel.: 02243/89-149, Fax: 02243/89-179 E-Mail: elisabeth.ehrenstein@eitorf.de
STADT HENNEF	Ilona Gerken, Frankfurter Str. 97, 53773 Hennef Tel.: 02242/888-452, Fax: 02242/888-8452 E-Mail: i.gerken@hennef.de
STADT KÖNIGSWINTER	Frauke Fischer, Drachenfelsstr. 9, 53639 Königswinter, Tel.: 02244/889-364, Fax: 02244/889-378, E-Mail: frauke.fischer@koenigswinter.de
STADT LOHMAR	Brigitte Feist-Kalafate, Hauptstr. 27-29, 53797 Lohmar Tel.: 02246/15-312, Fax: 02246/15-951 E-Mail: brigitte.feist-kalafate@lohmar.de
STADT MECKENHEIM	Bettina Hihn, Bahnhofstr. 22, 53340 Meckenheim Tel.: 02225/917-144, Fax: 02225/917-66120 E-Mail: gl-bettina.hihn@meckenheim.de
GEMEINDE MUCH	Gilda Wex-Beuke, Hauptstr. 57, 53804 Much Tel.: 02245/68 45, Fax: 02245/68 50 E-Mail: gilda.wex-beuke@much.de

GEMEINDE NEUN-KIRCHEN-SEELSCHEID	Ulrike Grothoff, Hauptstr. 78, 53819 Neunkirchen-Seelscheid, Tel.: 02247/303-202, Fax: 02247/303-88202 E-Mail: ulrike.grothoff@neunkirchen-seelscheid.de <u>Stellvertreterin</u> : Silvia Heike, Hauptstr. 78, 53819 Neunkirchen-Seelscheid, Tel.: 02247/303-208 E-Mail: silvia.heike@neunkirchen-seelscheid.de
STADT NIEDERKASSEL	Gaby Neuhöfer, Rathausstr. 19, 53859 Niederkassel Tel.: 02208/9466-114/180, Fax: 02208/9466-29 E-Mail: g.neuhoefer@niederkassel.de
STADT RHEINBACH	Mechthild Schneider, Schweigelstr. 23, 53359 Rheinbach Tel.: 02226/917-103, Fax: 02226/917-139 E-Mail: mechthild.schneider@stadt-rheinbach.de
GEMEINDE RUPPICHTEROTH	Gabriele Wörner, Schönenberg, Rathausstr. 18, 53809 Ruppichteroth, Tel.: 02295/4928, Fax: 02295/4939 E-Mail: gabriele.woerner@ruppichteroth.de
STADT SANKT AUGUSTIN	Susanne Sielaff-Bock, Markt 71, 53757 Sankt Augustin Tel.: 02241/243-353, Fax: 02241/243-77353 E-Mail: susanne.sielaff-bock@sankt-augustin.de oder gleichstellung@sankt-augustin.de
STADT SIEGBURG	Andrea Wendt-Löffler, Ringstr. 6, 53721 Siegburg Tel.: 02241/102-841, Fax: 02241/102-284 E-Mail: andrea.wendt-loeffler@siegburg.de
GEMEINDE SWISTTAL	Petra Schüller, Rathausstr 115, 53913 Swisttal-Ludendorf Tel.: 02255/309-130, Fax: 02255/309-7130 E-Mail: petra.schueller@swisttal.de
STADT TROISDORF	Intern: Karin Lapke-Fernholz, Kölner Str. 176, 53840 Troisdorf, Tel.: 02241/900-320, Fax: 02241/900-8320 E-Mail: LapkeK@troisdorf.de Extern: Claudia Hoffmann, Nahestr. 63, 53840 Troisdorf Tel.: 02241/804-654, Fax: 02241/97 49 69 E-Mail: hoffmannc@troisdorf.de
GEMEINDE WACHTBERG	Silvia Klemmer, Rathausstr. 34, 53343 Wachtberg-Berkum Tel.: 0228/9544-175, Fax: 0228/9544-123 E-Mail: silvia.klemmer@wachtberg.de
GEMEINDE WINDECK	Karin Höhn, Rathausstr. 12, 51570 Windeck-Rosbach, Tel.: 02292/601-140, Fax: 02292/601-295 E-Mail: Karin.Hoehn@Gemeinde-Windeck.de

Fünf Volkshochschulen gestalten berufliche und allgemeine Weiterbildung für 19 Städte und Gemeinden im Rhein-Sieg-Kreis. Speziell für Frauen und Mädchen haben sie Kurse und Seminare zum Wiedereinstieg und zur Weiterqualifizierung im Angebot wie EDV von Frau zu Frau, Buchhaltung und Finanzwesen oder die Ausbildung zur Tagesmutter, viele davon mit Abschlusszertifikaten. Rechtsfragen werden erörtert, Gesundheitsbildung wird groß geschrieben. Trainingsseminare zu Kommunikation, Selbstbestärkung in Beruf, Familie und das Spektrum ab. Trainingsses- stimmung und Alltag runden



	<p>VHS Bornheim/Alfter Alter Weiher 2 53332 Bornheim Tel.: 02222/94 54 60 E-Mail: vhs@stadt-bornheim.de Internet: www.vhs-bornheim-alfter.de</p>
	<p>VHS Meckenheim-Rheinbach-Swisttal mit Wachtberg Schweigelstraße 21 53359 Rheinbach Tel.: 02226/92 19 20 E-Mail: info@vhs-rheinbach.de Internet: www.vhs-rheinbach.de</p>
	<p>VHS Troisdorf/Niederkassel Kölner Straße 2 53840 Troisdorf Tel.: 02241/8 74 40 E-Mail: information@vhs-tdf-ndk.de Internet: www.vhs-tdf-ndk.de</p>
	<p>VHS Siebengebirge Dollendorfer Straße 39 53639 Königswinter Tel.: 02244/88 92 55 E-Mail: vhs@koenigswinter.de Internet: www.vhs-siebengebirge.de</p>
	<p>VHS Rhein-Sieg Ringstraße 24 53721 Siegburg Tel.: 02241/30 97-0 E-Mail: info@vhs-rhein-sieg.de Internet: www.vhs-rhein-sieg.de</p>
Zur Information:	<p>VHS Bonn Wilhelmstraße 34 53105 Bonn Tel.: 0228/77 33 55 E-Mail: vhs@bonn.de Internet: www.vhs-bonn.de</p>