

Liebe Teilnehmer*innen,
liebe Leser*innen,
»Um Frieden ringen,
zwischen Wasser & Wüste«
heißt unser neues Jahresprojekt.



Wasser fließt, nimmt den Weg
des geringsten Widerstands.
Wasser erfrischt, reinigt und erneuert.
Wasser hat gestaltende Kraft,
ist ungleich verteilt.

Das Schöpfungswunder Wasser darf weder ideologisch besetzt noch zum Prestigeobjekt werden. Wasserkonflikte erfordern jetzt schon zähe Aushandlungsprozesse. Auch deswegen wollen wir uns im Evangelischen Frauenwerk 2019 über vielschichtige Angebote inhaltlich mit dem Wasser auseinandersetzen.

Spirituell nähern wir uns dem Thema Wasser z.B. beim Pilgern, in der Andacht zwischen Himmel und Wellen, der Kräuterwanderung, beim Abenteuer Gott oder einem der monatlichen Gottesdienste in der Lübecker Innenstadtkirche St. Petri.

Künstlerisch finden wir, ähnlich den unzähligen Formen gefrorener Wasserkristalle, unseren individuellen Ausdruck in einzigartigen Mandalas, oder im Kunstraum der EntdeckungsART.

Im *Drumcircle* oder beim *Göttlichen Tanz & Schmaus* erleben wir, wie es ist, sich rhythmisch zu verständigen, über Sprach- und Kulturgrenzen hinweg.

Praktisch erleben wir neben inhaltlichen Anregungen in Vorträgen zum Wasser, Verbundenheit in den Netzwerktreffen für Berufs- und Wiedereinsteigerinnen, im Familien-Eltern-Café und bei frauenpolitischen Angeboten wie „Ich melde mich zu Wort! Die Debatte mitgestalten“.

Aus unserem alten Jahresprojekt „Chic. Fair. Weltbewusst“ ist inzwischen ein Modelabel geworden, das das neue Jahresprojekt aufnimmt: Für Ihre Refill-Wasserflaschen können Sie z.B. individuelle Upcycling-Taschen nähen.

Möge die Fachstelle als ein Refillstation und das Frauenwerk darin, mit all seinen Angeboten für uns, auch im Sinne von Jesu Botschaft (Joh. 4,14), wie ein Brunnen sein, aus dem „Lebendiges Wasser“ zu schöpfen ist, das den Lebensdurst stillt und auch unsere inneren Quellen wieder zum Sprudeln bringt.

Lasst uns gemeinsam aus der göttlichen Fülle schöpfen in unserem Denken und Tun, in dieser vielschichtigen Bandbreite zwischen Wasser und Wüste, Frieden suchen und dabei von ganzem Herzen dem inneren und äußeren Frieden entschlossen nachjagen.

Ihre Silke Meyer

Zum Jahresthema der Frauenarbeit in der Nordkirche auf der Titelseite können Sie sich auf der Website www.morgen-war-alles-gut.de Texte, Anregungen für Gottesdienst und Bibelarbeit herunterladen.

Das Frauenwerk in der Fachstelle für Ökumene und Gerechtigkeit des Kirchenkreises Lübeck-Lauenburg

bietet verschiedene Veranstaltungen und Seminare in folgenden Bereichen an:

- Spiritualität & Glaube
- Gesellschaft & Ökumene
- Kunst & Inter-Kultur
- Gesundheit & Bewegung
- Persönlichkeit & Kommunikation
- Fortbildung & Ehrenamt

bietet vielfältige Möglichkeiten:

- der Begegnung
- für ehrenamtliches Engagement
- der Unterstützung für die Umsetzung Ihrer Themen
- der Vernetzung vor Ort, überregional sowie im Frauenwerk der Nordkirche
- für mehr Gerechtigkeit in unserer einen Welt einzutreten
- der Raumnutzung für Ihre Meetings und Angebote

Vielseitig und engagiert gestalten wir Kirche, indem wir:

- Spiritualität leben
- Feministische Theologie entdecken
- Bildung gestalten
- Solidarität zeigen
- Gesundheit fördern
- Interkulturelle Arbeit ermöglichen
- Gemeinschaft erleben

Sollten Sie Fragen zu den Veranstaltungen oder zur Anmeldung haben, rufen Sie einfach bei uns an.

Die Arbeit des Frauenwerks wird begleitet und beraten durch einen Beirat. Ihm gehören an:

Birga Alheid, *Lübeck*
Ruth Baha-Unger, *Lübeck*
Sara Burghoff, *Lauenburg*
Susan Chahabadi, *Ratzeburg*
Frauke Daniel, *Lübeck*
Yasemin Düzen, *Lübeck*
Hella Fabricius, *Lübeck*
Barbara Hassold, *Breitenfelde*
Mary Herbst, *Ratzeburg*
Ursula Hauser, *Lübeck*
Stephanie Marx, *Lübeck*
Silke Meyer, **Leitung**
Christine Nolze, *Mölln*
Renate Staack, *Lübeck*
Gisela Wruck, *Basthorst*

Die 3 Bereiche unserer Arbeit

- 1) **Allgemeine Frauenarbeit**
(Herzogtum Lauenburg / Lübeck) 
 - 2) **LYDIA – Veranstaltungscafé
des Frauenwerks**
(Herzogtum Lauenburg) 
 - 3) **FrauenGesundheit –
Müttergenesung**
(Lübeck und Ratzeburg) 
- sowie: **Interkulturelle Frauenarbeit**
(Lübeck) 



BUCHBARE VERANSTALTUNGEN

Das Frauenwerk ist auch für die Gemeinden da!

Gerne können Sie Impulse nutzen für Ihre Jugend- oder Erwachsenenarbeit.

Zur Terminabsprache wenden Sie sich bitte direkt an mich. Ich komme in Ihre Gemeinde!

Folgende Themen sind u.a. im Angebot:

- Mein Gottesbild zwischen Lehre & Erfahrung
- BURNOUT ist OUT
- Scham und Menschenwürde
- Äußere und innere Schönheit
- Nachhaltigkeit und Kleidung

Ihre Silke Meyer

Sonntag | 27.01. | 10.00 Uhr

Mölln, Nicolaikirche

Gottesdienst zum Gedenktag für die Opfer des Nationalsozialismus

Der jährliche Gedenkgottesdienst für die Opfer nationalsozialistischer Gewaltherrschaft verbindet Gedenken mit Denkanstößen für die Gegenwart. In diesem Jahr geht es um Inklusion und die Einsicht:

„Jedes Leben ist lebenswert und wertvoll!“

Es gibt kein wertloses oder „lebensunwertes“ Leben. Beschäftigte der Werkstätten des Lebenshilfewerkes Mölln-Hagenow und Möllner Konfirmand*innen werden uns das Schicksal einer jungen Möllnerin vorstellen, die wegen einer leichten Behinderung von den Nazis zur Zwangssterilisation gezwungen wurde. Dieser GD probt Inklusion, indem außer dem Frauenwerkschor **Cantalydie** auch **Schüler*innen** mit geistiger Beeinträchtigung der **Steinfeldschule** musikalisch mitwirken.

Verantwortlich: Pastorin Engel-Runge mit Gottesdienstteam

Gottesdienste in St. Petri

- werden liturgisch, mit Liedern, Gebeten und Texten, jeweils von zwei oder drei Frauen zu einem selbst gewählten Thema gestaltet.

inhalten
im spirituellen Raum
miteinander feiern
einander begegnen
sich stärken lassen
aufbrechen

Ostermontag | 22.04. | 18.00 Uhr

Frauenmahl zum Ostermontag

Mit beschwingter, humorvoller, musikalischer Begleitung, die zum Mitsingen einlädt:
Bärbel Fünfsinn, Musikerin und Sängerin

Sonntag | 26.05. | 30.06. | 28.07. | 11.00 Uhr

(VORANKÜNDIGUNG: **Samstag | 24.08.** | 18.00 Uhr)

Musikalischer Gottesdienst

mit Leonard-Cohen-Programm:
Thomas & Yvonne Carlstöm
und Chor aus Lund, Schweden

WELTGEBETSTAG 2019 aus Slowenien

„Kommt, alles ist bereit!“ ist das Motto aus dem Gleichnis vom Festmahl (Lk. 14,17), mit dem Schwerpunkt auf: „Es sind alle eingeladen. Wer fehlt an unserem Tisch? Wen haben wir vergessen einzuladen?“ Slowenien ist ein Land mit einer jungen Demokratie und einem kommunistischen Erbe.





„So klein ist das Land“, witzeln die Slowen*innen, „dass ein gut genährtes Huhn mit Leichtigkeit darüber hinwegfliegen könnte.“ Tatsächlich ist Slowenien, mitten in Europa gelegen, nur halb so groß wie die Schweiz und wird von nicht mal zwei Millionen Menschen bewohnt. Mit seinen riesigen Wäldern und sauberen Gewässern zählt es zu den grünsten Gebieten in Europa. Seine wechselvolle Geschichte, gepaart mit einer atemberaubenden Schönheit der Landschaften, verspricht eine interessante und spannende Weltgebetstags-Saison! Angeregt von den Sloweninnen, lautet auch unsere Einladung zu den Veranstaltungen des Frauenwerks in Lübeck und Lauenburg: „Kommt, alles ist bereit! Lasst euch mitnehmen auf eine Reise nach Slowenien.“

Ihr WGT-Vorbereitungsteam Lübeck-Lauenburg

Samstag | 12.01. | 09.30-16.00 Uhr

Schwarzenbek, Am Markt 5, Franziskushaus

Ausgestaltung des WGT-Gottesdienstes

Kosten 15 €

Anmeldung im Ev. Frauenwerk in Ratzeburg,

Tel: (04541) 88 93 -37 | Fax: -39

oder frauenwerk-rz@kirche-ll.de

Samstag | 19.01. | 09.30 Uhr

bis Sonntag 20.01. | 14.00 Uhr

Christophorushaus, Bäk/Ratzeburg

Ökumenische Weltgebetstags-Werkstatt

Anmeldung nur schriftlich bis 06.12.

im Ev. Frauenwerk in Lübeck oder per Mail:

frauenwerk-ll@kirche-ll.de

Freitag | 01.03. | 12.00 Uhr | St. Petri Lübeck

| 18.00 Uhr | Dom Lübeck

Weltgebetstags-Gottesdienste

in der Mitte des Tages, um 12 Uhr in der St.-Petri-Kirche und am Abend um 18 Uhr im Dom (mit anschließendem Fest), finden die gemeinsamen Weltgebetstags-gottesdienste vom Frauenwerk und den Innenstadtkirchen – Herz Jesu, Dom, St. Marien – statt.

Wer Interesse hat, diese ökumenischen Gottesdienste mit vorzubereiten, melde sich bitte im Ev. Frauenwerk in Lübeck unter (0451) 300 86 87 12 oder frauenwerk-ll@kirche-ll.de

Montags

Januar | Februar | 19.00-21.00 Uhr

März bis November | 18.00-20.00 Uhr

Lübeck, Steinrader Weg 11

Frauen glauben und fragen

Frauen denken über Fragen ihres Lebens nach, suchen Antworten, tauschen Erfahrungen aus

Verantwortlich: Gisela Bald, Frauke Daniel, Elke Linde, Doris Pietsch

14.01.

Suche Frieden und jage ihm nach

Psalm 34,15

Assoziationen, Fragen, Gedanken zur Jahreslosung 2019

Gisela Bald



11.02.

Kommt, alles ist bereit!

Das Gleichnis vom Festmahl – Lukas 14,13-24

Kreativer Umgang mit dem Bibeltext zum WGT 2019 aus Slowenien

Simone Siemers, WGT-Team

11.03.

Frauengestalten der Kirchengeschichte

Thekla, die unbekannteste Apostelin – von der Kirche verschwiegen und vergessen

Angelika Lieschke



13.05.

Leben heißt: Zeichnen ohne Radiergummi

Über das Unwiderrufliche – nach Klaus Eulenberger

Frauke Daniel

**24.06.****Sommer –****Fülle des Lebens, Leben in Fülle**Chancen für neue Lebensenergie
und Lebendigkeit

Wir feiern den Johannistag

Silke Meyer, Leiterin des

Ev. Frauenwerkes Lübeck-Lauenburg

**12.08.****Als flögen wir davon**

Über die letzte Wegstrecke

Abdanken – nach Fulbert Steffensky

Gisela Bald, Frauke Daniel

Dienstag | 10.00 - 12.00 Uhr**15.01. | 19.02. | 19.03. | 23.04. | 21.05. | 18.06.**

Lübeck, Steinrader Weg 11

Info-Point. Netzwerktreffen für**Berufs- und Wiedereinsteigerinnen**

Die Beratungsstelle FRAU&BERUF und das Evangelische Frauenwerk Lübeck-Lauenburg veranstalten ein monatliches Treffen für Frauen, die nach längerer Berufsunterbrechung wieder in den Beruf einsteigen wollen. Sie können sich hier austauschen und Unterstützung erhalten. Darüber hinaus gibt es fachliche Inputvorträge, um den Wiedereinstieg zu erleichtern.

Leitung: Agnes Hiesberger von FRAU&BERUF

Kostenfrei | Anmeldung unter (0451) 38 444 87 29

Freitag | **15.03.** | 15.00 Uhr | Lübeck, Steinrader Weg 11**Mit Zeitmanagement souveräner
durch den Tag**

Hier kann Frau erfahren, wie sie Beruf und Familie neu und/oder wieder unter einen Hut bringt. Die verschiedenen Rollen, ob als Mitarbeiterin, Kollegin, Mutter, Hausfrau, Partnerin, pflegende Tochter, sowie die Grundsätze und Methoden des Zeitmanagements, das

Erkennen eigener Bedürfnisse, entsprechende Abgrenzungstechniken, Delegation von Aufgaben sowie der Blick auf die eigene Gesundheit sind Themen dieser Veranstaltung.

Seminarleitung: Agnes Hiesberger und Silke Meyer

Anmeldung unter: (0451) 38 444 87 29

oder frauundberuf-luebeck@faw.de

Mittwoch | **16.01. | 03.04.** | 18.00 – 20.00 Uhr

Lübeck, Steinrader Weg 11

Montag | **01.04. | 15.4.** | 16.00 - 18.00 Uhr

Ratzeburg, Am Markt 7

Abenteuer Gott in unserem Alltag

Madelaine Delbrèl ist geprägt von der Erfahrung, dass Gott auf der Straße zu finden ist. Von ihr angeregt, begeben wir uns auf eine ungewöhnliche Spurensuche, um der geistlichen Nahrung zum Durchhalten und Gott in unserem Alltag mehr gewahr zu werden.

Leitung: Silke Meyer

Teilnehmerinnen: mind. 6 | max. 12

Anmeldung bis 12.01. & 27.03.

Donnerstag | **24. 01.** | 18.30 - 20.00 Uhr

Lübeck, Steinrader Weg 11

Vortrag: Lebenselixier Wasser

Wasser ist unser Lebensmittel Nr. 1.

Wir benötigen es zur Aufrechterhaltung

wesentlicher Funktionen unseres

Körpers. Gemessen an dem gesamten

Wasservorkommen auf der Erde beträgt der Anteil des

Trinkwassers nur ca. 0,3%. Dennoch ist der Umgang

mit dieser wichtigen Ressource äußerst bedenklich.

Was ist Wasser? Wie sieht es mit der Qualität unseres

Trinkwassers aus, und welche Möglichkeiten gibt es,

Wasser aufzubereiten und die Trinkwasserqualität zu

verbessern.

Referent: Thomas M. Malow, Dipl.-Ing.

Anmeldung bis 22.01.





Samstag | 26.01. | 23.02. | 16.03. | 13.04. | 11.05. | 08.06. | 20.07. | 10.00 - 12.00 Uhr

Lübeck, Steinrader Weg 11 | für Fortgeschrittene

Clownsabenteurer

Zwei Stunden lang sich selbst spüren, die Wahrnehmung schärfen, atmen, tanzen – hinter der kleinsten Maske der Welt, der roten Nase, ausprobieren, was es heißt, einfach und schlicht auf den Moment zu reagieren. Wir wollen das Abenteuer des Clownin-Seins erleben, Status- und Imaginationsübungen machen, improvisieren und zusammen agieren – und ganz viel lachen. So kann ein „Clownsabenteurer“ eine Kraftquelle sein für den Alltag. Die Vormittage richten sich an Frauen, die bereits Clowns erfahrungen gemacht haben. Sie bauen aufeinander auf, können aber auch jeweils einzeln besucht werden.

Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

Kursleiterin: Bettina Sick-Folchert

www.clowngusti.de

Kosten: 10 € | Anmeldung bei Bettina Sick-Folchert unter info@clowngusti.de oder besifo@posteo.de



Dienstag | 05.02. | 18.30 Uhr

Lübeck, Steinrader Weg 11

Hinter den Berg sehen hilft, die Welt zu verstehen

Nepal, das Land der höchsten Berge der Welt, ist ein Land kulturellen Reichtums. Es gehört jedoch zu den ärmsten Ländern der Welt. In der Women's Foundation Nepal (WFN) sind über 11.000 Frauen zusammengeschlossen. Diese Organisation setzt sich für Frauenrechte ein und bietet Zuflucht für Frauen, die Opfer von Gewalt wurden. Sie erhalten Rechtsbeistand, Beratung und Ausbildung. Finanziert werden diese Projekte u.a. durch die Einkünfte der Produktionskooperative, die der WFN angeschlossen ist.

Martina Göbel vertreibt unter dem Namen „Maheela“ die dort hergestellten, hochwertigen handgewebten Schals. So wird dieses Sozialprojekt nachhaltig unterstützt. Wie kann ein Brückenbau vom Sozialprojekt bis zum internationalen Vertrieb gelingen? Welche Herausforderungen gilt es zu meistern? – Ein Abend über Brückenbau vom Sozialen zum Wirtschaftlichen und zurück.



Referentin: Martina Göbel arbeitete u.a. für den Deutschen Entwicklungsdienst als Organisationsberaterin für die WFN. Über 15 Jahre war sie im Bereich Fundraising der Entwicklungszusammenarbeit im In- und Ausland tätig.

Kostenfrei, Anmeldung bis 30.01.

(oben: Martina Göbel mit Renu Sharma, Gründerin/ Geschäftsführerin der „Women's Foundation Nepal“)

Samstag | 09.02. | 10.00 - 13.30 Uhr

Lübeck, Steinrader Weg 11

Heute treffe ich mich mit mir!

Bemerken, verweilen und Kräfte wecken – Atem, Stimme und Bewegung nach Schlawffhorst-Andersen – ein Weg, mit sich in Berührung zu kommen

Wir sind vielen Anforderungen ausgesetzt, sodass wir uns oft kaum noch spüren. In diesem Kurs werden wir auf eine ganzheitliche Entdeckungsreise gehen. Unser Reiseziel ist, in Berührung mit uns selbst zu kommen, mit begleitenden Atem-, Stimm- und Bewegungsübungen. Mal laut – mit Ton, Text und Tanz. Mal lauschend, bewusst wahrnehmend – den eigenen Atem, die eigene Bewegung, die eigene Stimme erfahrend.

Bitte ratschfeste! Socken oder Schlappchen, bequeme Kleidung, Matte oder Decke mitbringen.

Kursleitung: Kerstin Liesching

Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin nach Schlawffhorst-Andersen, Feldenkraispädagogin Focusingberaterin

Teilnehmerinnen: mind. 6 | max. 10

Kosten: 25 € | Anmeldung bis 04.02.



Donnerstag | 14.02. | 14.00 Uhr

Hauptbahnhof | Hinterausgang Steinrader Weg

ONE BILLION RISING

1 Milliarde Menschen erheben sich weltweit zum Tanz auf öffentlichen Plätzen, um ein starkes Zeichen für die Beendigung von Gewalt gegen Frauen und auch Männer zu setzen.

Weltweit wird jede 3. Frau im Lauf ihres Lebens vergewaltigt oder geschlagen. Statistisch sind dies eine Milliarde Frauen. ONE BILLION RISING FOR JUSTICE ist ein weltweiter Aufruf an alle Frauen und alle, die sie lieben, sich am Valentinstag zu erheben und tanzend ein Zeichen für ein partnerschaftliches Miteinander zu setzen. – Zuvor treffen wir uns zum Üben um 11.00 Uhr im Aranat. Link zum Einüben der Tanzschritte: www.onebillionrising.de/ obr-tanz-videos (auch gerne Freestyle)

Donnerstag | 07.03.

16.30 - 18.30 Uhr

Lübeck, Steinrader Weg 11

Die Kunst, keine perfekte Mutter zu sein

Lesung mit Workshop

Es scheint, als müssten Mütter heutzutage alles gleichzeitig sein: die perfekte Mutter, die perfekte Hausfrau, die perfekte Karrierefrau. Dazu kommen noch die sozialen Medien. Der Druck auf die Mutter von heute ist immens. Aber wer sagt denn, dass wir perfekt sein müssen? –



Niemand, sagt die Lübecker Autorin Nathalie Klüver. In ihrem Buch „Die Kunst, keine perfekte Mutter zu sein. Das Selbsthilfebuch für gerade noch nicht ausgebrannte Mütter“ geht sie nicht nur der Frage nach, woher der Druck kommt und was eigentlich auf ein Burnout hindeutet, sondern gibt auch Tipps, wie man sich kleine und größere Auszeiten verschaffen kann und es schafft, gelassener und ohne Stress durch den Mütteralltag zu kommen. Die Mutter von drei Kindern wird aus ihrem Buch lesen, Tipps zur Alltagsgestaltung geben, Fragen beantworten und zeigen: Wir müssen nicht perfekt sein. Gut genug reicht. Und was das ist, bestimmen wir selbst!

Leitung: Nathalie Klüver, freie Autorin

Bei Bedarf wird eine Kinderbetreuung angeboten.

Kosten: 5 € | Anmeldung bis 04.03.

Sonntag | 10.03. | 10.00 Uhr

Gedächtniskirche Aumühle, Börnsener Straße 25

Gottedienst – feministisch

Leitung: Pastorin Johanna Thode

mit dem Zonta-Club „Sachsenwald“

Dienstag | 18.30 - 20.00 Uhr

12.03. | 26.03. | 02.04. | 16.04.

Lübeck, Steinrader Weg 11

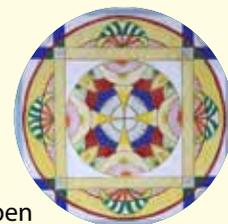
Das Jetzt: Mandala malen im DIN-A3-Format

Tauchen Sie ein in die Welt der Farben und der Formen im Kreis. Zirkel, Lineal, Malutensilien – Meditation, Gespräch und Stille ermöglichen es. Lassen Sie sich berühren, überraschen und inspirieren. Entwickeln und gestalten Sie Ihr eigenes Mandala.

Leitung: Waltraud G. Linnemann, systemischer Coach, Mandala-Malerin

Teilnehmerinnen: mind. 3 | max. 6

Kosten: für 4 Abende 50 € inkl. Materialumlage





Montag | 18.03. | 19.00 Uhr
Lübeck, Steinrader Weg 11
Delegiertenkonferenz
in der Refill-Station
Frauenwerk

Eingeladen sind alle Frauen, die in ihrer Kirchengemeinde eine Gruppe leiten. In diesem Netzwerktreffen wird es thematisch um die Quellen gehen, aus denen Sie für Ihre Arbeit in ihren Gemeinden schöpfen können.

Verantwortlich: Ursula Hauser und Silke Meyer
Anmeldung bis zum 11.03.



Freitag | 29.03.
Donnerstag | 16.05.
17.00 - 19.30 Uhr
Lübeck, Steinrader Weg 11
Drum Circle – im Groove
zur Gemeinschaft

Trommeln für den Frieden – ohne Worte miteinander kommunizieren. Im gemeinsamen Musizieren auf verschiedenen Trommeln und anderen Percussioninstrumenten bringen sich alle auf ihre Art ein und schaffen einen gemeinsamen Groove. Es entsteht eine „Musik aus dem Moment heraus“, bei der Lebensfreude, Kreativität und Gemeinschaft in einer wertschätzenden Atmosphäre erlebbar werden. Auf musikalischer Ebene wird erfahrbar, wie Gemeinschaft gelingen kann, wenn wir aufeinander hören und uns mit unserer Individualität einbringen. Neben einer Menge Spaß können wir uns zwischendurch über anklingende Themen austauschen. Es sind keine Vorerfahrungen nötig.

Leitung: Helga Reihl, Dipl.-Soz.-päd., Systemische Beraterin (SG), Drum Circle Facilitator
Kosten: 12 € | Anmeldung bis 15. 03. & 13.05.



Samstag | 23.03. | 10.00 - 13.00 Uhr
Lübeck, Steinrader Weg 11
für Anfängerinnen
So kann ich auch sein!
Clownsworkshop

Als Clownin die Welt zu erleben, heißt: Ich brauche keine Erwartungen zu erfüllen, ich kann mich darauf verlassen, dass etwas mit mir passiert, wenn ich einfach da bin – achtsam mit meinen Gefühlen und meinem Körper. Wir erleben unsere Lebendigkeit in Bewegung und Spiel, „versteckt“ hinter der kleinsten Maske der Welt, der roten Clownsnase. Eine ganz besondere Entdeckungsreise, bei der es für alle viel zu lachen gibt. Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

Referentin: Bettina Sick-Folchert,
Kosten: 15 € inkl. Imbiss | Anmeldung bis 18.03.
Anmeldung bis 05.03.



Montag | 25.03. | 27.05.
18.00 - 21.00 Uhr
Lübeck, Steinrader Weg 11
Göttlicher Tanz & Schmaus

» Bei allen tiefgreifenden Gedanken war das beste Bild, das für das Wesen Gottes zu finden war, das eines Tanzes, der niemals enden wird, der wie ein Strom dahinfließt. Aber Gott ist kein/e Tänzer/in. Gott ist der Tanz selbst.« R. Rohr

...Und für diese Art Tanz braucht es entsprechende Stärkung.

Verantwortlich: Yasemin Düzen, Silke Meyer
Kosten: 12 € | Anmeldung bis 15.03. & 13.05.





Dienstag | 26.3. | 16.04. | 18.06. | 18.00 Uhr
Lübeck, Steinrader Weg 11

Geschichten aus der Bibel

Sie sind lebendig und spannend – Geschichten von Gott, von Rebekka, Abigail, Susanna, Lydia und von vielen anderen. Im Erzählen werden die Personen plötzlich lebendig, haben uns etwas zu sagen und kommen uns nahe.

Erzählerin: Liane Riemer & Stefanie Messal

Kosten: 5 € | Anmeldung jeweils 3 Tage vorher

Sonntag | 31.03. | 18.00 Uhr

Ev. Kirche in Breitenfelde

Musikalischer Gottesdienst mit Musical „Hoffungsland“

nach dem Musical von J. Werth,
J. Nitsch & H.-W. Schanowski
mit dem Projektchor St. Georg Genin
unter der Leitung von Angelika Meier
& Meinolf Stemmer

Verantwortlich: Silke Meyer



Pilgern vor der Haustür

*„Sorge nicht, wohin dich dein
einzelner Schritt führt;
nur wer weit blickt,
findet sich zurecht.“*

Dag Hammarskjöld

Samstag | 06.04. | 08.45 Uhr | Lübeck Hbf. Vorhalle
Bad Oldesloe-KlosterNütschau-Bad Oldesloe –14 km

Samstag | 11.05. | 08.45 Uhr Lübeck Hbf. Vorhalle
Rund um den Einfeld- und Bordesholmer See
Einfeld-Bordesholm/Klosterkirche (Führung)-Einfeld –
ca.18 km

Samstag | 06.07. | 08.45 Uhr Lübeck Hbf. Vorhalle
Kiel-Preetz auf der Via Jutlandica durchs Schwentinen-
tal – (Führung Kloster Preetz) – 15 km

Wir folgen der alten Tradition des Pilgerns auf einem der Jakobswege, dessen Weisheiten und Möglichkeiten vor allem Frauen in den letzten Jahren wiederentdeckt haben. Wir machen uns jeweils für einen Tag in der Gruppe auf, um einen Weg in unserem Lübecker Umfeld zu entdecken, die schöne Landschaft zu genießen, frische Lebenskräfte zu gewinnen, uns selbst und Gott in seiner Schöpfung zu begegnen. Bei normaler Kondition sind die Strecken gut zu schaffen. Wir nutzen öffentliche Verkehrsmittel (Kleingruppentickets). Fahrtkosten trägt jede selbst. Rückkehr jeweils am Spätnachmittag. Bitte mitbringen: Trinken und Essen für die Pausen, feste Schuhe und angemessene Kleidung, ggf. Regenzeug.

Wegbegleiterinnen: Gisela Bald (0451) 768 03
& Frauke Daniel

Anmeldung unter (0451) 300 86 87 12 oder
frauenwerk-hl@kirche-ll.de bis jeweils 3 Tage vorher
unter Angabe von Adresse, Telefon, E-Mail
(zwecks plötzlicher Absage bei schlechter Witterung)

Donnerstag | 11.04. | 09.30 - 11.30 Uhr
Lübeck, Steinrader Weg 11

Basar-Ideenbörse

Austausch von Informationen, Ideen und Planung,
insbesondere für Frauen, die in den Gemeinden
Basargruppen leiten

Team: Hella Fabricius, Ingeborg Schulz



Mittwoch | 24.04. | 08.05. | 22.05. | 29.05. | 26.06.

16.00 – 19.00 Uhr | Lübeck, Atelier Stavenstraße 35

PROJEKT-ATELIER: ENT- DECKUNGs-ART

„Die Kunst gibt nicht das Sichtbare wieder, sondern macht sichtbar.“

So beschreibt Paul Klee die Verbindung zwischen Kunst und Spiritualität. Angeregt durch biblische Texte suchen wir unter der Überschrift „Zwischen Wasser und Wüste“ schöpferisch-experimentierfreudig das, was künstlerisch-thematisch in diesem Zusammenhang sichtbar werden will.



Leitung: Silke Meyer

Teilnehmerinnen: mind. 4 | max. 10

Anmeldung: bis 12.04.

Samstag | 27.04. | 10.00 – 17.00 Uhr

Lübeck, Steinrader Weg 11

Ich melde mich zu Wort!

Die Debatte mitgestalten

Strategisch oder politisch zu debattieren, schreckt ab und ist reizvoll zugleich. Wie bringe ich mich ein in verschiedenen Gremien? Wie kann ich andere Frauen in dem Gremium unterstützen? Wir wollen uns gegenseitig Mut machen und subtile Botschaften und Strukturen offenlegen.

Der Workshop richtet sich an Frauen, die sich im öffentlichen Raum mit ihren Ideen einbringen wollen, sei es in politischen oder kirchlichen Gremien, sei es in anderen öffentlichen Gruppierungen wie Elternvertretungen, Beiräten, Planungsgruppen, Vereinen etc. Im Wechsel gibt es sowohl Theorie als auch praktische Übungen zur Diskussion.

Referentin: Dr. Annette Vollmer

<http://annettevollmer.de> | Büro für politische Prozesse und Partizipation, Hamburg

Teilnehmerinnen: max. 15 | Anmeldung bis 20.4.

frauenbuero@luebeck.de oder Tel. (0451) 122 16 15

Kosten: 15 € inkl. Mittagimbiss



Donnerstag | 09.05. | 18.00 Uhr

Lübeck, Steinrader Weg 11

Kunst im Erzählalon:

Den Himmel erden

Im Austausch mit der freischaffenden Künstlerin Franziska Koschmidder

Verantwortlich: Silke Meyer

Anmeldung: bis 06.05.



Mittwoch | 15.05. | 09.00 - 18.00 Uhr

Abfahrt: 09.00 Uhr St. Georg Genin

Vom ZOB mit Bus 7 bis Geniner Dorfstr.

Kirchen in Mecklenburg

Unsere Kirchentour in diesem Frühjahr nach Mecklenburg wird anders sein!

Wir fahren gemeinsam in einem Bus mit Gemeindegliedern von St. Georg nach Ludwigslust, um nach der Kirchenführung Mittag zu essen und im Anschluss in der Stadtkirche von Hagenow eine Andacht zu feiern. Wir werden in dieser neugotischen Kirche, die in den 70-er Jahren modern umgebaut wurde, Kaffee trinken und dort auch Hagenowern begegnen.

Leitung: Silke & Hans-Georg Meyer, Hella Fabricius & Ruth Philippzik

Kosten: 45 € (Mittag, Kaffee und Busfahrt inklusive)

Anmeldung bis zum 15. April



Donnerstag | 23.05. | 07.00 Uhr

Reetdach-Brücke in Buchholz am Parkplatz

Fuchsweg 8

Andacht zwischen Himmel und Wellen

Im frühen Tageslicht am Ratzeburger See wollen wir in der Mitte der Woche, zwischen Himmel und Wellen gemeinsam beten, singen und Kraft tanken in der Mitte der Woche. Im Anschluss besteht die Möglichkeit, im Ratzeburger See zu baden, das mitgebrachte Frühstück einzunehmen und miteinander ins Gespräch zu kommen.

Verantwortlich: Hanna Bürger und Silke Meyer

Anmeldung bis 20.05.

Propstei Herzogtum Lauenburg

5

- 02. Mittagspause im *LYDIA* S.32
- 03. | 17. | 24. Kur-Info-Veranstaltung S.39
- 04. **20. LYDIA-FEST** S.34
- 04. Tanzen ist »Beten mit den Füßen« S.27
- 08. | 22. DEIN RAUM S.35
- 09. Netzwerktreffen S.35
- 15. 60 plus – Selbsthilfegruppe in Ratzeburg S.36
- 23. Morgenandacht zwischen Himmel und Wellen S.21
- 24. Familien-Elterncafé S.36
- 27. Kräuter aus Bibel & Volksheilkunde S.28

6

- 01. Tanzen ist »Beten mit den Füßen« S.27
- 05. | 19. 60 plus – Selbsthilfegruppe in Ratzeburg S.36
- 06. Mittagspause im *LYDIA* S.32
- 12. | 26. DEIN RAUM S.35
- 13. Morgenandachten zwischen Himmel und Wellen S.21
- 13. Netzwerktreffen S.35
- 14. | 21. Kur-Info-Veranstaltung S.39
- 28. Familien-Elterncafé S.36

**Regelmäßig stattfindende Gruppen
und Veranstaltungen**

- Frauenfrühstück S.35
- Café für Alle S.36
- Familien-Eltern-Café S.36
- 60 plus – Last oder Lust S.36
- DEIN RAUM S.35

Liebe Frauen,
hier kommt die Programmübersicht
zum Heraustrennen:
Auf der Doppelseite innen
das Programm Lübeck
und auf der Rückseite
das Programm Lauenburg –
für die Pinnwand.

Propstei Lübeck

Propstei Lübeck

1

- 14. Frauen glauben und fragen *S. 9*
- 16. Abenteuer Gott im Alltag *S. 11*
- 15. Netzwerktreffen *S. 10*
- 19.-20. Weltgebetstags-Werkstatt/ Bäk *S. 8*
- 24. Vortrag: Lebenselixier Wasser *S. 11*

2

- 04. Internationales Frühstücksbüffet *S. 41*
- 05. Hinter den Berg sehen hilft, die Welt zu verstehen *S. 12*
- 09. Heute treffe ich mich mit mir! *S. 13*
- 11. Frauen glauben und fragen *S. 9*
- 14. ONE BILLION RISING- Weltweite Tanzaktion *S. 14*
- 14. Menü und Meinung II *S. 41*
- 19. Netzwerktreffen *S. 10*

3

- 01. Weltgebetstags-Gottesdienst *S. 8*
- 04. Internationales Frühstücksbüffet *S. 41*
- 07. Die Kunst, keine perfekte Mutter zu sein *S. 14*
- 11. Internationaler Frauentag *S. 42*
- 11. Frauen glauben und fragen *S. 9*
- 12. | 26. Das Jetzt: großformatige Mandalas malen *S. 15*
- 15. Mit Zeitmanagement souveräner durch den Tag *S. 10*
- 18. Delegiertenkonferenz *S. 16*
- 19. Netzwerktreffen *S. 10*
- 19. Abenteuer Gott im Alltag *S. 11*
- 23. So kann ich auch sein! – Clownsworkshop *S. 17*
- 25. Göttlicher Tanz & Schmaus *S. 17*
- 26. Geschichten aus der Bibel *S. 18*
- 29. Drum Circle – Im Groove zur Gemeinschaft *S. 16*

4

- 01. Internationales Frühstücksbüffet *S. 41*
- 02. | 16. Das JETZT in großformatigen Mandalas *S. 15*
- 02. Abenteuer Gott im Alltag *S. 11*
- 06. Pilgern vor der Haustür *S. 19*
- 11. Basar-Ideenbörse *S. 19*
- 11. Hallo Frühling *S. 42*
- 16. Geschichten aus der Bibel *S. 18*
- 22. Gottesdienst St. Petri 18.00 Uhr *S. 7*
- 23. Netzwerktreffen *S. 10*
- 24. PROJEKT-ATELIER: ENT- DECKUNGs-ART *S. 20*
- 27. Ich melde mich zu Wort! Die Debatte mitgestalten *S. 20*

5

- 06. Internationales Frühstücksbüffet *S. 41*
- 08. | 22. | 29. PROJEKT-ATELIER: ENT- DECKUNGs-ART *S. 20*
- 09. KUNST im Erzählalon: DEN HIMMEL ERDEN *S. 21*
- 11. Pilgern vor der Haustür *S. 19*

- 13. Frauen glauben und fragen *S. 9*
- 15. Kirchen in Mecklenburg *S. 21*
- 16. Drum Circle – im Groove zur Gemeinschaft *S. 16*
- 17. Kultureller Ausflug - Auf den Spuren von Frauen *S. 42*
- 20. Kräuter aus Bibel & Volksheilkund *S. 28*
- 21. Netzwerktreffen *S. 10*
- 26. Gottesdienst St. Petri *S. 7*
- 27. Göttlicher Tanz & Schmaus *S. 17*
- 30. Himmlisches Wasser *S. 28*

6

- 03. Internationales Frühstücksbüffet *S. 41*
- 06. Kräuter aus Bibel & Volksheilkunde *S. 28*
- 15. Kirchentour in Mecklenburg *S. 21*
- 18. Netzwerktreffen *S. 10*
- 21. Gesehen und gehört werden – Öffentlichkeitsarbeit für ehrenamtlich engagierte Frauen *S. 29*
- 24. Frauen glauben und fragen *S. 10*
- 26. PROJEKT-ATELIER: ENT- DECKUNGs-ART *S. 20*
- 30. Gottesdienst St. Petri *S. 7*

7

- 06. Pilgern vor der Haustür *S. 19*
- SOMMERPAUSE
- 28. Gottesdienst St. Petri *S. 7*

VORANKÜNDIGUNG

26.8. – 28.8. Das Spiel der Elemente – Ein Ferienkurs mit Maskenbau und Maskenspiel in Hof Medewege, Schwerin

Regelmäßig stattfindende Gruppen und Veranstaltungen

- Frauen in der Mitte (des Lebens) *S. 33*
- Bauchtanz *S. 31*
- Frau Trifftsich *S. 31*
- Gymnastikgruppe *S. 31*
- Clownsabenteuer *S. 12*
- Spiel-Nachmittage *S. 31*
- Internationale Frauengruppe *S. 43*
- Internationale Nähgruppe *S. 43*
- Englischkurs *S. 43*



Propstei Herzogtum Lauenburg

1

- 03. Mittagspause im *LYDIA* S.32
- 04. Strickspaß S.37
- 09. | 23. DEIN RAUM S.35
- 10. Netzwerktreffen S.35
- 12. Ausgestaltung des WGT-Gottesdienstes S.8
- 12. Tanzen ist »Beten mit den Füßen« S.27
- 16. 60 plus – Selbsthilfegruppe in Ratzeburg S.36
- 25. Familien Elterncafé S.36
- 27. Gottesdienst zum Gedenktag für die Opfer des Nationalsozialismus S.6
- 30. Zusammennähen S.34

2

- 01. Strickspaß S.37
- 01. | 08. Kur-Info-Veranstaltung S.39
- 02. Tanzen ist »Beten mit den Füßen« S.27
- 06. | 20. 60 plus – Selbsthilfegruppe in Ratzeburg S.36
- 07. Mittagspause im *LYDIA* S.32
- 13. | 27. DEIN RAUM S.35
- 14. Netzwerktreffen S.35
- 22. Familien-Elterncafé S.36
- 27. Zusammennähen S.34

3

- 01. Strickspaß S.37
- 01. | 08. | 22. Kur-Info-Veranstaltung S.39
- 02. Tanzen ist »Beten mit den Füßen« S.27
- 06. | 20. 60 plus – Selbsthilfegruppe in Ratzeburg S.36
- 07. Mittagspause im *LYDIA* S.32
- 08. Internationales Frauenfrühstück S.32
- 10. Gottesdienst feministisch S.15
- 13. Zusammennähen S.34
- 13. | 27. DEIN RAUM S.35
- 14. Netzwerktreffen S.35
- 22. Familien-Elterncafé S.36
- 31. Musical Hoffungsland S.18

4

- 01. | 15. Abenteuer Gott im Alltag S.11
- 03. | 17. 60 plus Selbsthilfegruppe in Ratzeburg S.36
- 04. Mittagspause im *LYDIA* S.32
- 05. Strickspaß S.37
- 05. | 12. | 26. Kur-Info-Veranstaltung S.39
- 06. Tanzen ist »Beten mit den Füßen« S.27
- 10. Zusammennähen S.34
- 10. | 24. DEIN RAUM S.35
- 11. Netzwerktreffen S.35
- 26. Familien-Elterncafé S.36

Erster Samstag im Monat

12.01. | 02.02. | 02.03. | 06.04. | 04.05. | 01.06.

jeweils 19.30 -21.00 Uhr

Ratzeburg, Petri-Forum, Am Markt 7

Tanzen ist »Beten mit den Füßen«

Ausgelassen – Traditionell – Meditativ

Sich im Tanz an die Kraft der Erde, des Himmels und des „Jetzt“ anzuschließen, vorwärts und rückwärts zu schreiten, zu wiegen, sich nach außen und wieder nach innen zu drehen, auch mal für einen Moment die Orientierung zu verlieren und sich im Kreis mit den anderen Menschen wieder in den Fluss der Bewegung einzufinden, das alles kann zu einem erfrischenden, freudvollen – auch meditativen Erlebnis beim Tanzen im Kreis geschehen.

Es bedarf keines Tanzpartners, aber Sie dürfen gerne einen mitbringen. Bequeme Tanzschuhe und etwas zu trinken bitte nicht vergessen!

Tanzanleitung: Ursula Friedenstab

Info/Anmeldung:(04541) 879691 | Kosten/Abend 10€

Wichtig: Für die Terminbestätigung vorher anrufen!



**Montag | 27.05.**

15.30 - 17.30 Uhr

Ratzeburg, Treffpunkt:

Schwimmbad Fischerstraße

Donnerstag | 06.06.

15.30 - 17.30 Uhr

Lübeck, Treffpunkt: Refill-Station

am Elbe-Lübeck- Kanal

**Kräuter aus Bibel & Volksheilkunde,
die am Wasser unserer Gegend wachsen**

Beim Wandern am Elbe-Lübeck- Kanal und Ratzeburger See, möchten wir die heimischen Wildkräuter kennenlernen, die früher als Heilpflanzen oder zur Ernährung genutzt wurden. Im Anschluss gibt es die Möglichkeit, herzhaftes Kostproben aus Kräutern zu probieren.

Referentin: Elisabeth Kreimer

Teilnehmerinnen: mind. 6 | max. 15

Kosten: 7 € | Anmeldungen bis 20.5. und 31.05.

IN PLANUNG:

Donnerstag | 30.05. bis**Sonntag | 02.06.****Himmliches Wasser**

Zwischen Himmelfahrt und Exaudi wird es in der „Fachstelle Ökumene und Gerechtigkeit“ – gemeinsam mit Frauenwerk, Flüchtlings- und Ökumenearbeit – einen musikalischen Pilgerweg geben. Es geht dabei in ganzheitlicher Weise um den friedensstiftenden, gerechten Umgang mit Wasser. An den vier Tagen gibt es an vier Orten je einen Chorworkshop mit Anders Nyberg. Anders war in seiner Weise, mit einem Chor zu arbeiten, der Ideengeber für die Chorarbeit im bekannten Film „Wie im Himmel“. Mit ihm zusammen können vier Projektchöre an einem Tag ein Repertoire für ein kleines Chorkonzert einstudieren, das abends in der jeweiligen Gemeinde zum Besten gegeben wird. Wer Lust hat, pilgert von einem Konzertort zum nächsten. Wer gestern noch selber



sang, hört heute zu. Am Sonntag Exaudi ist der letzte Chor-Workshop in Travemünde und abschließend ein Konzertevent, mit allen, die an den Tagen mitgesungen haben und Zeit finden, in Travemünde gemeinsam zu singen und zu feiern.

Es geht um das saubere Wasser, das jeder durstende Mensch nach Gottes Willen umsonst bekommen können soll. Für jede_n Durstige_n ist sauberes Trinkwasser himmlisch. Wir alle brauchen es. Wasser darf kein Luxusartikel werden. Und wir müssen das Trinkwasser schützen, denn es ist die Quelle allen Lebens. Auf dem Pilgerweg werden wir erfahren, wie himmlisch erquickend das Trinken von Wasser ist. Begleitend gibt es Projekte, die die Bedeutung von Wasser für ein gutes, spirituelles, gerechtes und friedliches Miteinander erfahrbar machen.

Verantwortlich: Rolf Martin & Team**Freitag | 21.06 |** 14.00 - 19.00 Uhr

Lübeck, Bäckerstraße 3-5

Gesehen und gehört werden

Öffentlichkeitsarbeit für engagierte Frauen in verschiedenen Ehrenämtern, u.a. der Kommunalpolitik, in Initiativen oder auch im kirchlichen Kontext

Sie haben es nicht immer leicht, sich in der Öffentlichkeit Gehör zu verschaffen. Ein kompetenter Umgang mit Journalist*innen, Medien und anderen Zielgruppen der Öffentlichkeitsarbeit erhöht die Chance, Aufmerksamkeit auf eigene Anliegen zu lenken. Der Workshop richtet sich an Frauen, die ihr ehrenamtliches Engagement in der Kommune und Gemeinde aktiv gestalten wollen und dafür Grundlagenwissen in der Öffentlichkeitsarbeit brauchen. An Beispielen der Teilnehmerinnen wird erarbeitet, wie Sie die richtige Ansprechperson finden, welche Erwartungen und Wünsche z. B. Journalist*innen haben, wie Sie ein Thema aktuell oder langfristig aufbauen, welche Kanäle außer der Lokalpresse nutzbar sind und wie Sie Pressemitteilungen, Infobriefe und Pressegespräche sinnvoll gestalten. Da Sichtbarkeit in Social Media



immer wichtiger wird, erhalten Sie auch Impulse für Ihre eigene Präsenz in Sozialen Medien.

Referentin: Karin Zintz-Volbracht, Kommunikations-Beraterin und Coach (www.coaching-volbracht.de | www.inmedia-coaching.de), zuvor 20 Jahre lang Redakteurin bei Tageszeitungen, Hörfunk und der Deutschen Presse-Agentur dpa.

Teilnehmerinnen: max. 16

Anmeldung bis zum 17.6. bei:

frauenbuero@luebeck.de oder (0451) 122-1615

Kosten: 15 €

VORANKÜNDIGUNG

Montag | 26.08. | 18.00 Uhr bis **Mittwoch | 28.08.** | 16.00 Uhr | Hof Medewege | Schwerin | Hauptstr. 12

Das Spiel der Elemente

Ein Ferienkurs mit

Maskenbau und Maskenspiel

In diesen Sommertagen sind Sie eingeladen, dem Lied der Erde zu lauschen: dem Wispern des Wassers, dem Knistern des Feuers, dem Raunen des Sommerwindes, dem Duft der Wiesen.

Der thematische Schwerpunkt dieses Seminars liegt auf dem Erleben der Elemente Wasser, Erde, Feuer und Luft - um Sie herum und in Dir. Du begegnest Deinen Emotionen im Wasser, Deinem Geist im Feuer, Deinen Gedanken in der Luft und Deinem Körper im Element Erde. Methoden aus der Naturerfahrung, LandArt und Ritualarbeit werden uns dabei begleiten. Das Element, das Dich am meisten anspricht, lässt Du in eine Ton-Form fließen. Diese Ton-Form wird dann kaschiert und als Papierlarve geboren. Sie wird weitergestaltet und im Tanz als Maskenwesen lebendig. Das Spiel der Elemente beginnt!

Referentin: Birke Knopp, Pädagogin, Gestalttherapeutin, Wandlungskünstlerin

Verantwortlich: Silke Meyer

Teilnehmerinnen: mind. 8 | max. 12

Kosten: 180 € | Anmeldung bis 03.08.



Jeden Montag | 10.00 - 12.00 Uhr

Lübeck, Steinrader Weg 11

Sanfte Gymnastik tut Frauen gut

Die Gymnastikgruppe hat wieder freie Plätze!

Leitung: Gesine Bothe

Anmeldung erbeten: (0451) 252 13

Mittwoch | 15.30 - 17.30 Uhr

09.01. | 13.02. | 13.03. | 10.04. | 08.05. | 12.06.

Lübeck, Steinrader Weg 11

Spiel-Nachmittage

Frauen, die Lust haben den Nachmittag gemeinsam zu verbringen, sind herzlich willkommen.

Verantwortlich: Ruth Philippzik und Margrit Albrecht

Jeden Mittwoch | 18.00 - 19.00 Uhr

Lübeck, Steinrader Weg 11

Bauchtanz

Bauchtanz macht nicht nur Spaß, sondern trainiert auf sanfte Weise den ganzen Körper. Mitzubringen sind Freude an Tanz und Bewegung – Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Leitung: Ruth Jessen, Kosten: jeweils 6 €

Anmeldung erbeten: (0451) 30 86 22

oder chrrissim2@gmx.net

Jeden ersten Samstag im Monat | 17.00 - 19.00 Uhr

Lübeck, Steinrader Weg 11

Frau Trifftsich

Gemeinsam sind wir aktiv-neugierig-offen und unterstützen uns in allen Bereichen. Frauen, die Lust haben, ihre Freizeit gemeinsam zu verbringen, sind herzlich willkommen.

Verantwortlich: Ingrid Pein



LYDIA – Veranstaltungscafé des Frauenwerks
Ratzeburg, Petri-Forum, Am Markt 7

»Tun tut gut!«

Das LYDIA-Team freut sich über jede Frau, die sich engagieren möchte. Unser Frauenfrühstück, unser Suppentag und unsere Aktionen im LYDIA brauchen viele helfende Hände. Für den Einkauf, das Vorbereiten des Frühstücks, das Aufräumen oder das Betreuen unserer Gäste engagieren sich Frauen im LYDIA ehrenamtlich. Haben Sie Lust, in unserem Team mitzuarbeiten? Sprechen Sie uns an, wir freuen uns sehr über Ihr Interesse.

Koordinatorin des LYDIA-Veranstaltungscafé des Frauenwerkes: Christine Nolze (04541) 88 93 37

Donnerstag | 12.00 - 14.00 Uhr
**03.01. | 07.02. | 07.03. | 04.04.
02.05. | 06.06.**

Mittagspause im LYDIA

Jeden ersten Donnerstag im Monat ist Suppentag im LYDIA. Dieses Angebot wird von ehrenamtlichen Frauen gestaltet und durchgeführt. Genießen Sie Ihre Mittagspause bei wechselnd frischer Tagessuppe aus dem internationalen Rezepte-Repertoire und leckerem Dessert vom Buffet.



Freitag | **08.03.** | 10.00 - 12.00 Uhr

Internationales Frauenfrühstück

Weltweit wird an diesem Tag der Internationale Frauentag von Frauenorganisationen begangen.

Gastrednerin: Elke Hagenah, Gleichstellungsbeauftragte des Kreises Herzogtum Lauenburg
Alle Frauen sind herzlich eingeladen.

REGELMÄSSIGE GRUPPEN

Jeden Montag

19.00 - 21.00 Uhr
Ratzeburg,
Altes Pastorat,
Wedenberg 9,
Ev. Luth. Kirchengemeinde
St. Georgsberg



Chor Cantalydie

Der Chor trifft sich zum gemeinsamen Musizieren und Proben für Auftritte. Alle Frauen, die Freude am Chorsingen haben, sind eingeladen, sich uns anzuschließen. Voraussetzung ist nicht die musikalische Vorbildung oder die Zugehörigkeit zu einer Kirche, sondern der Spaß am Singen und an der Gemeinschaft. Der Jahresbeitrag der Chorleiterinnen beträgt 45 €, Mehr Informationen: (04541) 88 93 37 oder Frauenwerk-rz@kirche-LL.de

Leitung: Desirée Buxel-Krohn, Musiklehrerin am Marion-Dönhoff-Gymnasium in Mölln

Jeden ersten Montag im Monat | 16.00 - 18.00 Uhr
Lübeck, Steinrader Weg 11

Frauen in der Mitte (des Lebens)

In dieser offenen Runde gehen wir dem Fragenpektrum nach, wie sich die eigenen Werte, Wünsche, Einstellungen und das persönliche Verhalten in dieser Lebensphase verändern und erneuern. Wir diskutieren jeweils vertiefend einen Themenschwerpunkt und tauschen uns über unsere Erfahrungen aus, was uns in der Mitte des Lebens bewegt und welche Chancen für Veränderungen wahrgenommen werden können.

Leitung: Christine Nolze, Mediatorin und systemische Prozessberaterin



Mittwoch | 15.00 -18.00 Uhr
30.01. | 27.2. | 13.03. | 10.04.

Zusammennähen Gemeinsam gestalten und nähen

Wir freuen uns über die Teilnahme von vielen Frauen, auch wenn nicht alle nähen können. Es wird gestaltet, geschnitten, gemessen und genäht. Wer Lust hat mitzumachen ist herzlich willkommen. Bitte Teilnahme anmelden.

Leitung: Christine Nolze

Infos und Anmeldung: (04541) 88 93 37



Samstag | **04.05.**

20. LYDIA-Fest

Wir laden alle Freunde und Freundinnen des Frauenwerkes herzlich ein, unser 20-jähriges Jubiläum im Rahmen einer ganztägigen Veranstaltung mit uns zu feiern. Es erwartet Sie ein buntes musikalisches Programm, kulinarischer Genuss und geselliges Beisammensein. Bitte beachten Sie auch die Ankündigungen im Frauenwerk und in der Presse.

Wussten Sie schon?
 Diese Gruppen finden Sie auch bei uns
 im LYDIA-Veranstaltungscafé:

Jeden 2. Donnerstag im Monat | 09.30 – 11.30 Uhr

Info-Point. Netzwerktreffen für Berufs- und Wiedereinsteigerinnen

Diese Veranstaltungen sind eine Kooperation mit den hauptamtlichen Gleichstellungsbeauftragten und dem Ev. Frauenwerk Lübeck-Lauenburg und bietet

Frauen eine angenehme und vertrauliche Atmosphäre im LYDIA-Veranstaltungscafé. Sie erhalten Information, Austausch und interessante Beiträge zu beruflichen Themen. Die Teilnahme ist kostenfrei.

10.01. Durchstarten im neuen Jahr

14.02. Kurzpräsentation

14.03. Bewerbungsgespräche

11.04. Alte Erfahrungen – Neues Glück

09.05. Kommunikation

13.06. Körpersprache



Jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat

18.00 -20.00 Uhr

09.01. | 23.01. | 13.02. | 27.02. | 13.03. | 27.03.

10.04. | 24.04. | 08.05 | 22.05. | 12.06. | 26. 06.

Dein Raum

Sei herzlich eingeladen und nimm dir deinen Raum für Entschleunigung. Gemeinsam nehmen wir uns Zeit, die innere Achtsamkeit zu entdecken. Sie fördert die Fähigkeit sich selbst frühzeitiger und deutlicher wahrnehmen zu können - sich seiner selbst sicherer zu werden. Raus aus dem Funktionieren hin zum eigenen Wollen - hin zum eigenen Sein. Dieses Angebot richtet sich an Frauen jeden Alters. 2x im Monat ist **Dein Raum** für dich offen.

Kosten: 30 € mtl. oder einmalig 300 €

Info und Anmeldung:

(038875) 639607 oder

0157 58852214

ingridfuchs-hakomi@web.de



Montag und Mittwoch

10.00 - 12.00 Uhr

Frauenfrühstück

Ehrenamtliche Frauen bereiten ein reichhaltiges Frühstücksbuffet.





Café für Alle

Donnerstag | 15.00 - 17.00 Uhr

Zum Kaffeetrinken in geselliger Runde sind an diesem Nachmittag alle herzlich eingeladen.

BITTE BEACHTEN SIE:

22.04. Ostermontag Kein Frauenfrühstück!

30.05. Christi Himmelfahrt Kein Kaffeetrinken!

10.06. Pfingstmontag Kein Frauenfrühstück!

Jeden 4. Freitag im Monat | 09.30 – 11.30 Uhr

25.01. | 22.02. | 22.03. | 26.04. | 24.05. | 28.06.

Familien-Elterncafé

Offenes und kostenfreies fff-Elterncafé.

Im Café-Bereich sitzen Väter und Mütter gemütlich zusammen und tauschen sich über schlaflose Nächte, schöne Erfahrungen oder brennende Erziehungsfragen aus.

Leitung: Petra Cosmilla,
Sozialpädagogin und
Pflegermutter



Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat

15.00 Uhr

16.01. | 06.02. | 20.02. | 06.03. | 20.03.

03.04. | 17.04. | 15.05. | 05.06. | 19.06.

60 plus – Last oder Lust

Selbsthilfegruppe in Ratzeburg

Endlich Zeit oder vielleicht zu viel? Mehr Ansprüche an die Partnerschaft oder mehr Reibungspunkte? Das Alleinleben akzeptieren oder an alternative Wohnformen denken? Dies und vieles mehr sind Themen, die Menschen in ihrem neuen Lebensabschnitt bewegen und über die sie sich mit anderen austauschen.

Info und Anmeldung:

I. Rechtenbach (04536) 8906991

Freitag | 04.01. | 01.02. | 01.03. | 05.04.

15.00 -17.00 Uhr

Strickspaß

Hier treffen sich Frauen zum gemeinsamen Stricken. Sie erhalten neue Impulse für Ihre nächsten Strickprojekte und tauschen sich bei Kaffee und Kuchen über Ihre Erfahrungen aus.

Leitung: Lydia Fischer



Liebe Freundinnen und Interessierte!

Das LYDIA – Veranstaltungscafé des Frauenwerks wird unterstützt durch einen Förderkreis. Jede/jeder kann Mitglied werden. Der Mindestbeitrag beträgt jährlich 24 €. Auch Einzelspenden sind willkommen. Spendenbescheinigung auf Wunsch.

Kreissparkasse Herzogtum Lauenburg

IBAN: DE48 2305 2750 0086 0400 11

Verwendungszweck:

RT: 1210000002-132003-40460



FRAUENGESUNDHEIT- MÜTTERGENESUNG
Lübeck · Steinrader Weg 11 | Ratzeburg · Am Markt 7

Sie sind erschöpft, ausgebrannt und fühlen sich zerrieben zwischen Haushalt, Kind, Beruf und Familie? Wir helfen Ihnen gerne weiter !

Kostenlose Beratung

Unabhängig von Konfession und Herkunft vermitteln wir speziell auf die Bedürfnisse von Müttern und Vätern zugeschnittene **Mütter-/Mutter-Kind-Kuren** und **Vater-Kind-Kuren**. Wir beraten Sie und unterstützen Sie bei allen Fragen rund um die Kur. Sprechen Sie uns an!

Angelika Lichtenthäler

Montag 14.00-16.00 Uhr

Donnerstag 10.00-12.00 Uhr

Freitag in Ratzeburg
nach Vereinbarung
(Einzelberatung)
(0451) 300 86 87 15



Durch Informationen und intensive Kurvorbereitung begleiten wir Sie auf Ihrem Weg zu einer Vorsorge- maßnahme. In der Beratung klären wir gemeinsam mit Ihnen Ihre derzeitige Lebenssituation und welche gesundheitlichen Belastungen Sie haben. Wir informieren Sie umfassend über das Antragswesen und die Finanzierung einer Kurmaßnahme, über Kurkonzepte, Kureinrichtungen, spezielle Angebote und Kinderbetreuung.

Kur-Infoveranstaltung

Die häufigsten Fragen rund um eine Mütter-/ Mutter-Vater-Kind-Kur

- Wie läuft es mit dem Antragsverfahren?
- Wer hat Anspruch auf eine Kur?
- Wie wird die Kur beantragt?
- Wer finanziert die Vorsorgemaßnahme?
- Was passiert in einer Kur?
- Was passiert mit meinen Kindern?
- Meine Kur wurde abgelehnt – was soll ich tun?

Die Antragsunterlagen erhalten Sie gleich bei Bedarf. Die Teilnahme ist kostenlos. Anmeldung erbeten

Leitung: Angelika Lichtenthäler

Montag | 15.00 - 17.00 Uhr

Lübeck, Steinrader Weg 11

04.02. | 11.02. | 18.02. | 04.03. | 11.03. | 25.03. | 01.04. | 08.04. | 15.04. | 29.04. | 06.05. | 13.05. | 03.06. | 10.06.

Donnerstag | 10.00 -12.00 Uhr

Lübeck, Steinrader Weg 11

07.02. | 14.02. | 21.02. | 07.03. | 14.03. | 21.03. | 04.04. | 11.04. | 25.04. | 02.05. | 16.05. | 23.05. | 06.06. | 20.06

Freitag | 09.30 -11.30 Uhr

Ratzeburg, Petri-Forum, Am Markt 7

01.02. | 08.02. | 01.03. | 08.03. | 22.03. | 05.04. | 12.04. | 26.04. | 03.05. | 17.05. | 24.05. | 14.06. | 21.06.



Auf persönliche Einladung:

Gespräche nach der Kur

Sie informieren uns über Ihre Erfahrungen in der Kurklinik. Gemeinsam überlegen wir, wie Sie den Erfolg Ihrer Kurmaßnahme nachhaltig sichern und stabilisieren, wie Sie die Erfahrungen aus der Kurmaßnahme im Alltag umsetzen können und was für Hilfe und Unterstützung Sie noch benötigen. Ziel ist es, den begonnenen Prozess eines veränderten Umgangs mit Lebensproblemen im Alltag weiter zu begleiten und nachhaltig zu festigen.

Leitung: Angelika Lichtenthäler



Vom 05.05. bis 20.05.2019

findet die alljährliche

Haus- und Straßensammlung des MÜTTERGENESUNGSWERKS statt.

Es gibt viele Möglichkeiten, das Müttergenesungswerk durch Ihr persönliches Engagement zu unterstützen. Helfen Sie uns, Müttern und ihren Kindern zu helfen, denn nichts wächst und gedeiht ohne sie – die MÜTTER!

Werden Sie aktiv und unterstützen Sie die Arbeit des Müttergenesungswerks!
Jede Aktion – ob klein oder groß – hilft!
Wenn Sie Interesse haben mitzuhelfen, melden Sie sich bitte im Büro – wir freuen uns . . .

Informationen unter 0451/ 300 86 87 15
oder Frauenwerk-hl@kirche-ll.de



INTERKULTURELLE FRAUENARBEIT

Lübeck · Steinrader Weg 11

Veranstaltungen der Interkulturellen Arbeit in Trägerschaft der Gemeindediakonie.
Die Veranstaltungen richten sich an Frauen aus » aller Frauen Länder «

Beratung und Anmeldung:

Montag+Donnerstag 10.00-12.00 Uhr

Donnerstag+Freitag 14.00-18.00 Uhr

Yasemin Düzen (0451) 300 86 87 13

Jeden ersten Montag im Monat | 10.00 Uhr

04.02. | 04.03. | 01.04. | 06.05. | 03.06.

Lübeck, Steinrader Weg 11

Internationales Frühstücksbüffet

Gemeinsam wollen wir einmal im Monat ein Frühstücksbüffet mit internationalen Speisen vorbereiten und essen. Dabei tauschen wir uns über die jeweilige Nation aus und lernen einander kennen.

Anmeldung: Yasemin Düzen (0451) 300 86 87 13



Donnerstag | 14.02. | 18.00 Uhr

Lübeck, Steinrader Weg 11

Menü und Meinung II

Herzliche Einladung zum Überraschungsmenü- zum gemeinsamen essen und über elementare gesellschaftspolitische Fragen mit engagierten Frauen und aktiven Politikerinnen der Hansestadt diskutieren. Wir leben im Überflusses von Lebensmitteln. Alternative Ideen zum Massenkonsum werden vorgestellt.

Moderation: Anke Kock

Anmeldung: Yasemin Düzen (0451) 300 86 87 13



Montag | 11.03. | 10.00 - 13.00 Uhr

Lübeck, Steinrader Weg 11

Internationaler Frauentag

„Wer sich nicht bewegt, spürt seine Grenzen nicht“

Ein frauenpolitisches Frühstücksfernsehen

Wir werden einen Film sehen, der anregt, bewegt, unseren Blick öffnet zu neuen Horizonten und uns im Anschluss dazu austauschen.

Moderation: Anke Kock.

Anmeldung: Yasemin Düzen (0451) 300 86 87 13

Donnerstag | 11.04. | 14.30 Uhr

Hallo Frühling

Du sehnst dich nach Grün? Alles öde ohne Blumen? Lass uns gemeinsam den Frühling in die Wohnung holen. Unter fachkundiger Anleitung gestalten und werkeln wir wie eine Floristin. Bring einfach ein bisschen Sonnenschein mit und lass dich überraschen.

Referentin: Ulrike Glücks,
Floristin und Fachberaterin

Anmeldung:

Yasemin Düzen

(0451) 300 86 87 13



Freitag | 17.05. | 14.00 - 18.00 Uhr

Lübeck, Steinrader Weg 11

Kultureller Ausflug –

Auf den Spuren von Frauen

7. Stadtspaziergang mit neugierigen Frauen zu engagierten Frauen. Wir besuchen Lübeckerinnen, die etwas bewegen und bewirken. Wir erfahren von ihrem Engagement für Lübeck, ihren neuen Ideen und gesellschaftlichen Aufgaben. Türen dieser Stadt öffnen sich für uns und so entdecken wir die Stadt in der wir leben auf ganz neue Weise. Bequeme Schuhe sind erwünscht.

Referentin: Anke Kock

Anmeldung: Yasemin Düzen (0451) 300 86 87 13



Jeden Montag | 10.00 - 12.00 Uhr

Internationale Frauengruppe

Frauen aus vielen Ländern treffen sich zum gemeinsamen Frühstück, Erfahrungsaustausch und zur Organisation von Aktivitäten.

Jeden Donnerstag | 14.00 -17.00 Uhr

Nähgruppe – Kurs I

Jeden Freitag | 14.00 -17.00 Uhr

Nähgruppe – Kurs II



In der Nähgruppe erhalten Frauen die Gelegenheit zu schneidern, sich auszutauschen, gemeinsam eine fröhliche Zeit zu verbringen.

Leitung: Leyla Onat, Yasemin Düzen

Jeden Donnerstag | 10.00 – 12.00 Uhr

Interkultureller Englischkurs für Frauen

Anfängerinnen lernen mit uns Englisch in Theorie und praktischer Anwendung – in lockerer Atmosphäre

Kursleiterin: Rania Kawakbi

Anmeldung: Yasemin Düzen (0451) 300 86 87 13

Erster Donnerstag im Monat | 14.30-16.30 Uhr

Kleine Bibliothek

Buchausleihe – Austausch – Gespräch

Frauen können sich Bücher in türkischer und deutscher Sprache ausleihen. Im Anschluss ist im Gespräch ein Austausch möglich.



Anmeldung und Informationen

Leitung : **Silke Meyer** · smeyer@kirche-ll.de

Ratzeburg : Mo 9.00 – 13.00 Uhr

Lübeck: Di 9.00 – 13.00 Uhr und nach Absprache

Lübeck Steinrader Weg 11 · 23558 Lübeck

Telefon (0451) 300 86 87 12

Fax (0451) 300 86 87 20

frauenwerk-ll@kirche-ll.de

Büro: **Angelika Lichtenthäler**
Annette Brodderek

Montag bis Donnerstag 10.00 – 13.00 Uhr

Mittwoch 14.00 – 16.00 Uhr

Müttergenesung: **Angelika Lichtenthäler**

Telefon (0451) 300 86 87 15

Interkulturelle Frauenarbeit: **Yasemin Düzen**

Telefon (0451) 300 86 87 13

Hzgt. Lauenburg Am Markt 7 · 23909 Ratzeburg

Telefon (04541) 88 93 37

Fax (04541) 88 93 39

frauenwerk-rz@kirche-ll.de

Büro: **Kerstin Knickrehm**

Montag, Dienstag und Donnerstag 09.30 -12.00 Uhr

LYDIA – Veranstaltungscafé des Frauenwerks

Am Markt 7

Christine Nolze

Montag und Mittwoch 09.00 -12.00 Uhr

Telefon (04541) 88 93 37

lydia-cafe@kirche-ll.de

Aktuelle Informationen zu unserer Arbeit können Sie jeweils telefonisch erfragen oder auf unserer Homepage entdecken:

www.frauenwerk-luebeck-lauenburg.de

Bankverbindung:

Kreissparkasse Herzogtum Lauenburg | BIC: NOLADE21RZB

IBAN: DE52 2305 2750 0086 0400 11 | Stichwort: Frauenwerk