

Frauen für Frauen
Burgenland

Josef Nr. 5/2011

JOSEFA

Veranstaltungen Herbst 2011



Vereinsnews

Liebe LeserInnen!

Sie halten, wie in jedem September, die Herbstausgabe der JOSEFA in Ihrer Hand. Diese Programmzeitung ist wieder recht umfangreich geworden, so wie die Vereinsaktivitäten und Angebote unserer Beratungsstellen.

Im ersten Quartal 2011 hat eine Auswertung der AMS-Fragebögen zur Erhebung der Kundinnenzufriedenheit über die arbeitsmarktpolitische Beratung allen burgenländischen Frauenberatungsstellen die Note 1,25 eingebracht. Dies entspricht den persönlichen Rückmeldungen der Klientinnen und Gruppen- bzw. Kursteilnehmerinnen. Der wertschätzende Umgang, die Empathie gegenüber den Frauen in ihren jeweils speziellen Lebenslagen sowie Wissen und Erfahrung der Beraterinnen werden burgenlandweit hoch geschätzt.

Zurzeit werden alle burgenländischen Frauen-, Mädchen- und Familienberatungsstellen im Auftrag der Landesamtsdirektion auf ihre Auslastung und Kosteneffizienz geprüft. Die Ergebnisse werden im Oktober feststehen. Wir sind zuversichtlich, dass der Verein danach jene fehlenden Fördergelder vom Land erhält, die im Vorjahr angesucht wurden aber bis dato noch ausstehen. Der Verein benötigt das Geld dringend für die Personalfinanzierung.

Das Warten auf Geld, das Ringen um Anerkennung der gesellschaftlich bedeutsamen, aber unter- oder gar nicht bezahlten Arbeit sowie die daraus resultierenden Probleme kennen viele Frauen, die unsere Beratungsstellen aufsuchen, nur zu gut. Mit dem EU-Projekt „FRAU MACHT GELD“ hat Frauen für Frauen Burgenland vor etwa drei Jahren die vertiefte Auseinandersetzung und einen breiten öffentlichen Diskurs über das Auseinander-

klaffen weiblicher und männlicher Einkommen und Vermögen in der Region initiiert.

Mitarbeiterinnen burgenländischer Frauenberatungsstellen haben sich im Rahmen der letzten Jours fixes zur Aufgabe gemacht, die besonderen Härten, unter denen allein erziehende Frauen häufig den Alltag organisieren müssen, genauer zu beleuchten. Angeregt durch Gespräche mit betroffenen Klientinnen und die Ergebnisse einer Untersuchung, die Frau Bundesministerin Gabriele Heinisch-Hosek veröffentlicht hat, wurden erste Überlegungen zur Unterstützung von Alleinerzieherinnen gesammelt.

Wirksame Beratung und Hilfe für Frauen an und unter der Armutsgrenze wird ein Arbeitsschwerpunkt in der näheren Zukunft sein.

Unser Verein ist im heurigen Sommer eine besondere Kooperation mit der Bildhauerin Ulrike Truger eingegangen. Geplant ist die Aufstellung einer überlebensgroßen Marmorskulptur **„Die Vermögende“** anlässlich des Jubiläums 90 Jahre Burgenland **als Würdigung für die vielfältigen von Frauen geschaffenen materiellen und immateriellen Vermögenswerte in unserem Land**. Mehr darüber lesen Sie in der beiliegenden Einladung.





Die feierliche Eröffnung der neuen Frauenberatungsstelle Güssing am 11. März mit über 100 BesucherInnen hat gezeigt, dass Einrichtung, Team und das vielfältige Angebot in der Region interessiert wahrgenommen und geschätzt werden. Wir danken Landesrätin Verena Dunst für die finanzielle Unterstützung der Übersiedlung und allen, die uns aus diesem Anlass beschenkt haben. Der Umzug der Beratungsstelle Oberwart verzögert sich noch.

Mit Elan wird an der neuen, barrierefreien Vereinshomepage gearbeitet. Diese wird bis zur Generalversammlung am 24. November im world wide web zu finden sein.

Die Frauen- und Mädchenberatung Jennersdorf feiert am 3. November ihr 10jähriges Bestehen mit einer Vortrags- und Diskussionsveranstaltung sowie mit Musik und Buffet. Die Nachfrage ist in diesem Bezirk noch stärker angewachsen als in den anderen Einrichtungen des Vereines. Ingrid Kornberger, Beraterin und Koordinatorin, bereitet gerade ein Stiftungsmodell zur Schaffung eines Arbeits- und Ausbildungsplatzes für eine Bürokräft vor. An der Finanzierung wird noch gearbeitet, wobei der Bürgermeister von Jennersdorf die Mitfinanzierung mit einem Betrag in der Höhe von € 650,- (das ist die Summe, die der Verein für jeden der 23 folgenden Monate aufbringen muss) bereits zugesagt hat.

Die Unterstützung des Spracherwerbes für Asylwerberinnen und Migrantinnen im Südburgenland, die Förderung von Alltagskontakten zu

BurgenländerInnen sowie der Teilhabe am Alltagsleben der Frauen und Kinder aus anderen Herkunftsländern wird in der Frauenberatungsstelle Güssing seit einem Jahr erfolgreich praktiziert. Schöne Ergebnisse und interessante Erfahrungen haben Mag.^a (FH) Sabine Zankl dazu bewogen, das **Projekt „Integrationsassistentz“** beim Bundesministerium für Inneres einzureichen. Erfreulicherweise wird dieses Vorhaben vom Land Burgenland (LR Peter Rezar) und in kleinerem Umfang von der Grünen Bildungswerkstatt mitfinanziert.



Dem vom AMS finanzierten und von MMag.^a Claudia Horvath-Griemann geleiteten Projekt „NOemIS-Neuorientierung mit Intensivsprachkurs“ folgte im Frühling dieses Jahres das Projekt „MiriAM“ - Migrantinnen realisieren ihre Arbeitsmöglichkeiten“, das wieder einigen Frauen mit Migrationshintergrund neue Ideen zum beruflichen (Wieder)einstieg in unserem Land eröffnete.

In Kooperation mit dem Burgenländ. Volksbildungswerk hat Ingrid Kornberger in Jennersdorf



einen Sprachkurs für Migrantinnen initiiert. Finanziert durch das AMS und in Zusammenarbeit mit dem Berufsförderungsinstitut (BFI) startet am 3. Oktober ein **Sprachkurs mit anschließendem Bewerbungstraining für Frauen mit Migrationshintergrund** (Seite 11).

Das in Güssing und Oberwart durchgeführte Projekt „Beratung spricht Mädchen an“ hat beachtliche Ergebnisse hervorgebracht. Lesen Sie mehr darüber auf den Seiten 5-6.

Am 24. November 2011 findet die ordentliche **Generalversammlung** statt. Alle, die den Mitgliedsbeitrag für dieses Jahr bezahlt haben, sind stimmberechtigt und zum Mitdiskutieren über die zukünftige Entwicklung des Vereines eingeladen. Im Anschluss an die Versammlung haben alle Teilnehmerinnen die Möglichkeit, bei einem kleinen Buffet auf die Erfolge des Vereines anzustoßen und sich den Film „Lena und Philipp“ anzusehen.

Am selben Abend findet im Offenen Haus Oberwart ab 20.00 Uhr die Inszenierung „**Feder-schleiß**“ mit Geschichten und Filmportraits von burgenländischen Frauen (Mag.^a Christa Wagner) in Zusammenarbeit mit dem OHO und dem Haus der Volkskultur Oberschützen statt.



Frauen bleiben in Bewegung, jedenfalls in den Kursen und Gruppen zur Gesundheitsförderung, die auch in den Herbst- und Wintermonaten fixer und begehrter Bestandteil des breiten Angebotes unserer Beratungsstellen sein werden. Neu ist

ein Selbstverteidigungskurs für Frauen und Mädchen mit DSAⁿ Ingrid Bohuminsky (Seiten 8-9).

Bewegt, standfest und aus (selbst)sicherer Position geht es also wieder los. Wir freuen uns auf produktive und schöne Begegnungen in unseren Beratungsstellen oder bei unseren Veranstaltungen.

Renate Holpfer

Sprechtage zu Gewalt und Opferschutz

für HelferInnen, BeobachterInnen und Betroffene

Sowohl Frauen, die selbst Gewalt oder sexuellen Missbrauch erlebt haben, als auch MitarbeiterInnen von Institutionen und BeobachterInnen, die Gewalt in ihrer Umgebung wahrnehmen, erhalten Informationen über das Gewaltschutzgesetz sowie den Ablauf eines Strafverfahrens und werden über weitere Handlungsmöglichkeiten beraten.

Opfer von Gewalt- und Sexualdelikten haben einen Rechtsanspruch auf kostenlose psychosoziale und juristische Prozessbegleitung.

Frauenberatungsstelle Oberpullendorf,
Spitalstraße 11, 7350 Oberpullendorf

Termine: Mo 26.09., 24.10., 21.11. und
19.12.2011, jeweils 08.30-12.30 Uhr
Beratungen nach Vereinbarung
Anmeldung unter 02612/42905
Mag.^a Bettina Schabl

Frauenberatungsstelle Jennersdorf, in der BH,
Hauptplatz 15, 8380 Jennersdorf

Termine: Do 08.09., 13.10. und 10.11.2011,
jeweils 09.00-13.00 Uhr

Beratungen nach Vereinbarung
Anmeldung in der Frauenberatungsstelle Güssing unter 03322/43001
DSAⁱⁿ Irene Frühwirth-Solnitzky

Familien- und Rechtsberatung in Bildein

Frauen, Mädchen und Familien erhalten Beratung, Unterstützung und rechtliche Informationen bei Alltagskonflikten, finanziellen Schwierigkeiten, Beziehungs- und Familienproblemen, Trennung oder Scheidung, Gewalterfahrungen, sexuellem Missbrauch, Lebenskrisen und Verlust von Angehörigen.

Termine: jeden 2. Donnerstag, jeweils 13.00-17.00 Uhr im Gemeindeamt in Bildein
Beratungen nach Vereinbarung
Anmeldung in der Frauenberatungsstelle Oberwart unter 03352/33855
Mag.^a Bettina Schabl

Karin Goger



Studium der Sozialarbeit und Soziologie
Masterlehrgang Supervision, Coaching und Organisationsentwicklung
Psychotherapie Ausbildung (Psychodrama)

Karin Goger absolviert derzeit in der Frauenberatungsstelle Oberwart ein Praktikum im Rahmen ihrer Psychotherapieausbildung.

Beratung spricht Mädchen an

SchülerInnen der 3 BHW Klasse der Ecole Güssing präsentierten am 17. März ihren unter der Leitung von Mag.^a Christa Wagner produzierten, vom Zonta Club Burgenland finanzierten Film „Lena und Philipp – Liebe, Sex und sonst noch was“ mit sehr großem Erfolg. Teil der Veranstaltung war auch eine fachlich gut besetzte Podiumsdiskussion (u. a. mit Gynäkologin Dr.ⁱⁿ Marion Hochwarter, Kinder- und Jugendarzt Dr. Peter Arends und unserer Beraterin DSAⁱⁿ Irene Frühwirth-Solnitzky) mit anschließendem Buffet.



Der Verein plant ab dem nächsten Jahr den Einsatz des Filmes bei SchülerInnendiskussionen und Elternabenden.

Am 28. Juni präsentierten SchülerInnen der 3B Klasse der HBLA Oberwart für Produktmanagement und Präsentation mit einem Flash-Mob Event ihre unter der Leitung von Mag.^a Christa Wagner erarbeiteten Plakate und Free-Cards zum selbst gewählten Thema **“Versagensängste”** im Stadtpark Oberwart .

Die Veranstaltung wurde vom Unterrichtsministerium mitfinanziert.

Die Plakate und Free Cards werden ab Herbst in Schulen, ÄrztInnen- und PsychotherapeutInnenpraxen aufgelegt.



Renate Holpfer

O B E R W A R T

MiriAM - Migrantinnen realisieren ihre Arbeitsmöglichkeiten

In diesem Projekt der Frauenberatungsstelle, finanziert durch das AMS, hatten zwölf Frauen die Möglichkeit, mit Unterstützung der Trainerin Krisztina Kavan ihre Deutschkenntnisse zu verbessern und sich in der Region Netzwerke im Hinblick auf berufliche Perspektiven aufzubauen.



Nach einem Frauenbusinessfrühstück Anfang Mai 2011 mit Vertreterinnen aus Politik und Wirtschaft sowie selbständigen Frauen mit Migrationshintergrund fanden am 29.06. die Abschlusspräsentationen statt, wo die Kursteilnehmerinnen Eindrücke aus ihren ursprünglichen Heimatländern vermittelten.

Teil des Projekts war auch eine Besichtigung des BBZ in Rudersdorf, ein PC Kurs vom abz austria und ein Kinderfit-Kurs beim Roten Kreuz.

Claudia Horvath-Griemann

G Ü S S I N G

Mama lernt Deutsch - Deutschkurs für Mütter

Die Frauenberatungsstelle Güssing führte von Juli 2010 bis Juni 2011 einen Deutschkurs für Frauen durch, der auch Informationen und Beratung über rechtliche und familiäre Angelegenheiten beinhaltete.

Im Rahmen dieses Projekts konnten auch in Kooperation mit dem Bildungsbus Burgenland des abz austria die Kurse „Mini PC Kurs“ sowie „Deutsch für den Führerschein“ angeboten werden.



Interkultureller Workshop: Über Grenzen hinweg Tänzerische Begegnung mit Zuwan- derinnen

Liz King, britische Choreografin aus dem Bezirk Oberwart, leitete von 15. bis 18. März eine Tanzwoche für Asylwerberinnen in Deutsch Tschantschendorf. Dieses Community Dance Projekt anlässlich des 100. Frauentages fand in Kooperation mit der Grünen Bildungswerkstatt Burgenland sowie den Grünen SeniorInnen statt.

Sabine Zankl



Foto bvz

J E N N E R D O R F

Sprachkurs in Jennersdorf

Die Frauenberatungsstelle Jennersdorf konnte zum ersten Mal mit Unterstützung des Burgenländischen Volksbildungswerkes und des Clubs Kiwanis im Rahmen der Elternbildung einen Deutschkurs speziell für Migrantinnen anbieten.

Trainerin Gerlinde Grohotolsky und ihre muttersprachliche Assistentin Nefise Sunca vermittelten 12 Frauen durch aktives Lernen in Gruppen und in Einzelarbeit, mit Hörhilfen und kreativen Methoden Deutschkenntnisse.

Ingrid Kornberger

VORSCHAU

O B E R W A R T

FERNGEHEN: FREMDSEHEN

Veranstaltungsreihe mit dem Schwerpunkt Bosnien

Ucimo Bosanski - Bosnisch lernen

Mina Dedic, eine Oberwarterin mit bosnischen Wurzeln, wird interessierten Frauen bosnische Grundkenntnisse beibringen.

Auch andere Frauen, die bosnisch, kroatisch oder serbisch sprechen, sind als Unterstützung für Mina herzlich eingeladen.

wöchentliche Treffen

ab Di 13.09.2011, jeweils 10.00-11.00 Uhr

Frauenberatungsstelle Oberwart

Beitrag: € 20,-

mitzubringen sind Freude am Spracherwerb, Interesse an Bosnien und gute Laune

Infos und Anmeldung unter 03352/33855

Leitung: Mina Dedic

Organisation: MMag.^a Claudia Horvath-Griemann

Bosna Quilt Werkstatt Vernähte Zeit als Therapie

Die Vorarlberger Künstlerin Lucia Feinig begann 1992 in Vorarlberg zusammen mit bosnischen Flüchtlingsfrauen mit der Herstellung hochwertiger Quilts, das sind genähte Decken, wo Stoffflächen miteinander in Verbindung gebracht und variiert werden.

Mittlerweile besteht die Werkstatt seit 1998 in der Drinastadt Gorazde, wo zwölf bosnische Frauen weiterhin an ihren Entwürfen arbeiten.

Das Projekt wird an diesem Abend mittels Kurzfilm und Infomaterial präsentiert.

Mi 05.10.2011, 18.00 Uhr

Frauenberatungsstelle Oberwart

Beitrag: freie Spende

Anmeldung bis spätestens Mi 28.09.2011 unter 03352/33855

Organisation: MMag.^a Claudia Horvath-Griemann

HANA Srebrenica

Hilfe zur Selbsthilfe für bosnische Frauen

Im Frühjahr 2011 ist in der ostbosnischen Gemeinde Srebrenica von sechs Frauen aus der Schweiz und Österreich die Genossenschaft HANA Srebrenica gegründet worden, deren Ziel die Herstellung und Vermarktung hochwertiger landwirtschaftlicher Produkte aus der Region ist.

Mag.^a Ingrid Taucher, eine der Initiatorinnen, wird das Projekt mittels eines Bildervortrags und Produkten vorstellen.

Mi 09.11.2011, 18.00 Uhr

Frauenberatungsstelle Oberwart

Beitrag: freie Spende

Anmeldung bis spätestens Mi 02.11.2011 unter 03352/33855

Referentin: Mag.^a Ingrid Taucher

Organisation: MMag.^a Claudia Horvath-Griemann

Young Living

Essential Oils - reine, kraftvolle Helfer pflanzlicher Herkunft

Ätherische Öle können bei Aromaanwendungen, örtlichem Auftragen oder Einnehmen eine beruhigende, belebende, ausgleichende, reinigende und verjüngende Wirkung auf Körper, Geist und Emotionen haben.

Im Vortrag werden neun verschiedene Öle mit therapeutischer Wirkung für jeden Tag vorgestellt.

Mi 12.10.2011, 19.00 Uhr

Frauenberatungsstelle Oberwart

Beitrag: € 6,-

bitte anmelden unter 03352/33855

Referentin: Manuela Bertolli, Aromatherapeutin



Selbstverteidigungskurs für Frauen und Mädchen

Immer wieder hören wir von Gewalttaten und sexuellen Übergriffen. Es ist falsch, zu denken „das passiert nur den anderen“, denn es kann jede Frau irgendwann betroffen sein.

Im angebotenen Kurs geht es um Selbstbewusstsein, Selbstbehauptung und Selbstverteidigung. Es werden einfache, aber effiziente Abwehr- und Befreiungstechniken gelernt und anschließend im Rollenspiel geübt.



Sa 15.10.2011, 14.00-18.00 Uhr
Frauenberatungsstelle Oberwart
Beitrag: € 22,--
mitzubringen sind bequeme Kleidung (Leggings, Jogginghose) und Turnschuhe
Anmeldung bis spätestens Mo 10.10.2011 unter 03352/33855
Leitung: DSAⁱⁿ Ingrid Bohuminsky, Selbstverteidigungstrainerin

G Ü S S I N G

Frauen essen anders – Ernährungsvortrag in 3 Teilen

Teil I: „Die Vier Säulen des Wohlbefindens“

Do 29.09.2011, 18.00-20.00 Uhr

- Gesunde Verdauung / Vollwerternährung
- Körperliche Aktivität / Seelisches Gleichgewicht
- Abmagerungskuren und Heilfasten
- Ernährungsbedingte Krankheiten

Teil II: „Homöostase – das Gleichgewicht im Körper“

Do 06.10.2011, 18.00-20.00 Uhr

- Verdauung und Stoffwechsel / Nährstoffbedarf
- Der individuelle Weg – jeder Körper reagiert anders
- Unverträglichkeiten und Allergien
- Antioxidantien – die stillen Kämpfer

Teil III: „Gesunde Ernährung in den Wechseljahren“

Do 13.10.2011, 18.00-20.00 Uhr

- Der Körper in Umbruchstimmung
- Das Erreichen und Erhalten des Normalgewichtes
- Bewegung und Knochen
- Die häufigsten Beschwerden und Mittel zu deren Linderung
- Phytohormone und Nahrungsergänzungsmittel

Ein gesundes Buffet wird die Abende kulinarisch bereichern.

Vortragsreihe

Do 29.09., 06.10. und 13.10.2011,
jeweils 18.00-20.00 Uhr

Frauenberatungsstelle Güssing

Beitrag: freie Spende fürs Buffet

Anmeldung bis spätestens jeweils eine Woche vorher unter 03322/43001

Die Vorträge können auch einzeln gebucht werden
Referentin: Kirsti Grönroos, Dipl. Ernährungstrainerin



Die Veranstaltungen erfolgen in Kooperation mit den **GPlus Grünen Seniorinnen Burgenland**.

„Wir sind besorgt, was sich da so im Laufe der Jahrzehnte in die Einkaufstasche eingeschlichen hat, in den Kochtopf und auf den Teller gekommen ist! Durch anhaltende, gezielte Werbung hat die einschlägige Industrie es erreicht, dass ein Großteil der Menschen unkritisch annimmt, was chemisch manipuliert, maschinell hergestellt und als gesund verkauft wird. Nicht nur das, es schmeckt auch. Dass wir uns dabei viele Krankheiten buchstäblich anessen, sollen wir erst gar nicht merken. Und doch ist es so.“
(Zitat Irmgard Seidler, Obfrau)


Die Grünen 55+
Zeleni - Zöldok - Seneca
BURGENLAND

Zeit zum Malen

Mal- und Gestaltungsworkshop

In diesem fünfteiligen Workshop nehmen wir uns Zeit zum Entspannen und Aussteigen aus dem oft anstrengenden Alltag. Wir erkunden auf Phantasie Reisen unsere inneren Bilder, Sehnsüchte und Fähigkeiten. Daraus entstehen dann spielerisch mit verschiedenen Mal-, Zeichen- und Formmaterialien kreative Kunstwerke, welche die Grundlage für den Austausch und die gegenseitige Inspiration in der Gruppe bilden.

Ziel ist nicht ein „schönes Bild“, sondern der Gestaltungsprozess und die Freude am schöpferischen Tun. Nebenbei lernen wir den Umgang mit verschiedenen Materialien, das Überwinden perfektionistischer Hemmnisse und das lockere Herangehen an Gestaltungsaufgaben.

5 Abende

Do 27.10., 03.11., 10.11., 24.11. und 01.12.2011,
jeweils 18.00-20.30 Uhr

Frauenberatungsstelle Güssing

Beitrag inkl. Material: € 100.--

keine künstlerischen Vorkenntnisse notwendig

Information und Anmeldung bis spätestens

Do 21.10.2011 unter 03322/43001

Leitung: DSA^{ln} Irene Frühwirth-Solnitzky, Mal- und
Gestaltungstherapeutin, Supervisorin



Internationales Frauencafé

Deutsch – Konversation für Frauen und Mütter



In einer offenen, bunt gemischten interkulturellen Gruppe können Frauen mit nicht-deutscher Muttersprache in ungezwungener Atmosphäre über alltägliche Begebenheiten sprechen und so Deutsch lernen. Dabei geht es nicht vorrangig um Grammatik, sondern um die Möglichkeit, Gespräche zu führen und den Abbau von Hemmungen, in einer Fremdsprache zu sprechen. Es sind auch Frauen mit geringen Deutschkenntnissen herzlich willkommen.

wöchentliche Treffen jeden Mittwoch (an Schultagen)

Mi 05.10.-30.11.2011, jeweils 8.30-10.30 Uhr

Frauenberatungsstelle Güssing

Teilnahme kostenlos

Information und Anmeldung unter 03322/43001

oder info@frauenberatung-guessing.at

Leitung: Mag.^a (FH) Sabine Zankl

Neu: Öffentlicher Computer mit Internet-Zugang

Ab sofort steht in der Frauenberatungsstelle Güssing allen Frauen und Mädchen ein kostenloser Internet-Zugang zur Verfügung.

Wenn Sie im Internet recherchieren, ein E-Mail schreiben, sich eine E-Mail Adresse anlegen wollen oder online Ihre Bewerbung an eine Firma senden wollen, dann steht Ihnen bei uns ein Computer mit Internet-Zugang zur Verfügung.

Die Benützung ist während unserer Öffnungszeiten nach Voranmeldung möglich.

Tel.: 03322/43 001

Wenn Sie einen öffentlichen Internetzugang suchen und nicht in der Nähe von Güssing wohnen, rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns. Wir informieren Sie über aktuelle öffentliche Internetzugänge in den Bezirken Güssing, Jennersdorf und Oberwart.

Raum der Nachmittagsbetreuung der Volksschule Jennersdorf
Teilnahme kostenlos
Information und Anmeldungen bei Ingrid Kornberger unter 0664/15 91 373
Leitung: Gerlinde Grohotolsky

J E N N E R S D O R F

Deutschkurs mit Bewerbungstraining

Zielgruppe sind Frauen mit abgeschlossener Schulausbildung, die ihre Sprachkenntnisse verbessern, die deutsche Grammatik festigen und berufliche Perspektiven entwickeln wollen. Im Anschluss an den sechswöchigen Deutschkurs wird ein Bewerbungstraining stattfinden. Der Kurs findet in Kooperation mit dem BFI Jennersdorf statt.

Mo 03.10.-Fr 16.12.2011
täglich jeweils 08.00-12.30 Uhr
Arbeiterkammer Jennersdorf
Teilnahme kostenlos
Anmeldung beim AMS Jennersdorf
Information bei Ingrid Kornberger unter
0664/15 91 373
Leitung: Katrin Jeßner

Deutschkurs für Anfängerinnen

über die Elternbildung des Volkswbildungswerks Burgenland

Di und Do 20.09.-17.11.2011, jeweils 08.30-10.30 Uhr

Die Frauenberatungsstelle Jennersdorf feiert ihr 10-jähriges Jubiläum

mit Frauenministerin
Gabriele Heinisch-Hosek,
Landesrätin Verena Dunst und
Mag.^a Helene Sengstbratl
(Geschäftsführung AMS Burgenland)

Impulsreferate und Podiumsdiskussion zum Thema "Lebens- und Arbeitsbedingungen südburgenländischer Frauen - Chancen und Grenzen"

Moderation:
Doris Fennes-Wagner

Do 03.11.2011, 10.00 Uhr
Arche Jennersdorf
Musikalische Umrahmung
Buffet

Veranstaltungsprogramm Oberwart Herbst 2011

UCIMO BOSANSKI - BOSNISCH LERNEN

wöchentliche Treffen
ab Di 13.09.2011, jeweils 10.00-11.00 Uhr
Frauenberatungsstelle Oberwart
Beitrag: € 20,--
Infos unter 03352/33855
Leitung: Mina Dedic
Organisation: MMag.^a Claudia Horvath-Griemann

WOHLFÜHLSTUNDE

Entspannungs-, Dehnungs- und Kräftigungs-
übungen
10 Treffen
ab Do 15.09.2011, jeweils 18.00-19.00 Uhr
Frauenberatungsstelle Oberwart
Beitrag: € 40,--
bitte anmelden unter 03352/33855
Leitung: Liesi Seper, Dipl. Wellnesscoach

WEINBERGWANDERUNG IM SÜDBURGENLAND

Fr 23.09.2011, 09.00 Uhr
(bei Regen Ersatztermin: Fr 14.10.2011)
Treffpunkt: Frauenberatungsstelle Oberwart
wir bilden Fahrgemeinschaften nach Eisenberg
Beitrag: € 5,--
Infos und Anmeldung unter 03352/33855
Führung: Liane Pfeiffer, Natur- und Kulturführerin

DIE VERMÖGENDE

Eine Würdigung burgenländischer Frauen
Enthüllung Steinskizze und Bronzeguss
Performance: Tanz-Liz King / Stimme-Eveline Rabold
Fragen an die Vermögende: Katharina Tiwald
Moderation: Eveline Schütz, Journalistin
Fr 23.09.2011, 20.00 Uhr
Offenes Haus Oberwart, Lisztgasse 12
Beitrag: € 10,--
Infos bei Renate Holpfer in der Frauenberatungs-
stelle unter 03352/33855

BAUCHTANZ

8 Abende
ab Di 27.09.2011
Kurs für Anfängerinnen: jeweils 18.30-19.30 Uhr
Kurs für Fortgeschrittene: jeweils 20.00-21.00 Uhr
Frauenberatungsstelle Oberwart
Beitrag: € 55,--
keine Vorkenntnisse notwendig
mitzubringen sind Lust auf Bewegung, Freude
am Tanzen und Neugier auf eine fremde Kultur
bitte anmelden unter 03352/33855
Leitung: Ibtisam Fekete, Ausbildung im orientali-
schen Tanz

„OSTEOFIT“ – VORBEUGEN DURCH BEWE- GUNG

Training für Leib und Seele mit positiver
Auswirkung auf Gewebe, Knochen, Nerven,
Muskeln und Emotionen
10 Treffen
ab Fr 30.09.2011, jeweils 09.00-10.00 Uhr
Frauenberatungsstelle Oberwart
Beitrag: € 3,70 pro Treffen
bitte anmelden unter 03352/33855
Leitung: Liesi Seper, Dipl. Wellnesscoach

BOSNA QUILT WERKSTATT

Vernähte Zeit als Therapie – Projektvorstellung
Mi 05.10.2011, 18.00 Uhr
Frauenberatungsstelle Oberwart
Beitrag: freie Spende
Anmeldung bis spätestens Mi 28.09.2011 unter
03352/33855
Organisation: MMag.^a Claudia Horvath-Griemann

DANCE ORIENTAL

Bewegung - Tanz – Schnupperstunde
So 09.10.2011, 17.00-18.00 Uhr
Frauenberatungsstelle Oberwart

Beitrag: freie Spende
mitzubringen sind ein Tuch für die Hüften und die
Bereitschaft, sich auf etwas Neues einzulassen
bitte anmelden unter 03352/33855
Leitung: Nina-Miriam Koller, Tänzerin

QI GONG

Wege zu Energiequellen des Körpers
5 Abende
ab Mo 10.10.2011
Kurs für Anfängerinnen: jeweils 16.45-18.15 Uhr
Kurs für Fortgeschrittene: jeweils 18.30-20.00 Uhr
Frauenberatungsstelle Oberwart
Beitrag: € 50.--
mitzubringen sind Neugier, Geduld und die
Bereitschaft, sich auf etwas Neues einzulassen
bitte anmelden unter 03352/33855
Leitung: Maria Schranz, Qi Gong-Lehrerin,
Medizinisch technische Fachkraft

YOGA

Sanfte Stärkung für Geist und Körper mit Übungen
aus Luna-Yoga
5 Treffen
ab Mi 12.10.2011, jeweils 16.00-17.30 Uhr
Frauenberatungsstelle Oberwart
Beitrag: € 50.--
bitte anmelden unter 03352/33855
Leitung: Ulrike Tomisser, Entspannungstrainerin
und Yogalehrerin

„YOUNG LIVING“

Ätherische Öle – reine, kraftvolle Helfer pflanzlicher
Herkunft - Vortrag
Mi 12.10.2011, 19.00 Uhr
Frauenberatungsstelle Oberwart
Beitrag: € 6.--
bitte anmelden unter 03352/33855
Referentin: Manuela Bertolli, Aromatherapeutin

SELBSTVERTEIDIGUNGSKURS FÜR FRAUEN UND MÄDCHEN

Sa 15.10.2011, 14.00-18.00 Uhr
Frauenberatungsstelle Oberwart
Beitrag: € 22.--

mitzubringen sind bequeme Kleidung (Leggings,
Jogginghose) und Turnschuhe
Anmeldung bis spätestens Mo 10.10.2011 unter
03352/33855
Leitung: DSA^m Ingrid Bohuminsky,
Selbstverteidigungstrainerin

HANA SREBRENICA - Hilfe zur Selbsthilfe für bosnische Frauen

Projektvorstellung
Mi 09.11.2011, 18.00 Uhr
Frauenberatungsstelle Oberwart
Beitrag: freie Spende
Anmeldung bis spätestens Mi 02.11.2011 unter
03352/33855
Referentin: Mag.^a Ingrid Taucher
Organisation: MMag.^a Claudia Horvath-Griemann

Unsere Arbeit wird gefördert von:

BUNDESKANZLERAMT  ÖSTERREICH

www.frauen.bka.gv.at



Arbeitsmarktservice
Österreich
www.ams.at



Amt der Burgenländischen
Landesregierung
LAD-Frauenbüro
www.burgenland.at



www.bmwfj.gv.at

Veranstaltungsprogramm Güssing

Herbst 2011

CHINESISCHE GYMNASTIK ZUM WOHLFÜHLEN UND ENTSPANNEN

Dehnungs- und Entspannungsübungen

10 Treffen, ab Di 27.09.2011

Gruppe 1: jeweils 14.30-15.30 Uhr

Gruppe 2: jeweils 15.45-16.45 Uhr

Frauenberatungsstelle Güssing

Beitrag: € 55.--

bitte anmelden unter 03322/43001

Leitung: Birgit Hoffendahl, Tuinatrainierin,

Dozentin für Akupunkturtherapie

BAUCHTANZ

10 Abende,

ab Mi 28.09.2011, jeweils 18.00-19.00 Uhr

Frauenberatungsstelle Güssing

Beitrag: € 70.--

keine Vorkenntnisse notwendig

mitzubringen sind Lust auf Bewegung, Freude

am Tanzen und Neugier auf eine fremde Kultur

bitte anmelden unter 03322/43001

Leitung: Mag.^a Ursula Schweighofer, Ausbildung

im orientalischen Tanz

FRAUEN ESSEN ANDERS –

Ernährungsvortrag Teil I

„Die Vier Säulen des Wohlbefindens“

Gesunde Verdauung / Vollwerternährung, körperliche

Aktivität / seelisches Gleichgewicht,

Abmagerungskuren und Heilfasten, ernährungs-

bedingte Krankheiten

Do 29.09.2011, 18.00-20.00 Uhr

Frauenberatungsstelle Güssing

Beitrag: freie Spende fürs Buffet

Anmeldung bis spätestens eine Woche vorher unter 03322/43001

Referentin: Kirsti Grönroos, Dipl. Ernährungstrainerin

Kooperationsveranstaltung mit den Gplus Grünen Seniorinnen Burgenland

INTERNATIONALES FRAUENCAFÉ

Deutsch – Konversation für Frauen und Mütter wöchentliche Treffen jeden Mittwoch (an Schultagen)

Mi 05.10.-30.11.2011, jeweils 8.30-10.30 Uhr

Frauenberatungsstelle Güssing

Teilnahme kostenlos

Information und Anmeldung unter 03322/43001

oder info@frauenberatung-guessing.at

Organisation: Mag.^a (FH) Sabine Zankl

FRAUEN ESSEN ANDERS –

Ernährungsvortrag Teil II

„Homöostase – das Gleichgewicht im Körper“

Verdauung und Stoffwechsel / Nährstoffbedarf,

der individuelle Weg – jeder Körper reagiert anders,

Unverträglichkeiten und Allergien, Antioxidantien – die stillen Kämpfer

Do 06.10.2011, 18.00-20.00 Uhr

Frauenberatungsstelle Güssing

Beitrag: freie Spende fürs Buffet

Anmeldung bis spätestens eine Woche vorher unter 03322/43001

Referentin: Kirsti Grönroos, Dipl. Ernährungstrainerin

Kooperationsveranstaltung mit den Gplus Grünen Seniorinnen Burgenland

Kooperationsveranstaltung mit den Gplus Grünen Seniorinnen Burgenland

Kooperationsveranstaltung mit den Gplus Grünen Seniorinnen Burgenland

Kooperationsveranstaltung mit den Gplus Grünen Seniorinnen Burgenland

FRAUEN ESSEN ANDERS –

Ernährungsvortrag Teil III

„Gesunde Ernährung in den Wechseljahren“

Der Körper in Umbruchstimmung, das Erreichen

und Erhalten des Normalgewichtes, Bewegung

und Knochen, die häufigsten Beschwerden und

Mittel zu deren Linderung, Phytohormone und

Nahrungsergänzungsmittel

Do 13.10.2011, 18.00-20.00 Uhr
Frauenberatungsstelle Güssing
Beitrag: freie Spende fürs Buffet
Anmeldung bis spätestens eine Woche vorher
unter 03322/43001
Referentin: Kirsti Grönroos, Dipl. Ernährungstrainerin
Kooperationsveranstaltung mit den Gplus Grünen
Seniorinnen Burgenland

ZEIT ZUM MALEN

Mal- und Gestaltungsworkshop
5 Abende
Do 27.10., 03.11., 10.11., 24.11. und 01.12.2011,
jeweils 18.00-20.30 Uhr

Frauenberatung Güssing
Beitrag inkl. Material: € 100,--
Infos und Anmeldung bis spätestens Do
21.10.2011 unter 03322/43001
Leitung: DSA^m Irene Frühwirth-Solnitzky, Mal-
und Gestaltungstherapeutin, Supervisorin

„RUND UM DIE STAATSBÜRGERSCHAFT UND NEUES AUS DEM FREMDENRECHT“

Vortrag und Gespräch
Mi 14.12.2011, 18.00 Uhr
Frauenberatungsstelle Güssing
Anmeldung bis spätestens Di 06.12.2011 unter
03322/43001
Referentin: Mag.^a (FH) Sabine Zankl

Veranstaltungen Jennersdorf

DEUTSCHKURS FÜR ANFÄNGERINNEN

Di und Do 20.09. - 17.11.2011,
jeweils 08.30-10.30 Uhr
Raum der Nachmittagsbetreuung der
Volksschule Jennersdorf
Teilnahme kostenlos
Information und Anmeldungen bei Ingrid
Kornberger unter 0664/15 91 373
Leitung: Gerlinde Grohotolsky

DEUTSCHKURS MIT BEWERBUNGSTRAINING

Mo 03.10.-Fr 16.12.2011
täglich jeweils 08.00-12.30 Uhr
Arbeiterkammer Jennersdorf
Teilnahme kostenlos
Anmeldung beim AMS Jennersdorf

Information bei Ingrid Kornberger unter
0664/15 91 373
Leitung: Katrin Jeßner

10 JAHRE FRAUENBERATUNG JENNERSDORF

Jubiläumsfeier mit
Frauenministerin Gabriele Heinisch-Hosek
Landesrätin Verena Dunst
Mag.^a Helene Sengstbratl
(Geschäftsführung AMS Burgenland)
Impulsreferate und Podiumsdiskussion
Moderation: Doris Fennes-Wagner
Do 03.11.2011, 10.00 Uhr
Arche Jennersdorf
Musikalische Umrahmung
Buffet

Frauenberatungsstellen **Oberwart** und **Güssing**

Oberwart, Spitalgasse 5
Telefon: 03352/33 855, Fax DW 4
e-mail: info@frauenberatung-oberwart.at
www.frauenberatung-oberwart.at

Öffnungszeiten

Frauen- /Mädchenberatung

Montag - Mittwoch
und Freitag 8.00-12.00 Uhr
Donnerstag 11.00-12.00 Uhr
und nach telefonischer Vereinbarung

Familienberatung: sozialarb. und sozialpsychologische Beratung

Mittwoch 9.00-13.00 Uhr
Donnerstag 11.00-14.00 Uhr
und nach telefonischer Vereinbarung

juristische Beratung

Donnerstag 11.00-14.00 Uhr
Freitag 9.00-12.00 Uhr

Güssing, Marktplatz 9/4
Telefon: 03322/43 001, Fax DW 4
e-mail: info@frauenberatung-guessing.at
www.frauenberatung-guessing.at

Öffnungszeiten

Frauen- /Mädchenberatung

Mo - Mi und Freitag 8.00-12.00 Uhr
Donnerstag 8.00-10.00 Uhr
und nach telefonischer Vereinbarung

Familienberatung: sozialarb. Beratung

Donnerstag 16.00-18.00 Uhr
und nach telefonischer Vereinbarung

juristische Beratung

jeden 2. und 4. Donnerstag 14.00-18.00 Uhr
und nach telefonischer Vereinbarung

Jennersdorf in der BH

Tel. 03329/45 202-4746
mobil: 0664/15 91 373
e-mail: frauenberatung-je@gmx.net
Dienstag und Freitag 8.00-13.00 Uhr

Bildein Gemeindeamt

jeden 2. Donnerstag 13.00-17.00 Uhr

I m p r e s s u m :

Herausgeber und Verleger: Verein Jugendhaus Offenes Haus Oberwart, Lisztgasse 12, 7400 Oberwart.
Für den Inhalt verantwortlich: Verein Frauen für Frauen Burgenland, Spitalgasse 5, 7400 Oberwart, ZVR-Zahl: 381127723. Druck: europrint, Pinkafeld. Layout: Renate Stangl. Gestaltung: grafik-design Christa Wagner

P.b.b. GZ 03Z034973M
Verlagspostamt 7400 Oberwart
Retouren an PF 555, 1008 Wien

Ich trete dem Verein Frauen für Frauen Burgenland bei.

Der Mitgliedsbeitrag beträgt:

€ 25,- pro Jahr bzw. für Frauen ohne Einkommen € 4,- pro Jahr.

Zutreffendes bitte ankreuzen. Bitte einzahlen auf das Konto Frauen für Frauen Burgenland, RAIBA Oberwart, IBAN: AT27 3312 5000 0001 8416, BIC: RLBBAT2E125

Name

Adresse

Telefon Datum..... Unterschrift.....

Bitte schicken Sie den Kupon an den

VEREIN Frauen für Frauen Burgenland, 7400 Oberwart, Spitalgasse 5