

Wall 5 • 32756 Detmold
Tel. 05231 / 20177 • Fax 05231 / 24279
www.alraune-frauenberatung.de

Programm 2017

Sie finden

- ausführliche Veranstaltungstexte
- die aktuellen Themen im LISA - Café sowie
- Links und Ankündigungen

unter: www.alraune-frauenberatung.de

Das offene Angebot „Monatlicher Vortrag und Rechtsberatung zum Thema Trennung / Scheidung“ findet guten Anklang und wird fortgesetzt.

Das Land NRW ermöglicht eine Aufstockung der Stelle im Bereich sexuelle Gewalt, 15% Eigenmittel muss die Frauenberatungsstelle aufbringen. Ihre Spende würde helfen, die Finanzierung zu ermöglichen.



ANGEBOTE

- Psychosoziale Beratung
- Krisenbegleitung
- Intervention bei akuter Gewalt
- Therapeutische Begleitung
- Gruppen / Selbstorganisierte Gruppen
- Veranstaltungen / Offene Angebote
- Angebote zur Gewaltprävention
- Fortbildungen
- Öffentlichkeitsarbeit / Vernetzung
- Beratung bei Antragstellung zum „Fonds Sexueller Missbrauch“

Beratungen

Insbesondere in Krisensituationen erhalten Sie zeitnahe Gespräche. Die Beratungen sind kostenlos. Die Beraterinnen unterliegen der Schweigepflicht und berücksichtigen in der Beratung den spezifischen Lebenszusammenhang von Frauen. Frauen können sich persönlich und telefonisch - auch anonym - sowie schriftlich oder per E-Mail an die Frauenberatungsstelle wenden. Termine werden in den Büro- und Sprechzeiten abgesprochen.

THEMEN

- Sexualisierte Gewalt / Sexueller Kindesmissbrauch
- Gewalt in Beziehungen / Häusliche Gewalt
- Trennung / Konflikte in der Partnerschaft
- Psychische Probleme / Lebenskrisen
- Essstörungen / Sucht
- Lesbisch leben
- Migration
- Muttersein
- Schwierigkeiten bei der Arbeit / Ausbildung

Sexuelle Gewalt / Beziehungsgewalt

Hierzu gibt es ein umfangreiches Angebot. Bei akutem sexuellen Kindesmissbrauch arbeiten wir mit jugendlichen Mädchen, Müttern / weiblichen Bezugspersonen, pädagogischen Fachkräften und Institutionen.

Aktuelle Angebote finden Sie unter: www.alraune-frauenberatung.de

WEITERE INFORMATIONEN

Sie erreichen uns

Bürozeiten

Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag
09.30 - 11.30 Uhr

Offene Sprechzeiten

Dienstag 16.00 - 18.00 Uhr
Donnerstag 10.00 - 12.00 Uhr

Die Arbeit der Frauenberatungsstelle wird gefördert vom Land NRW, dem Kreis Lippe und der Stadt Detmold.

Ministerium für Gesundheit,
Emanzipation, Pflege und Alter
des Landes Nordrhein-Westfalen



Lippe service

DETMOld
Kulturstadt
im Teutoburger Wald

Sie können unsere Arbeit unterstützen

Jahr für Jahr bringt die Frauenberatungsstelle einen großen finanziellen Eigenanteil auf. Das gelingt mit Ihrer Unterstützung

- durch kleine und große Spenden
- als Mitfrau durch regelmäßige Beiträge ab 3,- € monatlich

Mitfrauenbeiträge und Spenden sind steuerabzugsfähig.

Beitrittserklärungen

gibt es in der Frauenberatungsstelle und auf der Internetseite.

Konto:

Sparkasse Paderborn-Detmold
IBAN: DE51 4765 0130 0000 0558 71

Mitgliedschaften

Dachverband der
autonomen Frauenberatungsstellen
NRW e.V.

DER PARITÄTISCHE
UNSER SPITZENVERBAND

bff Bundesverband
Frauenberatungsstellen
und Traumazentren
FRAUEN GEGEN GEWALT

TEAM



Karin Tegeler
Diplom-Sozialpädagogin
Gestalttherapeutin (HPG)
Ausbildung in Heilkunde und
Energetischer Psychologie (EDxTM)



Mechthild Wedekind
Diplom-Sozialpädagogin
Traumazentrierte Fachberaterin
Gestalttherapeutin (HPG)
Ausbildung in Ausdrucksmalen,
Qigong und meditativer Körperarbeit



Marie Welpmann
Diplom-Pädagogin
Traumazentrierte Fachberaterin
Psychotherapie (HPG, ECP)
Supervisorin



Lina Janzen
Diplom-Pädagogin
systemische Beraterin



Büro:
Ursula Seeliger
Bürokauffrau
Betriebswirtin

Vorstandsfrauen

Liesel Tholeikis und Dorothea Gärtner

Frauenberatungsstelle Alraune e.v.

Wall 5 • 32756 Detmold
Telefon: 05231 / 20177
Fax: 05231 / 24279
E-Mail: info@alraune-frauenberatung.de
Internet: www.alraune-frauenberatung.de



Die Räume sind für Rollstuhlfahrerinnen zugänglich.

Offene Sprechzeiten: Di 16.00 - 18.00 Uhr
Do 10.00 - 12.00 Uhr

Bürozeiten: Mo, Di, Do, Fr 09.30 - 11.30 Uhr



GRUPPEN

Qigonggruppe *

Übungen zur Stabilisierung - den Boden unter den Füßen spüren.

Mechthild Wedekind

06.02. - 27.03.	8 x montags	10.00 - 11.30 Uhr	oder
26.06. - 14.08.	8 x montags	10.00 - 11.30 Uhr	
Herbsttermin bitte erfragen oder auf unserer Internetseite			
je 60,- €	Sozialpreis 30,- €		

Im Rahmen der Gesundheitsvorsorge übernehmen viele Krankenkassen bei regelmäßiger Teilnahme einen Kostenanteil.

Respektvolle Beziehung / gelungene Partnerschaft

Wie können wir Beziehungen langfristig liebevoll, partnerschaftlich, dynamisch erhalten?

Karin Tegeler

02.05. - 16.05.	3 x dienstags	18.30 - 20.00 Uhr	
30,- €	Sozialpreis 20,- €		

GRUPPEN

Gelöst - Entlastet - Befreit *

Selbstbehandlung bei emotionalem Stress mit Übungen aus der energetischen Psychologie.

Karin Tegeler

07.03. - 04.04.	5 x dienstags	18.30 - 20.00 Uhr	
50,- €	Sozialpreis 30,- €		

Gelöst - Entlastet - Befreit *

Übungs- und Vertiefungsgruppe für Frauen mit Vorkenntnissen

Karin Tegeler

20.06. - 11.07.	4 x dienstags	18.30 - 20.00 Uhr	oder
26.09. - 07.11.	4 x dienstags	18.30 - 20.00 Uhr	
je 40,- €	Sozialpreis 25,- €		



FORTBILDUNGEN

Die Fortbildungen finden in Zusammenarbeit mit den Gleichstellungsstellen der Stadt Detmold und des Kreises Lippe statt. Für die Fortbildungen zu „Traumatisierung“ kann unter bestimmten Förderbedingungen ein Bildungsscheck beantragt werden.

Traumatisierung durch Gewalterfahrung * + **

Kompaktseminar in 2 Blöcken

Die Fortbildung richtet sich an Fachfrauen aus dem pädagogischen, sozialen und therapeutischen Bereich. Sie dient der Aneignung von Wissen und Handlungskompetenzen im Umgang mit - durch Gewalterfahrung - traumatisierten Erwachsenen und Kindern.

Marie Welpmann und Mechthild Wedekind

Di / Mi 07. / 08.03.	und	Mi / Do 05. / 06.04.	10.00 - 17.00 Uhr
280,- €	Sozialpreis 180,- €		

OFFENE ANGEBOTE

Meditativer Tanz*

Tänze aus verschiedenen Ländern - langsame, schnelle, heitere, sehnsuchtsvolle ...

Mechthild Wedekind

2. Donnerstag im Monat	18.00 Uhr
12.01. / 09.02. / 09.03.	11.05. / 08.06. / 13.07.

Herbsttermine bitte erfragen oder auf unserer Internetseite

Anmeldung für jeweils 3 x

je 12,- € Sozialpreis 6,- €

Ort: Schubertplatz 12, Untergeschoss, Raum Tanzbogen e.V.

Rechtliches Angebot für Frauen bei Trennung / Scheidung **

Vortrag und Gespräch mit einer Fachanwältin für Familienrecht begleitet durch eine Mitarbeiterin der Frauenberatungsstelle.

2. Donnerstag im Monat 14.00 - 16.00 Uhr

Termine erfragen oder auf unserer Internetseite

INFO & ORGANISATORISCHES

Das Gruppen- und Beratungsangebot richtet sich an Frauen, ansonsten ist es anders benannt.

Preise

Beratungen sind kostenlos. Den Sozialpreis für das Gruppenangebot bekommen Empfängerinnen von Sozialgeld / Arbeitslosengeld III und Frauen mit geringem Einkommen oder geringer Rente. Andere Preisabsprachen bzw. Ratenzahlungen sind möglich.

An- & Abmeldung

Bitte melden Sie sich per Post (siehe Vordruck), Fax oder Mail (info@alraune-frauenberatung.de) an. Vor Beginn des Kurses sollte die Gebühr auf unserem Konto unter Angabe des Kurses verbucht sein.

Abmelden können Sie sich bis zu 14 Tagen vor Kursbeginn. Danach erhalten Sie eine Rückerstattung nur dann, wenn Sie eine Ersatzteilnehmerin vermitteln.

Es gibt keine Anmeldebestätigung. Erhalten Sie keine Nachricht, haben Sie einen Platz bekommen.

Anmeldecoupon

Hiermit melde ich mich verbindlich an.
Ich habe die An- & Abmeldebedingungen zur Kenntnis
genommen.

Anmeldung für:

von:bis:

Name:

Straße:

PLZ, Ort:

Telefon / Fax:

E-Mail:

Ich habe € auf das

Konto Alraune e.V.

Sparkasse Paderborn-Detmold

IBAN: DE51 4765 0130 0000 0558 71

BIC: WELA33XXX überweisen.

Ich möchte Ratenzahlung

.....

DATUM

UNTERSCHRIFT

Es gibt keine Anmeldebestätigung!

Ist kein Ort angegeben, finden die Veranstaltungen im
Gruppenraum oder Raum 212 der Frauenberatungsstelle
statt.

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung *

Die Grenzen von Frauen werden in beruflichen und privaten Beziehungen immer wieder überschritten. Hier lernen Sie, Ihre Grenzen besser zu erkennen und mit Entschiedenheit der Situation angemessen zu handeln.

Mira Tkacz (Pädagogin)

Mi / Do	10. / 11.05.	10.00 - 13.00 Uhr	oder
Di / Mi	21. / 22.11.	10.00 - 13.00 Uhr	
je 40,- €	Sozialpreis 30,- €		

Maltherapeutische Gruppe

„Bilder, die die Seele malt“

Mit leuchtenden Temperafarben auf großformatigem Papier kann Stimmungen und Empfindungen Ausdruck verliehen werden.

Mechthild Wedekind

17. / 18.02.	Fr 17.00 - 19.30 Uhr	Sa 10.00 - 16.30 Uhr	und
17. / 18.03.	Fr 17.00 - 19.30 Uhr	Sa 10.00 - 16.30 Uhr	

Weitere Termine bitte im Büro erfragen oder auf unserer Internetseite

130,- € Sozialpreis 70,- € (inkl. Material)

SELBSTORGANISIERTE GRUPPE

Lesben in Lippe

Interessierte Frauen treffen sich
jeden 2. Samstag im Monat um 20.00 Uhr.

Die Gruppe ist offen für „Neue“.

Weitere Infos unter www.alraune-frauenberatung.de

FORTBILDUNGEN

Auf Anfrage

bieten wir Institutionen und Interessierten

Vorträge oder Fortbildungen zu folgenden Themen:

- Kein Raum für sexuellen Missbrauch - sexuelle Gewalt gegen Kinder und Jugendliche
- Traumatisierung durch Gewalterfahrung
- Häusliche Gewalt / Prävention häuslicher Gewalt

Aufbaufortbildung - Übungen in der Traumaaarbeit **

Aufbauend auf das Kompaktseminar dient diese Fortbildung dem Kennenlernen von Übungen in der Traumaaarbeit. Die Übungen werden praktisch ausprobiert und es erfolgt gegebenenfalls im Austausch eine Modifizierung auf den eigenen Arbeitskontext. Die Teilnahme an einem Kompaktseminar ist Voraussetzung.

Marie Welpmann und Mechthild Wedekind

Di / Mi 27. / 28.06.	10.00 - 17.00 Uhr
140,- €	Sozialpreis 100,- €

Energetische Psychologie - eine Einführung **

Eine Fortbildung für Fachfrauen, die EDxTM nach Dr. F. Gallo - eine effektive (Selbsthilfe-)Technik zum Auflösen von emotionalem Stress sowie zur Entlastung bei Traumata - kennenlernen möchten. Sie dient immer zugleich der Selbstfürsorge der Behandelnden.

Karin Tegeler

08.09. - 22.09.	3 x freitags	14.30 - 16.30 Uhr
70,- €	Sozialpreis 50,- €	

LISA - Café

Ein Treffpunkt für Frauen aus aller Welt, um sich kennen zu lernen, auszutauschen, Gemeinsamkeiten und Unterschiedlichkeiten zu erleben.

Jeden 1. & 3. Donnerstag im Monat 10.00 - 11.30 Uhr

Ort: Frauenberatungsstelle, Raum 212

Die Treffen haben verschiedene thematische Schwerpunkte

oder eine Institution aus Detmold stellt ihre Arbeit vor.

Unter www.alraune-frauenberatung.de finden Sie die aktuellen

Termine und Themen des **LISA - Cafés**.

In Kooperation mit dem Projekt Sprint der VHS Detmold und der Integrationsstelle der Stadt Detmold.

VORTRAG

„Wenn die Seele verletzt ist“

Ursachen und Folgen von Traumatisierung

Mechthild Wedekind

Do 21.02.	18.30 Uhr
-----------	-----------

Weitere Termine bitte im Büro erfragen oder auf unserer Internetseite

IMPRESSUM

Redaktion: Karin Tegeler

Satz: Ursula Seeliger

Gestaltung: Christel Linkerhägner

Fotos: Karin Hattenkerl, privat

Gruppen mit *:

In Zusammenarbeit mit der **Melanchthonakademie**

Gruppen mit **:

In Zusammenarbeit mit den Gleichstellungsstellen der Stadt

Detmold und des Kreises Lippe