

Frauen unter sich

LADIES' DAY Gemeinsame Zeit für Vorträge und Gespräche.

SCHWABACH – Frauen aller Kulturen und Altersklassen sind für Samstag, 15. Oktober, ab 9 Uhr zum siebten Schwabacher Ladies' Day ins „Haus der Begegnung“ (Auf der Aich 1-3) eingeladen.

Die Idee zu diesem Tag – eine gemeinsame Veranstaltung der Volkshochschule Schwabach und der Gleichstellungsstelle der Stadt mit dem Haus der Begegnungen – entstand in turbulenten Zeiten. Themen wie die eigene Gesundheit, globale und lokale Krisen sowie Unsicherheiten und Brüche im Lebensentwurf rückten ganz nah an Frauen heran. Sie sind nun eingeladen, sich einen Vormittag lang mit Expertinnen zu diesen Themen konstruktiv und kreativ auseinanderzusetzen, um diese Umbrüche auch als Herausforderungen und Chance zu erkunden.

Dr. Olena Chumanska, Ärztin und Psychologin, Mitarbeiterin beim russischsprachigen Krisendienst Mittel-

franken, wird zu den Themen „Psychoziale Gesundheit zwischen Ost und West“, „Der Körper als Ressource“ sowie „Psychische Belastung von Frauen“ informieren wird. Auch praktische Einheiten sind vorgesehen.

Dazu gibt es ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm, wie etwa Lach-Yoga. Anmeldung sind bereits möglich. Die Teilnehmerinnenzahl ist begrenzt. Der Veranstaltungsraum ist barrierefrei zugänglich, eine Toilette für Menschen mit Behinderung ist vorhanden. Für Kinderbetreuung durch das Känguruh-Familienzentrum ist gesorgt, bei der Anmeldung sollten Anzahl und Alter der Kinder angegeben werden. Snacks und Getränke werden bereitgehalten. Die Veranstaltung ist kostenfrei.

INFO

Informationen unter Telefon 09122 860-204, E-Mail: vhs@schwabach.de oder im Internet unter www.vhs.schwabach.de