

**Die „Brennesseln“
wünschen allen Frauen
und ihren Familien
zauberhafte Rauh Nächte
und ein gesundes und
aufregendes Jahr 2018.**

***Dezember
Programm 2017***

Brennessel



Fr. 01.12. 14:00 Uhr

Alle Jahre wieder.....

Hier nun die gute Nachricht für Gestresste— unsere Last-Minute-Geschenke zum Selbermachen. Kleben, nähen, gestalten- es gibt schon eine Menge Ideen, wir freuen uns auch auf Deine. Schenken wir uns gegenseitig vorab gemeinsame Zeit und die Freude am Kreativsein.

Sa./So.02./03.12.

11:00 bis 17:00 Uhr

wendo-Wochenendkurs mit

Beatrice Osdrowsky

Im wendo-Kurs werden unterschiedliche Formen von Gewalt in unserer Gesellschaft und im Geschlechterverhältnis thematisiert und den Teilnehmerinnen zugleich Wege aufgezeigt, dieser Gewalt aktiv und Selbstbewusst zu begegnen. Dabei werden die verschiedenen Möglichkeiten der Gegenwehr praktisch erprobt. Bitte anmelden.

Mo. 04.12. 18:00 Uhr

Sternengeflüster mit Heidemarie

Mi. 06.12. 18:00 Uhr

Filmdiskussion „Alles ist Liebe“

Weihnachten steht vor der Tür, und alle haben Ärger mit der Liebe. Der ganz normale Wahnsinn der Vorweihnachtszeit - und über all dem schwebt die große Frage: Wir alle wollen Liebe, aber wie liebt man wirklich? Was passiert dann? Und ist dieses Weihnachten überhaupt noch zu retten?

Do. 07.12. 18:00 Uhr

Burn-Out – Was ist das?

Die Referentin Anne-Kathrin Müller, Heilpraktikerin und langjährig erfahren in der Burn-Out-Therapie und-Prophylaxe, erklärt mit einfachen Worten, wie es zum „Ausgebranntsein“ kommt. Wir erfahren, welche Risikofaktoren dazu führen und was wir tun können, um wieder in unsere volle Kraft zu kommen.

Fr. 08.12. 14:00 Uhr

Persönlichkeits- und Mentaltraining mit Juliane Görlitz

Wie hart, traurig oder schmerzhaft die äußeren Umstände auch sind: DU BIST EINZIGARTIG und WUNDERVOLL! Juliane Görlitz zeigt mit Hilfe von traditionellen und anerkannten Techniken wie der Zugang zu den verborgenen Aspekten der eigenen Persönlichkeit erlangt und in das (Wach-) Bewusstsein geholt werden kann. Glücklich – Gesund – Selbstbewusst – Selbstsicher leben mit der eigenen Kraft des positiven Denkens und Fühlens. Bitte anmelden.

Mi. 13.12. 17:00 Uhr

Lust auf Kunst: Origami mit Annette Andiel

Zwei geschickte Hände, ein wenig Übung und Zeit genügen, um aus Papier etwas Schönes entstehen zu lassen. Beim Origami geht es um Kreativität, Ästhetik und Spass am Erschaffen.

Sa. 16.12. 09:00 Uhr

Frauen unterwegs

Einmal im Monat treffen sich Frauen mit oder ohne Wanderstock und Rucksack, um Thüringen zu erkunden. Interessierte Frauen sind herzlich eingeladen.

Wir bitten um telefonische Absprache mit uns.

Mi. 20.12. 18:00 Uhr

Basar der Träume

Zur Einstimmung auf die Festtage treffen wir uns in gemütlicher Runde mit Kaffee, Weihnachtsgebäck, Liedern und Geschichten. Unser „Basar der Träume“ ermöglicht es, kleine Geschenke mitzubringen, zu tauschen oder mitzunehmen.

Do. 21.12. 17:00 Uhr

FeminisTisch mit Inis

Wir nehmen uns die Zeit, zusammen feministische Bewegungen zu reflektieren, eine gemeinsame Sprache zu finden, uns über eigene Erfahrungen mit Antifeminismus auszutauschen und Handlungsmöglichkeiten zu entwickeln. Wir lernen von und miteinander, Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Thema: Kultur

Ständiges

- | | | |
|------------|---------------|---|
| Mo. | 16:30 | Montagsmalerinnen |
| Di. | 10:00 | Sprachkurs Deutsch (Anfängerinnen) |
| | 12:00 | Rückengymnastik |
| | 16:00 | Tea for you - Englische Konversation |
| | 17 :00 | Hatha-Yoga |
| | 17:00 | Lesbenberatung |
| | 19:00 | Yo-Pi |
| Mi. | 14:30 | Internationales Cafe für Frauen aller Nationen |
| Do. | 09:00 | Sprachkurs Deutsch (Anfängerinnen) |
| | 11:30 | Yoga für Anfängerinnen |
| | 15:00 | Qigong |