

Evangelische **Frauenhilfe** in Westfalen e.V.

Lebensfragen & Beziehungen

September - Oktober 2024

Resilienz: Stark genug für Herausforderungen und Krisen

Montag, 02.09.2024 B 48
Beginn: 16:30 Uhr, Ende: 18:30 Uhr
Treffpunkt – Leben im Alter e.V.

Resilienz erhöht die Lebensqualität. Denn sie verhilft dazu, besser mit Stress, Veränderungen, Herausforderungen oder Krisen umgehen zu können. In dem Workshop begeben wir uns auf die Reise, eigene Potenziale der Resilienz zu entdecken und gewinnbringend einzusetzen. In kurzen Vortrags-Impulsen, Gruppen- und Einzelarbeit und anschließendem Austausch in der Gesamt-Runde werden wir den eigenen Resilienz-Faktoren auf die Spur kommen, sie mit Achtsamkeits-Übungen gezielt trainieren und Möglichkeiten erarbeiten, um Überforderungsfallen bewusst zu vermeiden. So wird es uns möglich, gerade in Zeiten mit hohen Anforderungen gelassener zu reagieren und schneller wieder in Balance zu kommen.

Zielgruppe Interessierte Frauen
Kosten **kostenfrei** - in Kooperation mit Treffpunkt – Leben im Alter e.V.
Verantwortlich Pfarrerin Lindtraut Belthle-Drury
Bildungsreferentin
Leitung **Barbara Batzik** Dipl. Pädagogin,
Systemische Therapeutin (ifs)

Safer Dating

Donnerstag, 05.09.2024 B 49
Beginn: 19:00 Uhr, Ende: 20:30 Uhr
online

Onlinedating bietet ganz neue Chancen, Menschen kennen zu lernen und bringt gleichzeitig einige Herausforderungen und Risiken mit. Nach einem Impulsvortrag zu verschiedenen Methoden, um das Dating sicherer zu gestalten, wird es einen Austausch im Plenum und die Möglichkeit geben, individuelle Fragen zu klären. Der Vortrag wird online stattfinden, um möglichst vielen Menschen eine Teilnahme zu ermöglichen.

Zielgruppe FLINTA*
Kosten **kostenfrei**
Verantwortlich Pfarrerin Lindtraut Belthle-Drury
Bildungsreferentin
Leitung **Lena Sauerland**
Sozialarbeiterin B.A.,
Systemische Therapeutin
(DGSF)

Älterwerden ist großartig! Wie es gelingt und was es dafür braucht.

Freitag, 20.09.2024 B 52
Beginn: 10:30 Uhr, Ende: 17:00 Uhr
TAGUNGSSTÄTTE SOEST



Die evangelische Erwachsenenbildung der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen e.V. ist Regionalstelle des Ev. Erwachsenenbildungswerkes Westfalen und Lippe, der anerkannten Einrichtung der Weiterbildung nach dem Weiterbildungsgesetz NRW im Trägerverein Ev. Erwachsenen- und Familienbildung Westfalen und Lippe e.V.



Je länger ich lebe, desto schöner wird das Leben.“
(Frank Lloyd Wright)

Menschliches Altern ist sehr komplex. Das Ziel ist, gesund und kompetent zu altern! Das chronologische Alter ist nur eins von vielen Merkmalen, die Zufriedenheit und Leistungsfähigkeit bestimmen. Welche Aspekte bedeutend sind für ein „erfolgreiches Altern“, welche Altersbilder ich selbst im Kopf habe, was ich selbst beeinflussen kann, welche Lebensweise mir gut tut - um all das wird es, wissenschaftlich untermauert, an diesem Seminar gehen. Ziel dieser Veranstaltung ist es, zu vermitteln, dass gesundes und kompetentes Altern sehr gut möglich ist und beeinflusst und gestaltet werden kann ist. Es wird mit verschiedenen Methoden gearbeitet sowie mit Impulsen und Vorträgen.

Eigene Wünsche der Teilnehmer*innen können eingebracht, Themenvorschläge vorab der Dozentin per Mail mitgeteilt werden.

Zielgruppe	Interessierte, (Vor-) Ruheständler*innen
Kosten	79,00 € inkl. Tagungskaffee/tee, Mittagessen, Kaffee und Kuchen, Handout 76,00 € für Mitglieder der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen
Verantwortlich	Claudia Montanus Bildungsreferentin
Leitung:	Prof. Dr. Gabriele Hoppe

Frauen und Finanzen Frauenkonferenz zum selbstbestimmten Umgang mit Geld und Vermögen

Montag, 07.10. – Dienstag, 08.10.2024 B 36

Beginn: 14:30 Uhr, Ende: 15:30 Uhr

TAGUNGSSTÄTTE SOEST

Frauen haben häufig nicht nur weniger Geld als Männer – sie machen auch weniger daraus:

Sie arbeiten häufiger in Teilzeit und haben auch deshalb durchschnittlich weniger Monatseinkommen oder Rente zur

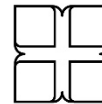
Verfügung. Ein Vermögen zu erwirtschaften oder Immobilien zu erwerben, scheint unmöglich.

Nach wie vor überlassen viele Frauen in einer Partnerschaft das Thema Finanzen lieber ihrem Partner. Sie trauen sich einen aktiven Vermögensaufbau oder den selbstbestimmten Umgang mit ihren Finanzen gar nicht zu. Dabei sind Frauen, wenn sie investieren, die erfolgreicherer Anleger*innen.

Es wird höchste Zeit, dass Frauen selbst aktiv werden und auch das Thema Finanzen in die Hand nehmen!

In Vorträgen, Gruppen-Arbeit und in Plenums-Runden wird der große Themenbereich „Frauen und Finanzen“ unter politischen, gesellschaftlich-sozialen, theologischen und auch persönlichen Perspektiven bearbeitet.

Zielgruppe	Frauen
Kosten	208,00 € inkl. Kost & Logis im Einzelzimmer Standard 175,00 € für Mitglieder der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen 50,00 € für Vorstandsmitglieder des Landesverbandes und der Bezirks-, Stadt- und Synodalverbände Optional bei Verfügbarkeit: 15,00 € Zuschlag für Einzelzimmer mit Dusche und WC
Verantwortlich	Pfarrerin Lindtraut Belthle-Drury Bildungsreferentin
Leitung	Birgit Reiche Leitende Pfarrerin Evangelische Frauenhilfe in Westfalen e.V. (EFHiW), M.A. Diakonienmanagement
Referent*innen	Claudia Müller CEO, Female Finance Forum Netzwerk für Frauen, um sich finanziellen Hürden zu stellen, Finanzexpertin für nachhaltige Geldanlagen Elly Fiege Finanzmentorin, Mrs. Fairnance, finanzielle Bildung für Frauen als Beitrag zur Selbstbestimmung, Nachhaltigkeit und Demokratie



TEILNAHME-BEDINGUNGEN

Anmeldung

Evangelische Frauenhilfe in Westfalen e.V. | Sylvia Pittke
Feldmühlenweg 19 | 59494 Soest | Fax 02921 371 236
pittke@frauenhilfe-westfalen.de | www.frauenhilfe-bildung.de

Schriftlich per Post, E-Mail oder Fax ist Ihre Anmeldung verbindlich und verpflichtet zur Zahlung.

Ist der Kurs ausgebucht oder findet er nicht statt, erhalten Sie eine Benachrichtigung und ggfs. eine Rückerstattung.
Bitte beachten Sie unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen, die Sie unter www.frauenhilfe-bildung.de finden.

Information (Mo - Fr: 09:00 - 12:00 Uhr)
Lindtraut Belthle-Drury, Tel. 02921 371 232

Kosten

Kosten wie ausgeschrieben.
Sie erhalten eine Rechnung.

Stornierung

Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte rechtzeitig schriftlich ab. Bei kurzfristigen Absagen werden Ausfallgebühren erhoben: 14 bis zu 9 Tage vor Veranstaltungsbeginn beträgt die Ausfallgebühr 50 % der angegebenen Kosten, 8 bis 1 Tag vor Veranstaltungsbeginn 75 %, bei Abmeldung am Veranstaltungsbeginn 100 %.

Tagungsort

TAGUNGSSTÄTTE SOEST | Feldmühlenweg 15 |
59494 Soest | www.tagungsstaette-soest.de
Tel. 02921 371 280

Treffpunkt – Leben im Alter e.V. | Kurfürstenring 31 | 59457 Werl

Online

Hinweis: Während der Veranstaltung werden ggf. Fotos/Screenshots zur Nutzung in der Öffentlichkeitsarbeit erstellt. Weisen Sie uns zu Beginn der Veranstaltung darauf hin, wenn Sie nicht einverstanden sind.

An:

Evangelische Frauenhilfe in Westfalen e.V. | Sylvia Pittke | Feldmühlenweg 19 | 59494 Soest | Fax 02921 371 236 | pittke@frauenhilfe-westfalen.de

Lebensfragen & Beziehungen September – Oktober 2024

Name, Vorname

Straße

PLZ, Ort

Telefon

Mail

Geb.-Datum

Sonderkostform

Ich melde mich kostenpflichtig an.

Bitte ankreuzen:

- Resilienz: Stark genug für Herausforderungen und Krisen**
02.09.2024, B 48
- Safer Dating**
05.09.2024, B 49
- Älterwerden ist großartig! Wie es gelingt und was es dafür braucht.** 20.09.2024, B 52
- Frauen und Finanzen**
Frauenkonferenz zum selbstbestimmten Umgang mit Geld und Vermögen
07.10. – 08.10.2024, B 36
- Mitglied der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen e.V.
- Ich stimme zu, dass meine Daten veranstaltungsbezogen elektronisch erfasst und gespeichert und für die Zusendung von Veranstaltungsinformationen der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen e.V. verwendet werden. Meine Einwilligung kann ich jederzeit widerrufen.

Ort, Datum, Unterschrift