



Einladung

Frauen lassen Frauen nicht im Regen stehen

Online-Veranstaltung – Samstag, 31. Mai 2025, 13:30 – 17:00 Uhr

für alle
Präsidentinnen von Frauenvereinen
Vorstands- und Vereinsmitglieder
interessierte Frauen für Frauenförderung

Die unermüdliche Arbeit von engagierten Frauen in der Frauenarbeit trägt Früchte. Ohne den Einsatz in den Frauenvereinen, ihren Präsidentinnen, Vorstandsmitgliedern und Unterstützerinnen wäre es nicht möglich gewesen, dass heute immer mehr Frauen selbstbewusst und selbstsicher ihren Weg gehen und ihren Alltag gestalten können.

Nun geht es darum, Erreichtes zu würdigen und zu bewahren und weiterhin dafür zu sorgen, dass Frauen in allen gesellschaftlichen und familiären Bereichen gleichberechtigt und gleichwertig geschätzt sind.

Das Frauseminar Bodensee möchte gerne einen Beitrag dazu leisten und Vereinen eine Themenpalette vorstellen, die sich sowohl für Vorträge, Workshops und Seminare eignen.

Veranstaltungsprogramm

13.30 Uhr Referat Julia Onken:

- ein grosses Dankeschön für geleistete Arbeit
- was weiterhin zu tun ist
- unterschiedliche Bedürfnisse von Frauen berücksichtigen: Familienfrau, berufstätige Familienfrau, Alleinerziehende, Frauen ohne Kinder, Grossmütter

**14.15 Uhr Themenbereiche werden in Kurzreferaten vorgestellt
Anschliessend 2 Stunden Schnupperworkshop
Die Workshops werden von psychologischen Beraterinnen und Biografie –
Schreibpädagoginnen geleitet**

- Freudvoll die Lebenserinnerungen aufschreiben
- Wechseljahre – Auftakt in eine neue Lebensphase
- Trennung/Scheidung – Aufbruch und Neuorientierung
- Inspirationen und Methoden für den entspannten Alltag
- Erkenne dich – Entfalte dich: Authentisch neue Wege beschreiten
- Die Kraft der Empathie
- Freie Worte, die bewegen, bewegende Worte, die befreien
- Trauer verstehen: Schreibend zu innerer Ruhe und Heilung

**16.45 Uhr Zusammenfassung – Hinweis auf Vernetzung
Verabschiedung**

Die Teilnahme ist kostenlos.

Anmeldung: [Hier](#)