

### **Donnerstag, 14. März**

**16.00 Uhr „Körperbildstörung nach einer Brusterkrankung“**,  
Vortrag von Frau Sabine Liebeck,  
Ort: Städtische Kliniken, Leimenstraße, Konferenzraum im 5. OG  
Veranstalterin: Städtische Kliniken Hanau

### **Donnerstag, 14. März**

#### **18.00 Uhr "Trennung und Scheidung – Welche Rechte habe ich?"**

Informationsveranstaltung zum Ablauf des Scheidungsverfahrens mit Rechtsanwältin Nora Luise Miercke. Anmeldung telefonisch oder per Mail erforderlich! Tel.: 06181-189 76 64, [hilfe@frauenberatung-hanau.de](mailto:hilfe@frauenberatung-hanau.de), [www.frauenberatung-hanau.de](http://www.frauenberatung-hanau.de). Diese Veranstaltung ist nur für Frauen!  
Ort: Fachberatungs- und Interventionsstelle bei häuslicher Gewalt, Eberhardstraße 3, 63450 Hanau  
Veranstalterin: Frauen helfen Frauen e.V.

### **Freitag, 15. März**

#### **18.30 Uhr – „Rebellion der Sehnsucht: Warum ich mir den Glauben nicht nehmen lasse“**

Lesung mit Autorin und Journalistin Khola Maryam Hübsch mit anschließender Diskussion. Für das leibliche Wohl ist gesorgt!  
Ort: Kulturforum Hanau, Am Freiheitsplatz 18a, 63450 Hanau  
Veranstalterinnen: Lajna Imaillah Hanau, Frauenorganisation der Ahmadiyya Muslim Jamaat Hanau

### **Samstag, 16. März**

#### **16.00 – 18.00 Uhr – Danse Vita „Tanz des Lebens“**

Tanztherapeutische Methode zur Persönlichkeitsentwicklung, Sinnfindung und Vitalisierung auf der Grundlage von Musik-, Tanz- und Bewegungskulturen aus aller Welt.  
Ort: Gymnastikraum im Heinrich-Fischer-Bad, Eugen-Kaiser-Straße  
Veranstalterin: Cornelia Grasmück

### **Montag, 18. März - Equal Pay Day**

### **Montag, 18. März**

#### **16.00 Uhr – Finissage der Ausstellung „Starke Frauen in der Pflege“.**

Starke Frauen in der Pflege kommen zu Wort. Impuls und Gespräch  
Ort: Vereinte Martin Luther + Althanauer Hospital Stiftung Hanau, Martin-Luther-Anlage 8, Hauptgebäude, Foyer Albert Schweitzer Haus  
Veranstalterin: Vereinte Martin Luther + Althanauer Hospital Stiftung Hanau

### **Mittwoch, 20. März**

#### **10.00 – 13.00 Uhr - „Miteinander leben – miteinander reden – miteinander tanzen“**

Begegnungsfrühstück für Frauen. Austausch bei internationalen Köstlichkeiten und Spaß beim Tanzen.  
Ort: Alfred-Delp-Str. 10a,  
Veranstalterinnen: Frauen im Stadtteilzentrum Süd-Ost

### **Mittwoch, 20. März**

#### **11.00 – 15.00 Uhr Kunstaktion**

##### **Alle Menschen werden Brüder / Schwestern**

"Die Wissenschaften erkennen keine Grenzen", Jacob Grimm 1853,  
Kunst ebenso - Sanja Zivo 2019  
Eine Kunstaktion für eine Gesellschaft im Wandel, über Gedanken und Gefühle zu den Themen: vertraut-fremd / ähnlich-verschieden / Angst-Stärke / Nähe-Distanz / Dialog-Respekt / Mut-Schutz / Vorurteil-Toleranz. Eine herzliche Einladung zum Malen an der Malmauer. Die Malmauer wird von Künstlerin Sanja Zivo betreut.  
Ort: Auf dem Hanauer Marktplatz  
Veranstalterin: Sanja Zivo

### **Mittwoch, 20. März**

#### **17:00 Uhr - "Vor den Kommunalwahlen in der Türkei: Situation der Frauen in türkischen Gefängnissen".**

Referentin: Frau Nursel Aydogan, ehemalige HDP Abgeordnete.  
Ort: Aschaffenburg Str. 5, Büro Nujin Frauenrat e.V. Hanau  
Die Veranstalterinnen: Frauen für Frieden e.V., Hessen, Nujin Frauenrat e.V. Hanau, Frauen der LINKEN Hanau

### **Mittwoch, 20. März**

#### **19:00 Uhr: Frauenkino: „Wie wichtig ist uns, was die Leute sagen?“**

Spielfilm - Iram Haq - Deutschland, Norwegen, Schweden 2017  
Inhalt: Nisha wächst mit pakistanischen Wurzeln in Norwegen auf. Die selbstbewusste Teenagerin lebt nach außen wie ihre Freunde, in der Familie passt sie ihr Verhalten den pakistanischen Werte-Vorstellungen ihrer Eltern an. Ihre Familie umgibt sie liebevoll - sie ist der Stolz des Vaters. Das ändert sich schlagartig, als er Nisha in einer sexuell zweideutigen Situation mit einem Jungen in ihrem Zimmer erwischt. Die Eltern reagieren extrem: sie verschleppen Nisha nach Pakistan zu Verwandten.

Empfohlen: ab 16 Jahren - FSK ab 12 Jahren. – Im Anschluss Gesprächsrunde, mit Verkauf von Fingerfood und Getränken, Eintritt frei  
Ort: Evangelisches Gemeindehaus Johanneskirche, Frankfurter Landstraße 17  
Veranstalterin: Evangelische Frauenarbeit im Kirchenkreis Hanau

### **Donnerstag, 21. März**

#### **15.00 – 18.00 Uhr F. I. T. - Faszien-Individual-Training für Jede**

Die 27 Faszien dehnen nach Liebscher & Bracht sind eine spezielle Form der Muskeldehnung, der Kräftigung und Muskelansteuerung. Durch regelmäßige Dehnung bleiben Sie beweglich bis ins hohe Alter. Dadurch minimieren Sie Ihren Verschleiß an den Gelenken und der Wirbelsäule. Teilnahme ist kostenlos. Anmeldung ist erforderlich, begrenzte Teilnehmerinnenzahl, unter [quartier@freigerichtviertel.de](mailto:quartier@freigerichtviertel.de) oder unter 06181 / 98848-34.

Ort und Veranstalter: Quartiersbüro Freigerichtviertel, Freigerichtstr. 67

### **Freitag, 22. März**

#### **16.00 – 19.00 Uhr – „Der Aufstieg Persephones“ –**

Ein kreativer Workshop  
Tochter, Mutter, Ehefrau, Geliebte, Dienerin, Kämpferin, Opfer, Objekt, Managerin... - welches Selbstverständnis haben wir als Frau? Mithilfe des griechischen Mythos von Demeter, Persephone und Hades nähern wir uns unseren zahlreichen Aspekten von Weiblichkeit. Welche Rolle spielen wir? Welche Anteile leben wir nicht? Kein neues Thema, aber aktuell! Teilnehmerinnenzahl: max. 8  
Anmeldung über [mail@lawine-ev.de](mailto:mail@lawine-ev.de) oder 06181/256602  
Ort: Beratungsstelle Lawine e.V., Chemnitzer Str. 20  
Veranstalterin: Lawine e.V., Nadine Chaudhuri, Psychotherapeutin

### **Samstag, 23. März**

#### **11.00 – 14.00 Uhr – Schnupperkurs Selbstbehauptung für**

Mädchen von 14-17 Jahren, begrenzte Teilnehmerinnenzahl!  
Anmeldung über Lawine e.V., Telefon 06181 / 256602 oder [mail@lawine-ev.de](mailto:mail@lawine-ev.de)  
Ort und Veranstalterin: Lawine e.V., Chemnitzer Str. 20

### **Samstag, 23. März**

#### **14.30 – 17.00 Uhr „Sport, Spiel und Spaß“**

Mädchensporttag für Mädchen im Alter von 6-12 Jahren.  
Mitzubringen sind: Sportkleidung und Schuhe mit hellen Sohlen  
Anschprechpartnerin: Havva Kocaman, Stadtteilzentrum Süd-Ost, Tel. 06181-32548  
Ort: Sporthalle der Pestalozzischule, Ramsaystr. 12  
Veranstalterin: Frauen der Abteilung Familien- und Jugendarbeit

### **Samstag, 23. März**

**19.00 Uhr - „Kassandra“** Autorisierte Bühnenfassung nach der gleichnamigen Erzählung von Christa Wolf, gespielt von Cornelia Gundermann-Bauer. Cassandra, die behütete Königstochter glaubt glücklich zu sein, bis allmählich Risse das Bild des Königshauses fragwürdig erscheinen lassen.

Was geht hinter den Fassaden der Macht vor sich? Wer ist der geliebte Vater, der König wirklich? Cassandra wird hellhörig. Sie wird zur Seherin. Sie entdeckt die heimlichen Zurechtweisungen für einen Krieg. Sie fragt, gerät in Opposition und Widerstand. Und sie erkennt sich selbst, erfährt ihr eigene Kraft und ihre eigene Stimme!  
Ein zeitlos-aktuelles Stück über die Entdeckung der eigenen Kraft, der Freiheit im Widerstand gegen Blendung und Betrug.  
Eintritt: 12,-€ - Vorverkauf im Buchladen am Freiheitsplatz  
Ort: Kulturforum, Am Freiheitsplatz  
Veranstalterin: Frauenbüro

### **Samstag 23. März**

#### **20.00 Uhr Frauenband „Acht Ohren“**

Die acht Ohren – Die Weltbürgerinnen aus Hessen, präsentieren Ohrwürmern aus Mittel – Ost und Südeuropa, dem vorderen

Orient, Afrika und Südamerika. Sie kreieren ein abwechslungsreiches Programm, mit rasanten Rhythmen, dass zum Tanzen einlädt.  
Eintritt 12,-€, ermäßigt 6,-€  
Ort: Jazz Club, Philippsruher Alle 22  
Veranstalter: Jazz Club Hanau e. V.

### **Sonntag, 24. März**

#### **17.00 Uhr – Finissage-Event zur Ausstellung „Frauen im Wechsel der Moderne“,**

mit einem Vortrag über „Camille Claudel - Modell und Muse von Auguste Rodin“ von Ursula Reindell  
Ort: Remisengalerie Schloss Philippsruhe  
Veranstalter: Hanauer Kulturverein

### **Montag, 25. März**

#### **15.00 Uhr – Älter werden in Hanau - Film: „Womit haben wir das verdient?“ Café ab 13.15 Uhr**

Die überzeugte Atheistin und Feministin Wanda ist fassungslos, als ihre Teenagertochter Nina zur Schleier tragenden Muslima mutiert. In dem Bemühen Nina zur Vernunft zu bringen, findet die Wienerin eine Mitstreiterin in der Mutter von Ninas muslimischer Freundin Maryam, die für Frauenrecht im Islam kämpft. Kosten: 5€ im Vorverkauf  
Ort: Kinopolis Hanau, Steinheimer Tor 17  
Veranstalterin: Seniorenbüro der Stadt Hanau in Kooperation mit Kinopolis Hanau

### **Montag, 25. März**

#### **9.30 – 11.30 Uhr „Erfolgreich zurück in den Beruf“**

Infoveranstaltung für Berufsrückkehrende  
Möglichkeiten der Weiterbildung und Hilfen (z. B. Neustrukturierung der Familienorganisation) der Arbeitsagentur bei der Rückkehr ins Berufsleben. Die Teilnahme ist kostenlos. Eine Anmeldung ist nur für Gruppen erforderlich. Weitere Infos unter Telefon 06181/ 672 222 oder unter [Hanau.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Hanau.BCA@arbeitsagentur.de)  
Ort: Berufsinformationszentrum (BIZ) der Agentur für Arbeit Hanau, Am Hauptbahnhof 1, Raum 41  
Veranstalterin: Agentur für Arbeit

# 1.-25. März 2019

## Hanauer Frauenwochen

### Ausstellungen mit Vernissage, Filmvorführungen, Vorträge, Diskussionen, Frauendisco, Veranstaltungen für Mädchen

Frauen  
BURO

Magistrat der Stadt Hanau  
Am Markt 14-18, 63450 Hanau  
E-mail: [frauenbuero@hanau.de](mailto:frauenbuero@hanau.de) · Telefon: 0 61 81 - 295 467



Frauen  
BURO  
und Hanauer Frauenplenum

## Programm Hanauer Frauenwochen 2019

### Freitag, 01. März Weltgebetstag „Kommt, alles ist bereit!“

Unter diesem Motto laden Frauen aus Slowenien zu den Gottesdiensten am Weltgebetstag 2019 zu den folgenden ökumenischen Gottesdiensten ein:

15.30 Uhr: Vereinte Martin-Luther und Althanauer Hospital-Stiftung, anschließend ist Zeit für Gespräche, Essen und Trinken

17.00 Uhr: Pfarrheim St. Jakobus, Großauheim, Info und gemeinsames Essen

18.00 Uhr Gottesdienst

19.00 Uhr: Evangelische Erlöserkirche Klein-Auheim

19.00 Uhr: kath. Kirche St. Nikolaus, Steinheim

19.15 Uhr: Wallonisch-Niederländische Kirche, anschließend ist Zeit für Gespräche, Essen und Trinken

### Sonntag, 03. März

#### 10.00 – 12.00 Uhr - Politisches Frauenfrühstück

Arbeiten im Niedriglohn, unfreiwilliger Teilzeit oder im Minijob, der nur wenig für die Rente abwirft? Für Frauen ein Thema. Die LINKE Landtagsabgeordnete Saadet Sönmez und die Geschäftsführerin des DGB Südsthessen Ulrike Eifler laden alle Interessierten im Rahmen der Hanauer Frauenwoche zu einem politischen Frauenfrühstück ein. Ort: Gewerkschaftshaus Hanau, Am Freiheitsplatz 6, 5. Stock  
Veranstalterinnen: Frauen des DGB, der DIDF und der LINKEN

### Mittwoch, 06. März

#### 20.00 Uhr Die Revolution der Frauen in der Demokratischen Föderation Nordsyrien

Rojava: Heike Karau, Newroz Duman und Thomas Lutz berichten mit zahlreichen Bildern von ihren Reisen nach Nordsyrien.

Sie lernten dort den Aufbau einer Gesellschaft kennen, in der Frauen auf allen Ebenen beteiligt, gleichberechtigt, und selbstbestimmt sind und in der das Zusammenleben der Menschen kommunalistisch organisiert ist. Weiterhin wird über den Aufbau eines neuen Bildungs- und Erziehungssystems informiert, und die aktuellen und bedrohten Lebensbedingungen.

Im Anschluss besteht die Möglichkeit zum Austausch und zur Diskussion.

Ort: Kulturforum

Veranstalterinnen: Zentrum für Traumapädagogik der Welle gGmbH in Kooperation mit dem Frauenbüro

### Donnerstag, 07. März

#### 10.00 – 11.00 Uhr (Ankommen ist ab 9:45 Uhr) „Schatzkiste Wiegenlieder“

Das Singen von Wiegen- und Kinderliedern stimmt Schwangere und ihre ungeborenen Babys auf die gemeinsame Zeit nach der Geburt ein, intensiviert die Beziehung zum Kind und fördert seine Entwicklung. Ein Angebot für schwangere Frauen mit der Musiktherapeutin Karoline Münzel zur musiktherapeutischen Begleitung während der Schwangerschaft, mit anschließendem Austausch, Ort: SKF Hanau, Friedrichstr. 12  
Veranstalterin: Sozialdienst katholischer Frauen in Kooperation mit dem Frauenbüro Hanau

### Donnerstag, 07.März

#### 19 Uhr Ausstellungseröffnung „Nichts war vergeblich. Frauen im Widerstand gegen den Nationalsozialismus“

18 Biographien von Frauen stellen dar, auf welch vielfältige Weise sie dem Regime die Gefolgschaft verweigerten. Diese Ausstellung würdigt den Mut von Frauen im Kampf gegen den NS-Staat, die in der Öffentlichkeit noch immer zu wenig bekannt sind.

Ort: Rathaus, Stadtladen, Am Markt 14-18,

Veranstalterinnen: VVN-BdA Main-Kinzig, DGB Südsthessen

### Freitag, 08. März - Internationaler Frauentag

#### 09:30 – 13:00 Uhr Beruf und Familie – offener Infvormittag für Mütter und Väter. Ausbildung mit Kind? Jobsuche? Plan B?

Lebensunterhalt, Qualifizierung, Betreuungsmöglichkeiten, Freizeit, finanzielle und begleitende Unterstützungsangebote durch das Jobcenter und innerhalb meiner Stadt

Ort: Mehrgenerationenhaus Fallbach, Reichenberger Straße 59, VeranstalterInnen: Mehrgenerationenhaus Fallbach, BCA des Kommunalen Centers für Arbeit-Jobcenter und Familien- und Jugendberatung der Stadt Hanau

### Freitag, 8. März - Internationaler Frauentag

#### 11.00 – 12.00 Uhr Fairtrade-Rosenaktion auf dem Marktplatz

Fairtrade-Rosen werden zum Internationalen Frauentag an Frauen verteilt  
Mit dem Kauf von Fairtrade Produkten stärken wir u. a. Frauen in Entwicklungsländern  
Ort: Marktplatz Hanau  
Veranstalterinnen: Frauenbüro, Stabstelle Nachhaltige Strategien

### Freitag, 8 März - Internationaler Frauentag

#### 18.00 Uhr Empfang

#### 19.30 Uhr Frauen - Liebe - Leben!

Vier Frauen mixen die romantischen Lieder von Robert Schumann mit Pop, Jazz, eigenen und literarischen Texten.

Das Ergebnis ist eine furiose Performance, ein couragiertes Crossover-Format aus Theater, Klavier, Musical, klassischem Gesang. Eine charmante, liebenswert chaotische Charakterstudie über uns Frauen, die das Zeug für die Bestseller-Listen hätte. Ein Stück von Sabine Fischmann mit Heidrun Kordes, Birgit Thomas, Erika leRoux, Sabine Waffender

Ort: Vereinte Martin Luther + Althanauer Hospital Stiftung, Martin-Luther-Anlage 8, Hauptgebäude,  
Veranstalterin: Frauenbüro

### Samstag, 09. März

#### 13.00 – 16.00 Uhr Frauenpower – Yes We Can

Selbstverteidigung - offensive und defensive Techniken, Einführungsworkshop

Ort: AFS Fitness, Niddastr.30

Veranstalterin: AFS Fitness

### Samstag, 09. März

#### 18.00 Uhr Vernissage zur Ausstellung „Frau im Wechsel der Moderne“

Malerei und Skulptur von Ursula Reindell. Die Ausstellung geht vom 10.03.-25.03., Sa. und So. 14.00-17.00 Uhr

Ort: Remisengalerie, Schloss Philippsruhe,

Veranstalter: Hanauer Kulturverein

### Samstag, 09. März

#### 20.00 Uhr Frauendisco – Tanzen zu Angestigtem und Klassikern,

Eintritt 5€. Nur für Frauen!

Ort: Hans-Böckler-Haus, Sandeldamm 19,

Veranstalterin: aristanet e.V. – Netzwerk für Frauen, die etwas unternehmen

### Sonntag, 10. März

#### 15.00 – 16.00 Uhr Sonntags um Drei – „Porträts für die Ewigkeit.

#### Frauen im Schloss – von Gräfinnen und Top Models“

Eine Führung mit Dozentin: Susanna Rizzo M.A., anschließender Besuch des Museumscafés ist möglich. Anmeldung unter museen@hanau.de oder telefonisch unter 06181 / 295 1799, max. 25 Personen. Eintritt incl. Führung: 6€, ermäßigt 5€.

Ort: Schloss Philippsruhe, Treffpunkt Foyer

Veranstalterin: Städtische Museen Hanau

### Montag, 11. März

#### 9.30 – 11.30 Uhr Internationales Frauenfrühstück zum Thema

#### „Frauenrechte in Deutschland“

Ort: Quartiersküche Brüder-Grimm-Schule, Wallweg

Veranstalterin: Stadteilladen Südlicht

### Dienstag, 12. März

#### 15.00 – 16.30 Uhr – Gesundes Haar bis ins hohe Alter

Profitipps von Friseurmeisterin Esmā Duran

Ort und Veranstalter: Quartiersbüro Freigerichtviertel, Freigerichtstr. 67,

### Dienstag, 12. März

#### 15.00 Uhr Ausstellungseröffnung „Starke Frauen in der Pflege“

mit Texten und Musik

Ort: Vereinte Martin Luther + Althanauer Hospital Stiftung,

Martin-Luther-Anlage 8, Hauptgebäude, Foyer Albert-Schweitzer-Haus

Veranstalterin: Vereinte Martin Luther + Althanauer Hospital Stiftung

### Dienstag, 12. März

#### 17.00 Uhr "Ist Altersarmut weiblich?"

Frau Nadine Gersberg referiert über diese Frage, mit anschließender Diskussion

Ort: Gaststätte Hanauer Bub, Am Tümpelgarten 21A,

Veranstalterinnen: ASF Main-Kinzig

### Dienstag, 12. März

#### 19.00 Uhr Film: “Wo Mädchen wenig wert sind- eine Jugend im Zeichen der Ehre“

Ein Dokumentarfilm von Rainer Fromm über Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund, deren Familien in Deutschland nach streng traditionellen Werten leben. Wer sich beim Thema Heirat dem Willen der patriarchalen Familie widersetzt, wird zwangsverheiratet oder hat weitere Repressalien zu erwarten.

Im Anschluss werden die **HeRoes** ein kurzes Rollenspiel zum Thema Familienehre darbieten. HeRoes sind junge Männer mit Migrationshintergrund, die sich für Gleichberechtigung einsetzen und die Unterdrückung der Frauen und Männer im Namen der Ehre bekämpfen.

Ort: Kathinka-Platzhoff-Stiftung, Familienakademie,

Französische Allee 12,

Veranstalterinnen: Frauenbüro der Stadt Hanau, Netzwerk gegen Gewalt

### Mittwoch, 13. März

#### 11.00 – 15.00 Uhr Kunstaktion

#### Alle Menschen werden Brüder / Schwestern

"Die Wissenschaften erkennen keine Grenzen", Jacob Grimm 1853, Kunst ebenso - Sanja Zivo 2019

Eine Kunstaktion für eine Gesellschaft im Wandel, über Gedanken und Gefühle zu den Themen: vertraut-fremd / ähnlich-verschieden / Angst-Stärke / Nähe-Distanz / Dialog-Respekt / Mut-Schutz / Vorurteil-Toleranz. Eine herzliche Einladung zum Malen an der Malmauer. Die Malmauer wird von Künstlerin Sanja Zivo betreut.

Ort: Auf dem Hanauer Marktplatz

Veranstalterin: Sanja Zivo

### Mittwoch, 13. März

#### 17.00 Uhr Stadtführung durch Hanau.

Wir wollen einige Hanauer Betriebe besuchen und mit ansässigen Betriebsräten/innen über die Arbeitsbedingungen sprechen. Dies wollen wir im Hinblick auf die Digitalisierung tun und diskutieren, was dies wohl an Veränderungen für die Beschäftigten in den Betrieben bedeuten könnte.

Ort: Startpunkt ist das DGB Haus am Freiheitsplatz

Veranstalterin: IG Metall Hanau - Fulda

### Mittwoch, 13. März

#### 18.00 Uhr Ilse Werder liest aus ihrem neuen Buch "Neues von gestern, Frisches für morgen - Hanau, der weite Weg zu Recht und Freiheit".

Es ist ein Buch über die Hanauer Arbeiterbewegung von ihren Anfängen bis heute. Und es ist ein Buch über all jene, die seit dem 19. Jahrhundert für eine gerechte, humane und demokratische Gesellschaft gekämpft haben und dabei selbst gefährliche Risiken für Leib und Leben eingegangen sind.

Ort: Kulturforum, Lesecafé, Am Freiheitsplatz 18A

Veranstalterin: Frauenbüro der Stadt Hanau

### Mittwoch, 13. März

#### 19.30 Uhr – Lesung „Und dennoch leben“

von Simone Veil  
Autobiographie einer großen Europäerin. Gelesen von Bettina Kaminski.

Sie überlebte Auschwitz und den Todesmarsch nach Bergen-Belsen.

Sie kämpfte für das Recht auf Abtreibung und die europäische Idee.

Und sie war die erste Präsidentin des Europäischen Parlaments.

Anlässlich der Europawahlen im Mai 2019 liest die Schauspielerin

Bettina Kaminski aus dem Leben der außergewöhnlichen Simone Veil.

Ort: Calvinstraße 10

Veranstalter/in: Bündnis 90/Die Grünen Hanau

### Donnerstag, 14. März

#### 9.30 – 11.30 Uhr Raus aus dem Haus! Aktuelle und regelmäßige

Freizeit- und Bildungsangebote für Kinder und Familien in Hanau.

Ort: Verein Sprungbrett, Richard-Küch-Str.4,

Veranstalterinnen: Verein Sprungbrett, die Stadtteilmütter

### Donnerstag, 14. März

#### 9.30 – 12.30 Uhr „BIZ & DONNA – für Frauen, die noch was vorhaben“

Dieser Workshop bietet Frauen, die sich demnächst bewerben wollen, Struktur, Motivation und jede Menge Anregung für das Anfertigen ihrer Bewerbung. Ute Jäkel-Rossmann von BewerbunXcoach leitet den Workshop. Die Teilnahme ist kostenfrei. Um eine Voranmeldung wird gebeten unter Telefon: 06181/672 222 oder unter Hanau.BCA@arbeitsagentur.de

Ort: Berufsinformationszentrum (BIZ) der Agentur für Arbeit Hanau, Am Hauptbahnhof 1,

Veranstalterin: Agentur für Arbeit

### Donnerstag, 14. März

#### 15.00 – 18.00 Uhr - Erlebe die Entspannung-

In der Bowtech-Lounge mit Christine Westenberger, Schmerzspezialistin nach Liebscher & Bracht, Bowtech und Emmett-Anwenderin. Durch eine gezielte, aufeinander abgestimmte Grifftechnik erfahren Sie Tiefenentspannung! Sie tauchen ein in das angenehme Gefühl der Entspannung. Körper, Geist und Seele kommen ins Gleichgewicht. Eine Anwendung eine Stunde. Anmeldung ist erforderlich – begrenzte Teilnehmerinnenzahl. Unter info@entspannt-und-aktiv.de oder unter 0176 / 34 08 10 77  
Ort u. Veranstalter: Quartiersbüro Freigerichtviertel, Freigerichtstr. 67