

Weiberkram im Frauennotruf

2. Halbjahr 2017

Vortragsreihe für Frauen

- Jeden ersten Montag im Monat von 19.00 bis 20.30 Uhr.
- In den Räumen vom FRAUENNOTRUF UND -BERATUNG (Stadtteilzentrum West, 2. OG), Am Sulzbogen 56 in Fürstenfeldbruck.
- Keine Anmeldung erforderlich.
- Wir freuen uns über einen Eigenbeitrag in Höhe von 2,- €
- Informationen unter 08141 / 290 850, auf Facebook oder www.fhf-ffb.de.

Frauennotruf
und -beratung

Montag, 3. Juli 2017, 19.00 – 20.30 Uhr

Eltern-Kind-Bindung

Um der Individualität des Kindes gerecht zu werden, braucht es Feingefühligkeit. Aber was heißt das? Es gibt keine Patentrezepte. Wir wollen mit den Augen des Kindes sehen lernen. Karin Seibold, Psychologische Heilpraktikerin und Kindertherapeutin informiert Sie über eine gelingende Eltern-Kind-Bindung.

Montag, 7. August 2017, 19.00 – 20.30 Uhr

Nein sagen, aber wie?!

„Wer nein sagt, sagt ja zu sich selbst.“ – Wenn das mal so einfach wäre! Im beruflichen wie im privaten Alltag werden wir häufig mit den Wünschen, Bitten, Anliegen Anderer konfrontiert. Die Fähigkeit, nein zu sagen, brauchen wir, um unsere eigenen Ressourcen zu schonen und uns von den Begehrlichkeiten anderer abzugrenzen. WIE Sie sich wirksam abgrenzen, darum geht es in dieser Veranstaltung mit Coach Stephan Pilzecker.

Montag, 4. September 2017, 19.00 – 20.30 Uhr

Selbstmanagement statt Co-Abhängigkeit

Angehörige von Suchtmittelabhängigen unterstützen wir dabei, wieder Vertrauen in die eigene innere Kraft und Intuition zu gewinnen. Entgegen dem Konzept der Co-Abhängigkeit fördert die Stärkung des Selbstkonzepts ein Arbeiten für sich selbst und nicht gegen den Partner. Die Suchtberatungsstelle der Caritas FFB informiert und freut sich über einen anschließenden Austausch.

Montag, 2. Oktober 2017, 19.00 – 20.30 Uhr

Gewaltfrei für sich selbst eintreten

Sich aufrichtig mitteilen und gleichzeitig einfühlsam zuhören, darin liegt der Schlüssel für gelungene Kommunikation. Aber wie geht das? Die vier Schritte der Gewaltfreien Kommunikation zeigen uns einen Weg, wie wir in Konflikten mutig für uns selbst eintreten können ohne andere verbal anzugreifen oder zu verletzen. Ein Vortrags- und Übungsabend mit Ulla Kruse, Mediatorin und Heilpraktikerin für Psychotherapie.

Montag, 6. November 2017, 19.00 – 20.30 Uhr

Vorsorgevollmacht, Patienten- und Betreuungsverfügung

Was verbirgt sich hinter den Begriffen, wie lassen sie sich abgrenzen und was ist beim Erstellen zu beachten, um eine Vertrauensperson, die mich vertritt, rechtserheblich zu bevollmächtigen, falls ich nicht (mehr) in der Lage sein sollte, meine Angelegenheiten zu regeln. Claudia Fisch vom Landratsamt FFB gibt wertvolle Informationen.

Montag, 4. Dezember 2017, 19.00 – 20.30 Uhr

10 Schritte zu meinem persönlichen Testament

Immer häufiger besteht der Wunsch nach erbrechtlichen Regelungen anstelle der gesetzlichen Erbfolge. Nicht ohne Grund: die Lebenslagen werden komplexer, Patchwork-Familien, geschiedene Ehegatten, binationale Ehen, Behinderung, Insolvenz, all diese Aspekte sollten beim Testament berücksichtigt werden. Die Rechtsanwältin Christiane Karwatka-Kloyer stellt Praxisbeispiele vor und entwickelt mit den Teilnehmerinnen eine Checkliste mit den 10 wesentlichen Schritten für die Erstellung eines persönlichen Testaments.

