

Erste Euskirchener FRAUEN-STÄRKEN Wochen starten

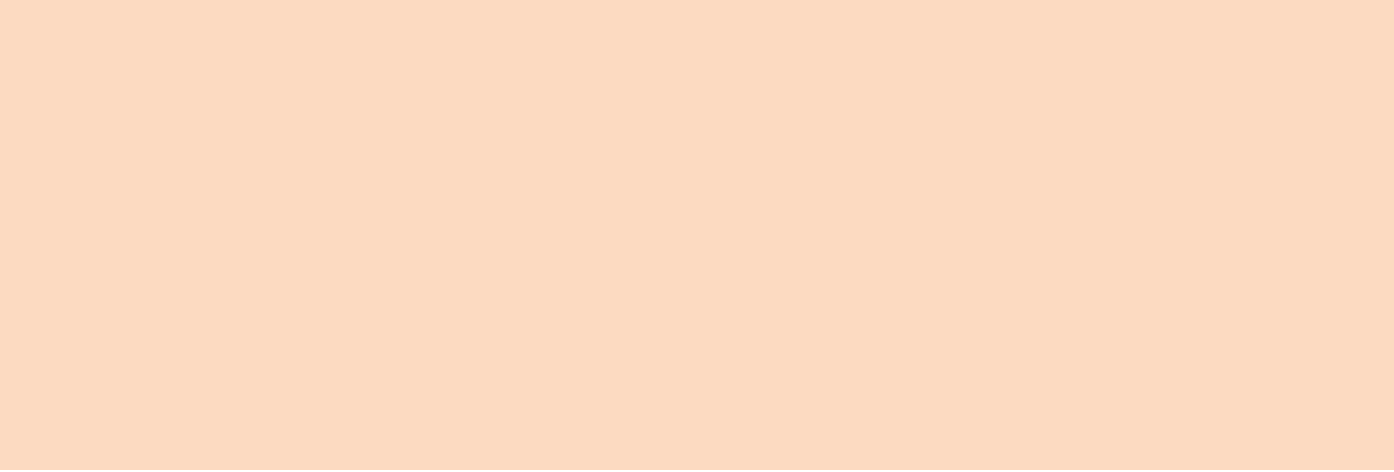
Von Carsten Düppengießer

25. August 2022, 14:38

25.08.2022 bis

FRAUEN
STÄRKEN

Woche



Mit einer Lesung von Nicole Staudinger starten die ersten Euskirchener FRAUEN-STÄRKEN Wochen in ein vielfältiges Programm im Aktionszeitraum vom 25.08.-10.09.2022.

Unter dem Motto FRAUEN-STÄRKEN laden die Veranstalter_innen alle Frauen, Mädchen und Interessierte im Kreis Euskirchen ein, an den abwechslungsreichen Angeboten teilzunehmen. Auch die Caritas Euskirchen ist Mitglied im Organisationsteam.

Im Mittelpunkt stehen die Stärken von Frauen und Mädchen. Viele Frauen stehen in einem starken und kräftezehrenden Spannungsfeld zwischen privaten und beruflichen Anforderungen. Die Liste der täglichen Aufgaben ist lang und am Ende des Tages bleibt frau kaum Zeit für Selbstfürsorge, Achtsamkeit und liebevolle Zuwendung zu sich selbst. Die „Heldin des Alltags“ ist erschöpft und überlastet.

In rund 50 Angeboten können Frauen, Mädchen und Interessierte die eigenen Kraftquellen entdecken, ihre Balance zwischen Anspannung und Entspannung halten, um bewusster die eigenen Ressourcen zu nutzen und neue Wege zu mehr Lebensfreude und Gesundheit zu finden. Außerdem kann frau sich zu ihrer beruflichen Entwicklung oder ihrem Wiedereinstieg informieren.

Die Caritas Euskirchen ist mit mehreren Angeboten an den FRAUEN-STÄRKEN Wochen beteiligt.

Am 03.09. in der Zeit von 11 bis 18 Uhr bietet die Caritas "Jugendvilla" (Alte Gerberstraße 22, 53879 Euskirchen) **Selbstverteidigung für Mädchen und junge Frauen (12 - 16 Jahre)**. Anmeldungen sind unter jugendvilla@caritas-eu.de (mailto:jugendvilla@caritas-eu.de) möglich.

Meditation und Entspannung bietet die "esperanza"-Beratungsstelle am 06.09. in der Zeit 10 bis 11 Uhr in der "Jugendvilla". Anmeldungen sind unter esperanza@caritas-eu.de (mailto:esperanza@caritas-eu.de) möglich.

Selbstschutz-Selbstsicherheit-Selbstverteidigung für Frauen schließlich bietet die Caritas "Integrationsagentur", am 09.09 in der Zeit von 10 bis 13 Uhr, für alte und neue Nachbarinnen im "Café International" (In den Herrenbenden 1, 53879 Euskirchen) an. Anmeldungen sind unter johanna.stroemer@caritas-eu.de (mailto:johanna.stroemer@caritas-eu.de) möglich.

Zum Auftakt der FRAUEN-STÄRKEN Wochen im Kreis Euskirchen am 25.08.2022 liest Nicole Staudinger um 19:00 aus ihrem Bestseller "Die Schlagfertigkeitsqueen".

Nicole Staudinger ist die Königin der Schlagfertigkeit und steht für alles, was Frauen stark macht. Schlagfertigkeit ist keine Frage der Rhetorik, sondern der Lebenseinstellung. Mit viel Witz, Charme und Humor liest sie aus ihrem internationalen Bestseller: Staudinger zeigt, wie frau nie mehr sprachlos ist und bietet einen Leitfaden für ein starkes weibliches Selbstbewusstsein.

Das Programm der FRAUEN-STÄRKEN-Wochen finden Sie <https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/bruehl/frauen-staerken> (<https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/bruehl/frauen-staerken>).