

worms:

von Frauen für Frauen

worms:

von Frauen für Frauen

Impressum:

- Der Veranstaltungskalender erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Die Angaben beruhen auf Informationen der Frauenorganisationen und -verbände.
- Eventuelle Änderungen entnehmen Sie bitte der Presse oder nach Rücksprache mit der genannten Ansprechpartnerin.
- Der Veranstaltungskalender wird von der Gleichstellungsstelle der Stadt Worms herausgegeben und erscheint vierteljährlich.
- Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist am 01. September 2010
- Druck: Rathaus-Druckerei
- Auflage: 930 Stück

7. – Stadtentwicklung
7.04 - Gleichstellungsstelle

Jasmine Olbort Tel.: 06241/853-1074
 Fax: 06241/853-2320

Marktplatz 2
67547 Worms

E-Mail: jasmine.olbort@worms.de
 gleichstellungsstelle@worms.de

FRAUEN- VERANSTALTUNGS- KALENDER

Juli – September 2010

Kalender

Freitag, 02.07.

13.00 Uhr
Treffpunkt:
Südportal Dom
Fahrt mit PKWs

Fest Maria Heimsuchung
Bundesfest mit Wallfahrt im
Zweigverein Viernheim

Katholischer Deutscher
Frauenbund

Anmeldung bis 19.06. bei
Rita Schleweit
Tel. 06241/55 160

Es entstehen Fahrtkosten

Samstag, 03.07.

17.00 Uhr
Pfälzer Straße 26a

Grillfest

Deutscher Hausfrauen-
Bund e.V.,
OV Pfeddersheim
Rosemarie Häußler
Tel. 06247/7682

Mittwoch, 07.07.

15.00-17.30 Uhr
VHS - Neusatzschule,
Willy-Brandt-Ring 5,
Raum 18
Leitung:
Irene Wolf

Kurs U 20.410 Internet leicht gemacht – von Frau zu Frau

Das oft genannte Internet -
wie wird das überhaupt
gehandhabt am PC? Sie
möchten z.B. verreisen -
wie können Sie sich Infor-
mationen über das Urlaubs-
land mit Wetter, Impfungen,
evtl. gefährlichen Krankhei-
ten anzeigen lassen? Wis-
sen Sie, dass es im Internet
Apotheken gibt, bei denen
Sie Medikamente zu sehr
günstigen Preisen bestellen
können? Dass Sie kein
Lexikon mehr brauchen,
weil es das im Internet gibt?
Wie Sie sich über Krankhei-
ten und deren neueste
Behandlung informieren
können? Kochrezepte su-
chen und finden - wie geht
das? Begeben Sie sich mit
uns auf eine spannende
Reise ins Internet!

Volkshochschule Worms
Tel. 06241/946 943

Gebühr: 12 €
Ausführliche Anleitung
4 € wird mit der Dozentin
abgerechnet

<p>Donnerstag, 08.07. 13.00 Uhr Buslinie 406 Haltestelle Procter & Gamble</p>	<p>Führung bei Firma Neu Mainzer Str. 177</p>	<p>Wormser Hausfrauen-Verein e.V. Anmeldung bei Hiltrud Reppel Tel. 06241/34 550</p>
<p>Freitag, 09.07. bis Freitag, 23.07.</p>	<p>Seniorinnenfreizeit in Bad Wildbad Organisiert vom KDFB Diözesanverband Mainz</p>	<p>Katholischer Deutscher Frauenbund Anmeldung bis 01.06. Tel. 06131/22 59 46</p>
<p>Mittwoch, 14.07. 15.00 Uhr Treffpunkt Liobahaus Fahrt mit PKWs</p>	<p>Spaziergang am Rhein Danach gemütl. Beisammensein in der „Villa Zuversicht“ mit Friedensgebet</p>	<p>Katholischer Deutscher Frauenbund Anmeldung bis 02.07. bei Rita Schleweit Tel. 06241/55 160</p>
<p>Sonntag, 18.07. bis Samstag, 24.07.</p>	<p>Sommerakademie in Herzogenrath KAB Frauennetzwerk Europa</p>	<p>KAB Katholische Arbeitnehmer Bewegung Beate Flassak Tel. 06241/33 024</p>
<p>Dienstag, 20.07. 08.00 Uhr Bahnhof Pfeddersheim</p>	<p>Busfahrt nach Haibach und Bad Nauheim zur Landesgartenschau</p>	<p>Deutscher Hausfrauen-Bund e.V., OV Pfeddersheim Anmeldung bei: Elke Flörcks 06247 / 900657 oder Irene Grünewald 06247 / 7716</p>
<p>Mittwoch, 21.07. 15.00-17.30 Uhr VHS - Neusatzschule, Willy-Brandt-Ring 5, Raum 18 Leitung: Irene Wolf</p>	<p>Kurs U 20.412 E-Mails schreiben, empfangen und versenden E-Mails schreiben, versenden, empfangen, weiterleiten usw.. Alles, was Sie über E-Mails wissen sollten, wird an diesem Nachmittag durchgenommen. Eine ausführliche Anleitung für daheim kann für 4 EUR bei der Dozentin erworben werden</p>	<p>Volkshochschule Worms Tel. 06241/946 943 Gebühr: 12 €</p>

Samstag, 24.07.

13.30 Uhr
Parkplatz gegenüber der
Jahnturnhalle
Fahrt mit priv. PKWs in
Fahrgemeinschaften

Wanderung

Ausgangspunkt der Wande-
rung ist die 390 m hohe
Juhöhe, auch Pass im
Odenwald genannt. Hier
haben wir einen wunder-
schönen Blick über den
Naturpark Bergstraße-
Odenwald

Frauen in Aktion
Hildegard Kleist
Tel. 06247/907 600

Anmeldung bis 18.07.

Männer können gerne
teilnehmen!

Dienstag, 03.08.

19.00 Uhr
Sängerheim
Berliner Str. 48

**Vortragsabend mit Iris
Spitz-Claaßen**

Unsere LV-Vorsitzende
stellt sich vor

Deutscher Hausfrauen-
Bund e.V.,
OV Pfeddersheim
Anmeldung bei:
Elke Flörcks
06247 / 900657 oder
Irene Grünwald
06247 / 7716

Donnerstag, 05.08.

13.15 Uhr Treff im
Bahnhof Worms

**Führung entlang der
Fleckenmauer**

Bahnfahrt nach Flörsheim-
Dalsheim.
Abschluss im Weinhaus
Krause

Wormser Hausfrauen-
Verein e.V.
Veronika Schreiber
Tel. 06241/93 48 171

Führung: 2 €

Freitag, 06.08.

16.00 Uhr
Parkplatz am Bahnhof
Gundersheim

**Auf Schusters Rappen:
„Gundersheim – ein Rot-
weindorf stellt sich vor“**

Der Rundgang führt entlang
der 7 Brunnen, dem Aus-
scheller, dem Wiegehäu-
schen und den Kirchen.
Danach gemütliche Einkehr
mit Winzervesper

Kreislandfrauenverband
Worms
Hannelore Reinheimer
Tel. 06247/53 58

Kosten:5 €

Samstag, 07.08.

10.00-17.00 Uhr
VHS - Neusatzschule,
Willy-Brandt-Ring 5,
Raum 28
Leitung:
Traudel Schönborn

**Kurs U 20.388
Den Alltag erleben durch
Tanzen und Bewegen**

Dieser Kurs richtet sich an
alle, die gerne tanzen und
sich bewegen und darüber
hinaus ihre körperlichen
Verhaltensweisen in be-
stimmten Alltags- und per-
sönlichen Situationen re-
flektieren wollen. Alter und
tänzerische Vorkenntnisse
spielen keine Rolle.

Volkshochschule Worms
Tel. 06241/946 943

Gebühr: 34 €

Inhalt: mit einfachen internationalen Tänzen und Übungen aus verschiedenen Entspannungstechniken werden unterschiedliche Alltagsthemen, wie z.B. Grenzen aufzeigen, sich durchsetzen etc., bearbeitet. Die Reflexion über die tänzerische Umsetzung der vorgegebenen Themen wird durch Gesprächsrunden unterstützt. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Socken und Wolldecke

Samstag, 07.08.

16.00 Uhr
Edeka-Parkplatz
Gundersheim

Gundersheim – ein Rotweindorf stellt sich vor
Der Rundgang führt entlang der 7 Brunnen, dem Ausscheller, dem Wiegehäuschen und den Kirchen. Danach gemütliche Einkehr zur Winzervesper

Landfrauenverband
Rheinhessen e.V.
Gaby Schott
Tel. 06731/95 10 75 00

Kosten 5 €

Freitag, 13.08.

17.00 Uhr
Untermühle, Horchheim
Fahrt mit PKW 16.30 ab
Liobahaus

Kräuterwanderung
mit anschließendem Friedensgebet.
Wir sammeln Kräuter und binden Kräutersträuße unter fachlicher Anleitung, danach gemütliches Beisammensein in der Untermühle bei Susanne Becht

Katholischer Deutscher
Frauenbund

Anmeldung bis 05.08. bei
Rita Schleweit
Tel. 06241/55 160

Kosten: 8 €

Donnerstag, 16.08.

19.30 Uhr
Stadtmission Worms
Wielandstr. 12

Katharina Luther, geb. von Bora
Ingrid Haker schlüpft anschaulich in die Rolle von Käthe Luther. So außergewöhnlich wie der Reformator war auch die Frau an seiner Seite

Frauen in Aktion
Hildegard Kleist
Tel. 06247/907 600

Spende erbeten!

Sonntag, 22.08.
11.00 Uhr
Am Schlosspark

Sommerfest mit Ehrungen
Residenz Bechtel

Wormser Hausfrauen-Verein e.V.
Veronika Schreiber
Tel. 06241/2069881
Mobil 0173 4644 688
Kosten: 15 €

Sonntag, 22.08.

Kuchenverkauf am Pfeddersheimer Markt

Deutscher Hausfrauen-Bund e.V.,
OV Pfeddersheim
Rosemarie Häußler
Tel. 06247/7682

Mittwoch, 25.08.
18.30 Uhr
Hagenbräu am Rhein

Herbstmarkt

Arbeitsgemeinschaft
Wormser
Frauenverbände e.V.
Renate Haag
Tel. 06241/202 185 (AB)

Mittwoch, 25.08.
18.30 Uhr
Liobahaus

Sommerfest
Wir bitten um Ihre Spenden fürs Büffet. Fahrgelegenheit wird angeboten bei Rita Schleweit

Katholischer Deutscher Frauenbund
Rita Schleweit
Tel. 06241/55 160

Mittwoch, 01.09.
15.00 Uhr
Backfischfest

Backfischfest-Hausfrauen-Nachmittag
In Zusammenarbeit mit Stadtmarketing und Modehaus Michel

Wormser Hausfrauen-Verein e.V.
Veronika Schreiber
Tel. 06241/93 48 171

Mittwoch, 01.09.
15.00-16.30 Uhr
6 Nachmittage
VHS - Neusatzschule,
Willy-Brandt-Ring 5,
Raum 18
Leitung:
Irene Wolf

**Kurs 01.330
PC leicht gemacht – von Frau zu Frau**
(Betriebssystem
Windows XP)
Wir treffen uns in kleiner Frauenrunde und lernen gemeinsam die ersten Schritte am PC: Einschalten, die Mausführung mit kleinen Malübungen, ein Programm öffnen und wieder schließen, Schreibfehler korrigieren, einen Text gliedern und in Form bringen bis hin zum Anlegen von Ordnern und Speichern von Texten, die wir erhalten wollen. Eingehendes Erklä-

Volkshochschule Worms
Tel. 06241/946 943

Gebühr: 36,00 €

Kosten für schriftliche Unterlagen: 5 €
werden mit der Dozentin abgerechnet

ren erleichtert das Verständnis. Eine leicht verständliche Anleitung für das Nacharbeiten daheim gibt es dazu

Mittwoch, 01.09.

18.30-20.45 Uhr

6 Abende

VHS - Neusatzschule,
Willy-Brandt-Ring 5,
Raum 31

Leitung:

Dagmar Hahn-Schuff

Kurs 03.310

Digitale Bildbearbeitung für AnfängerInnen

Wie kommt das Foto von der Kamera in den PC? Wie sortiere und archiviere ich meine Bilder? Das wird vermittelt mit dem Programm Adobe Photoshop Elements 8.0. Gängige Bildbearbeitungswerkzeuge, Hintergrundinformationen über Dateiformate und Bildgröße für den Ausdruck, als Mailanhang oder für das Internet, Korrektur von Über- und Unterbelichtung sowie das Entfernen roter Augen sind weitere Kursinhalte

Volkshochschule Worms

Tel. 06241/946 943

Gebühr: 72 €

Samstag, 04.09.

08.30 Uhr

Bahnhof Pfeddersheim

Familienfahrt mit dem Bus

zur Greifvogelschau auf der Burg Guttenberg

Deutscher Hausfrauen-Bund e.V.,

OV Pfeddersheim

Anmeldung bei:

Elke Flörcks

06247 / 900657 oder

Irene Grünewald

06247 / 7716

Montag, 06.09.

18.00-19.30 Uhr

2 Abende

VHS - Neusatzschule,
Raum 2.2., 2. OG

Leitung:

Hannelore Rauschkolb

Kurs 05.501

Körperorientierte Visualisierung zur Entspannung

Mit den eigenen inneren Bildern wird eine Visualisierung gestaltet, die zu Entspannung und mehr Wohlfühl führt. Bitte Decke und bequeme Kleidung mitbringen

Volkshochschule Worms

Tel. 06241/946 943

Gebühr: 14 €

Montag, 06.09.

20.00-21.30 Uhr

6 Abende

VHS - Neusatzschule,
Willy-Brandt-Ring 5
Raum 2.2., 2. OG

Leitung:

Renate Felicitas
Hartjenstein

Kurs 05.503

Meditation für AnfängerInnen

Für Menschen, die es alleine zuhause nicht schaffen, Zeiten zu organisieren, in denen es um innere Ruhe geht. Innere Bilder, Innehalten, Bewegung, Stille und dynamische Meditation helfen uns, den eigenen Weg in unsere Mitte zu finden.

Bitte mitbringen: Dicke Decke, kleines Kissen, warme Socken, bequeme Kleidung, Offenheit

Volkshochschule Worms

Tel. 06241/946 943

Gebühr: 38 €

Dienstag, 07.09.

08.45-10.15 Uhr

2 Vormittage

VHS - Neusatzschule,
Willy-Brandt-Ring 5
Raum 24

Leitung:

Antje Bollheimer

Kurs 01.310

Konzeption von Reden und Präsentationen für Frauen

Wenn Sie beruflich oder privat in die Situation kommen, Reden zu halten oder Arbeitsergebnisse zu präsentieren, erhalten Sie in diesem Kurs praktische Tipps zur Konzeption und Durchführung

Volkshochschule Worms

Tel. 06241/946 943

Gebühr: 12 €

Dienstag, 07.09.

12.30-13.15 Uhr

14 Mittage

VHS - Neusatzschule,
Willy-Brandt-Ring 5
Raum 28

Leitung:

Dr. Hans-Dieter Briest

05.306

Rückengymnastik in der Mittagspause

In diesem Kurs vertiefen Sie erlernte Übungen und lernen neue dazu, die Ihnen helfen, berufsbedingten Rückenbeschwerden vorzubeugen, bzw. sie zu lindern. Spezielle gymnastische Übungen zur Erhöhung der Beweglichkeit der Wirbelsäule und zur Kräftigung der Hals-, Nacken-, Bauch- und Rückenmuskulatur werden erlernt. Mitzubringen sind Sportbekleidung und ein Handtuch

Volkshochschule Worms

Tel. 06241/946 943

Gebühr: 30 €

Mittwoch, 08.09.
09.00-10.30 Uhr
4 Vormittage
VHS - Neusatzschule,
Willy-Brandt-Ring 5
Raum 18
Leitung:
Sandra Forster

Kurs 04.051
10-Finger-System in 5 Stunden
(Für AnfängerInnen)
Auf Basis aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse in der Gedächtnis- und Lernforschung wurde ein Konzept speziell für das Tast-schreiben entwickelt. Es ist deutlich effizienter als die klassische Methode. Im ersten Schritt werden Bilder und Farben den jeweiligen Tasten zugeordnet, die dann zu Bildgeschichten kombiniert werden. An jedem Kurstermin wird eine Lektion erarbeitet, anschließend sind 15 Min. Zeit zum Üben. Für das vertiefende Üben daheim ist in der Kursgebühr neben dem Lehrbuch auch die Nutzung der Übungssoftware enthalten. Am Kursende kann ein Online-Test (inkl. Zertifikat) abgelegt werden. Diese Prüfung ist nicht im Kurs enthalten und kostet 7,40 € zusätzlich

Volkshochschule Worms
Tel. 06241/946 943

Gebühr: 54 €

Mittwoch, 08.09.
18.00-22.00 Uhr
2 Abende
Jugendmusikschule
VHS-Tonwerkraum
Gewerbeschulstr. 20
Leitung:
Ludmilla Hermann

Kurs 03.527
Goldschmieden mit Wachstechnik
Schmuckstücke anfertigen in Gusswachs (auch Eheringe). Am 1. Tag stellen Sie das Schmuckstück her, welches in der Form Ihrem Wunsch entspricht. Dann wird der Rohling gegossen. Am 2. Kurstag wird das Teil nachbearbeitet, die Oberfläche gestaltet, Steine eingearbeitet usw. Material: Silber pro Gramm 2,50 €, Gusskosten mit Wachs pro Teil 35 €. Weitere Informa-

Volkshochschule Worms
Tel. 06241/946 943

Gebühr: 30 €

tionen bei der Kursleiterin
unter 0171 790 4880

Freitag, 10.09.

07.00-19.30 Uhr

Exkursion und Nachbe-
reitung

Treffpunkt Stadion-
Parkplatz

Leitung:

Anne-Marie Straub

Sylvia Richter-Kundel

Kurs 03.501

**Besuch der Eröffnungs-
ausstellung des Centre
Pompidou in Metz
Meisterwerke – Chefs
d’oeuvre?**

Die dort vereinten Exponate
sind Werke großer Künstler
des 20. Jahrhunderts und
stammen größtenteils aus
der Sammlung des Muse-
ums für moderne Kunst des
Centre Pompidou. Die
ebenso einzigartige wie
meisterhafte Ausstellung
wird ergänzt durch Werke,
die eigens zu diesem An-
lass in Auftrag gegeben
wurden sowie durch Leih-
gaben renommierter fran-
zösischer und ausländi-
scher Museen.

Wir fahren in einem klimati-
sierten Reisebus zum Cent-
re Pompidou nach Metz.
Dort gibt es eine Führung in
deutscher Sprache. An-
schließend ist Zeit zum
selbständigen Verweilen in
der Ausstellung oder zu
einem kurzen Spaziergang
durch Metz. Rückfahrt um
16 Uhr, Ankunft in Worms
ca. 19 Uhr. 14 Tage nach
Ausstellungsbesuch ist eine
Nachbereitung entstandener
Fragen zur modernen
Kunst mit Sylvia Richter-
Kundel vorgesehen

Volkshochschule Worms
Tel. 06241/946 943

Gebühr: 45 €

**Samstag, 11.09. und
Sonntag, 12.09.**

09.30-17.00 Uhr

4 Vormittage

VHS - Neusatzschule,
Willy-Brandt-Ring 5
Raum 27

Kurs 06.100

Rhetorik

Vermittelt werden rhetori-
sche Grundlagen, Rah-
menbedingungen von Reden,
Selbst- und Fremdein-
schätzung, Redestruktur,

Volkshochschule Worms
Tel. 06241/946 943

Gebühr: 100 €

Leitung:
Traudel Schönbon

sprecherische Ausdrucks-
mittel, Körpersprache, rhe-
torische Stilmittel, Zuhören.
Die videogestützten Übun-
gen werden gemeinsam
reflektiert

Montag, 13.09

16.30-18.00 Uhr

18 Abende

VHS - Neusatzschule,

Willy-Brandt-Ring 5

Raum 22

Leitung:

Barbara Braun

Kurs 06.000

Lesen und Schreiben

Muttersprache Deutsch

Viele Menschen sind zwar
in der Lage, zu lesen und
zu schreiben, fühlen sich
aber schnell überfordert
und haben Angst, in ihren
Texten Fehler zu machen.
Im Kurs erfolgt eine behut-
same Einführung in die
Basisregeln der Recht-
schreibung. Begleitend wird
eine einfache, aber interes-
sante Lektüre bearbeitet.
Dem Besuch des Kurses
geht ein vertrauliches Bera-
tungsgespräch voraus

Volkshochschule Worms

Tel. 06241/946 943

Gebühr: 20 €

Sonntag, 12.09.

Ab 14.30 Uhr

Weingut Bechtel

Worms-Heppenheim

Wormser Landstr. 48-50

**Modenschau vom
Modehaus Michel**

mit den Wormser Haus-
frauen anlässlich des Hof-
festes im Weingut Bechtel

Wormser Hausfrauen-
Verein e.V.

Veronika Schreiber

Tel. 06241/93 48 171

Dienstag, 14.09.

08.30-12.30 Uhr

4 Vormittage

VHS - Neusatzschule,

Willy-Brandt-Ring 5

Raum 18

Leitung:

Matthias Dengel

Kurs 04.116

**EDV-Wissen für berufliche
WiedereinsteigerInnen**

Nach einer längeren Pause
im Berufsleben sollte das
vorhandene EDV-Wissen
wieder aktualisiert werden.
Behandelt werden die wich-
tigsten Grundlagen: Re-
cherchetechniken richtig
anwenden, Einkaufen,
Ersteigern, Online-Banking,
Outlook (Terminplanung,
Adressverwaltung, E-Mail-
Organisation), Dateien
speichern, aufrufen, dru-
cken, löschen, Ordner an-

Volkshochschule Worms

Tel. 06241/946 943

Gebühr: 82 €

legen und organisieren,
Texte erstellen in Word,
formatieren, Brief-Norm,
Kopf- u. Fußzeilen, Tabel-
len...

Für TeilnehmerInnen, die
schon über PC-
Erfahrungen verfügen und
diese für den Beruf aufar-
beiten wollen

Dienstag, 14.09.
19.00 Uhr

Kochkurs für Männer
Hausmannskost einfach
und gut

Wormser Hausfrauen-
Verein e.V.
Anmeldung bei
Annemarie Trautwein
Tel. 06241/591262
Kosten: 15 €

Donnerstag, 16.09.
19.30 Uhr
Pfarrheim St. Josef,
Backhausgasse
Leitung: Birgit Friebe

Meditatives Tanzen

KAB Katholische Arbeit-
nehmer Bewegung
Beate Flassak
Tel. 06241/33 024

Donnerstag, 16.09.
18.00-19.30 Uhr
6 Abende
Haus zur Sonne
Synagogenplatz 2
Textilwerkstatt im DG
Leitung:
Polina Pikmann

Kurs 03.650
Die Kunst des Occhi
Occhi, auch Schiffchenar-
beit oder Frivolitäten ge-
nannt, sind handgemachte
Flechtwerke mit Hilfe von
kleinen Schiffchen. Es ist
nicht kompliziert, sondern
hinreißend und bequem
zugleich. Die Frivolitäten
sind sehr elegant, ver-
schieden und geschmack-
voll. Es können Spitze,
Decken, Kragen, Blumen
und auch schöne Ostereier
gestaltet werden

Volkshochschule Worms
Tel. 06241/946 943

Gebühr: 35 €

Freitag, 17.09.
20.00-21.30 Uhr
6 Abende
VHS - Neusatzschule,
Willy-Brandt-Ring 5
Raum 28

Kurs 05.522
**Yoga Antistresspro-
gramm – Balance finden –
im Gleichgewicht**
In diesem Kurs lernen Sie,
Ihr eigenes Yogaprogramm
zu entdecken. Die Übungen
sind leicht zu erlernen. Der

Volkshochschule Worms
Tel. 06241/946 943

Gebühr: 38 €

Leitung:

Anne-Liese Lohmann

Körper wird ganzheitlich angesprochen, regeneriert und aktiviert. Ruhe und Gelassenheit begleiten Sie im Alltag

Freitag, 17.09.

18.15-19.45 Uhr

6 Abende

VHS - Neusatzschule,
Willy-Brandt-Ring 5

Raum 28

Leitung:

Anne-Liese Lohmann

Kurs 05.502

**Autogenes Training –
Lebensfreude und Erfolg**

Der Kurs vermittelt, wie Sie Schritt für Schritt lernen können, Ihre Fähigkeiten optimal einzusetzen. Bei regelmäßigem Üben führt diese wissenschaftlich fundierte Selbsthilfemethode zu Ruhe und Gelassenheit an Körper, Geist und Seele. Entdecken Sie neu Ihre Vitalität und Lebenskraft. Eine Decke und bequeme Kleidung sind erforderlich

Volkshochschule Worms

Tel. 06241/946 943

Gebühr: 35 €

Samstag, 18.09.

09.30-14.00 Uhr

Tagesseminar

VHS - Neusatzschule,
Willy-Brandt-Ring 5

Raum 17

Leitung:

Christine Ebner

Kurs 03.700

**Farb- und Stilberatung für
Frauen**

Eine typgerechte Komposition aus Frisur, Kleidung, Make up und Accessoires garantiert ein sicheres Auftreten. Erkennen Sie Ihren Farbtyp und Ihre persönliche Stilrichtung

Volkshochschule Worms

Tel. 06241/946 943

Gebühr: 26 €

Schriftliche Unterlagen

1 € und

Farbkarte 24 €

können bei der Dozentin erworben werden

Sonntag, 19.09. bis

Freitag, 24.09.

Bildungsurlaub

im Ruhrgebiet
Heribert Kron, Mainz

KAB Katholische Arbeit-

nehmer Bewegung

Beate Flassak

Tel. 06241/33 024

Montag, 20.09.

08.30-11.45 Uhr

14 Vormittage

VHS - Neusatzschule,
Willy-Brandt-Ring 5

Raum 18

Leitung:

Ines Pfeiffer

Kurs 01.319

**EDV-Qualifizierung mit
dem QualiScheck für
Frauen**

Gerade Frauen über 45 Jahre mit Wohnsitz in Rheinland-Pfalz, die den Berufsweg wegen der Betreuung und Erziehung von Kindern unter 15 Jah-

Volkshochschule Worms

Tel. 06241/946 943

Gebühr:

200 € (ohne QualiScheck)

100 € (mit QualiScheck)

ren oder wegen der Pflege eines Angehörigen 1. oder 2. Grades für mind. 1 Jahr unterbrochen haben und der Wegfall des Unterbrechungsgrundes mehr als 1 Jahr zurückliegt, gehören zu der Personengruppe, die einen QualiScheck der Landesregierung in Anspruch nehmen zu können. Mit dieser grundlegenden EDV-Qualifizierungsreihe erhalten Sie die Möglichkeit, sich für den Wiedereinstieg ins Berufsleben mit dem Microsoft-Office-Paket fit zu machen. Notwendig ist, dass vor Beginn des Kurses die Antragstellung erfolgt ist

Montag, 20.09.

08.30-11.45 Uhr
6 Vormittage Mo + Fr
VHS - Neusatzschule,
Willy-Brandt-Ring 5
Raum 18
Leitung:
Ines Pfeiffer

Kurs 01.320

Windows Grundlagen für Frauen 1

(Betriebssystem Windows XP/Vista)
Dieser Kurs richtet sich an Frauen, die bisher keine Praxis am PC haben, die nach einer Familienphase wieder in den Beruf einsteigen möchten oder im Beruf mit PC-Anforderungen konfrontiert sind. Viel Praxiswissen, konkrete Übungen, angenehme, stressfreie Lernatmosphäre. Inhalte: Umgang mit Maus und Tastatur, einfache Texte schreiben und korrigieren, Texte und Bilder speichern und drucken, Ordner erstellen

Volkshochschule Worms
Tel. 06241/946 943

Gebühr:
90 € (inkl. Lehrmaterial)

Montag, 20.09.

17.30 Uhr
Weingut Müsel

Herrnsheimer Kerb

Wormser Hausfrauen-Verein e.V.
Veronika Schreiber
Tel. 06241/93 48 171

**Dienstag, 21.09. bis
Samstag, 25.09.**

**Fahrt auf die Insel
Fehmarn**

Reise im 4-Sterne-Bus,
Übernachtungen mit Halb-
pension im 3-Sterne-Hotel,
Reiseleitung für Inselrund-
fahrt, Stadtführung in Kiel,
Schiffahrt Puttgarden-
Rödby mit großer Autofähre

Wormser Hausfrauen-
Verein e.V.
Veronika Schreiber
Tel. 06241/93 48 171

Preis pro Person im DZ
399 €
EZ-Zuschlag 72 €

Anmeldung im Reisebüro
Kilian, Petersstr. 15
Tel. 06241/92 55 90

Freitag, 24.09.
14.00 Uhr
Gerd-Lauber-Haus
Brucknerstr. 3

Akupunktur
Vortrag von Frau Steinborn-
Zimmermann

Frauenselbsthilfe nach
Krebs e. V.
Ingeborg Zielke
Tel. 06241/76563
E-Mail:
ingezielke@web.de

Dienstag, 28.09.
12.15 Uhr Hauptbahnhof

„Amazonen“
Besuch der Ausstellung in
Speyer.
Anmeldung erforderlich

Arbeitsgemeinschaft
Wormser
Frauenverbände e.V.
Renate Haag
Tel. 06241/202 185 (AB)

Dienstag, 28.09.
19.00 Uhr
Sängerheim
Berliner Str. 48

**Was können wir für Sie
tun?**
Vortragsabend mit Frau
Arnold von der Dienstleis-
tungsagentur des Diakoni-
schen Werks

Deutscher Hausfrauen-
Bund e.V.,
OV Pfeddersheim
Anmeldung bei:
Elke Flörcks
06247 / 900657 oder
Irene Grünwald
06247 / 7716

Mittwoch, 29.09.
18.00-21.15 Uhr
2 Abende
VHS - Neusatzschule,
Willy-Brandt-Ring 5
Raum 18
Leitung:
Ines Pfeiffer

**Kurs 04.102
Internet**
Themen: Navigation im
Internet, Suchen mit Hilfe
von Suchmaschinen, Ver-
lauf und Favoriten, Drucken
von Internetseiten, Routen-
planung, Speichern von
Bildern. Voraussetzung:
Sicherer Umgang mit Maus
und Tastatur

Volkshochschule Worms
Tel. 06241/946 943

Gebühr: 32 €

Donnerstag, 30.09.

18.00-19.30 Uhr

1 Abend

VHS - Neusatzschule,

Willy-Brandt-Ring 5

Raum 22

Leitung:

Elke Habermehl

Kurs 02.200

**Einstiegsabend Alters-
vorsorge macht Schule**

Sie wollen für Ihr Alter vor-
sorgen, aber wissen nicht,
wie? Dann sind Sie in die-
sem Einstiegskurs richtig.

Unabhängige BeraterInnen
der Deutschen Rentenver-
sicherung zeigen auf, wie
der Einstieg in ein finanziell
abgesichertes Rentenalter
gelingt. Was können Sie

von der gesetzlichen Rente
erwarten? Wie ermitteln Sie
Ihre Versorgungslücke?

Wie können Sie diese mit
Riester, Rürup u. Co. Am
besten schließen? Der Kurs

bietet Ihnen einen schnel-
len Überblick und fundiertes
Grundwissen zu den wich-
tigsten Fragen der Alters-
vorsorge. Und das zum
Nulltarif!

Volkshochschule Worms

Tel. 06241/946 943

Regelmäßig stattfindende Termine

Jeden Montag und Mittwoch

09.00 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz im Wäldchen

Nordic Walking

Wormser Hausfrauen-Verein e.V.
Veronika Schreiber
Tel. 06241/2069881

Immer montags bis freitags

(nach Terminvereinbarung)
Diakonisches Werk
Seminariumsgasse 4-6

Schwangerenberatung u. Schwangerschaftskonfliktberatung

Heidi Koppenhöfer
Ruth Leyendecker

Diakonisches Werk Worms-Alzey
Tel. 06241/92029-0

Immer montags bis freitags

(nach Terminvereinbarung)
Caritasverband Worms e.V., Kriemhildenstr. 6

Schwangerenberatung

Caritasverband Worms e.V.
Tel. 06241/2681-23

Jeden Montag und Dienstag

10.00 – 12.00 Uhr
Café
Warbede Frauenzentrum
Lutherring 21

Offene Gesprächsrunde

Frauen treffen sich zu Gespräch und Kaffeetrinken

Warbede Frauenzentrum e.V.
Tel. 06241/412595

Jeden Montag und Donnerstag

10.00 – 12.00 Uhr
Radgrubenweg 1

Offene Beratung

Caritasverband Worms
Stadtteilbüro Nordend
Tanja Lemper
Tel. 06241/49 199

Jeden 2. Montag

18.30 – 21.00 Uhr
Frauenspezifische Suchtberatung
Gießenstraße 2

„Zuviel isst zuviel“

Angeleitete Gruppe für Frauen mit „Essanfällen“ und dadurch bedingter Gewichtszunahme in Kombination mit Alkohol.
Jutta Allgeier,
Frauenspezifische Therapeutin

Psychosoziale Beratungsstelle für Suchtkranke
Caritasverband Worms
Tel. 06241/20617-31
allgeier@caritas-worms.de
Kosten: 5,- €

Jeden 2. Montag

19.30 Uhr
Wein- und Bierschänke,
Wollstr. 7, Worms

Info-Treff

Berufsverband der Meisterrinnen und Meister der Hauswirtschaft Alzey-Worms
Eleanore Mehlmann
Tel. 06241/77604

Jeden Dienstag

15.15 – 16.45 Uhr
Diakonisches Werk
Seminariumsgasse 4-6

Gesprächskreis für Migrantinnen in deutscher Sprache

Ziele dieses Kurses sind die Vermittlung von Kenntnissen der deutschen Sprache, Kultur und Literatur.
Zielgruppe: ausländische Frauen u. Migrantinnen, die ihre Deutschkenntnisse durch Konversation verbessern wollen

Fachstelle für Migration des Diakonischen Werkes
Worms-Alzey
Dr. Mahlagha Samadi
Dipl. Sozialarbeiterin
Tel. 06241/92029-0
Anmeldung erforderlich

Jeden Dienstag

20.00 – 22.00 Uhr
Bundeskegelbahn „Streibel“, Sportplatz ASV-Nibelungen, Am Holzhof

Kegelgruppe

Für Frauen zwischen 30 und 60 Jahren

Pfarrbüro der Lukaskgemeinde
Tel. 06241/44709
oder
Tel. 06241/43168
Edeltraud Steiner

Jeden Dienstag

15.00-17.00 Uhr
Radgrubenweg 1

Offene Beratung

Caritasverband Worms
Stadtteilbüro Nordend
Tanja Lemper
Tel. 06241/49 199

14-tägig dienstags

17.00 – 18.30 Uhr
Lutherring 25

Gruppe für Frauen mit Suchtproblemen

(Alkohol, Medikamente, Essen).
Heike Sohl,
Dipl. Sozialpädagogin,
Sozialtherapeutin i.A.

Psychosoziale Beratungsstelle für Suchtkranke
Caritasverband Worms
Tel. 06241/20617-44
E-Mail: sohl@caritas-worms.de

Jeden 2. und 4. Dienstag

17.00 Uhr
Städt. Klinikum
Gabriel-v.-Seidl-Str. 81
Mehrzwecksaal, 8. OG

Offener Gesprächskreis „Leben“ für krebserkrankte Frauen

Leitung: Dr. Kathrin Luais, Oberärztin,
Dr. Myriam Siry

Frauenklinik
Tel. 06241/501-3500

Jeden Mittwoch

15.00 Uhr
Café
Warbede
Frauzentrum
Lutherring 21

Offene Gesprächsrunde

Frauen treffen sich zu Gespräch und Kaffeetrinken

Warbede Frauzentrum
e.V.
Tel. 06241/412595

Jeden Mittwoch

15.00 – 16.30 Uhr
Radgrubenweg 2

Ärztliche Versorgung für Menschen in Armutslagen

(mit oder ohne Krankenversicherungsschutz)

Caritasverband Worms e.V.
Gesundheitsladen im Nordend
Tanja Lemper,
Angelika Ernst-Auer
Tel. 06241/49 199

Jeden Mittwoch

16.00 – 18.00 Uhr
Frauenspezifische
Suchtberatung
Gießenstraße 2

Therapiegruppe

für Frauen und Mädchen (15 - 25 Jahre) mit der Indikation Bulimia und Anorexia nervosa.
Jutta Allgeier,
Frauenspezifische Therapeutin

Psychosoziale Beratungsstelle für Suchtkranke
Caritasverband Worms
Tel. 06241/20617-31
allgeier@caritas-worms.de
Kosten: 5,- €

Jeden Mittwoch

15.15 – 16.45 Uhr
Diakonisches Werk
Seminariumsgasse 4-6
Leitung: Gudrun Staab,
Lehrerin

Deutschkurs für Migrantinnen

Für Frauen mit Vorkenntnissen in der deutschen Sprache.
Zielgruppe: Aussiedlerinnen und ausländische Frauen

Fachstelle für Migration des Diakonischen Werkes
Worms
Tel. 06241/92029-0
Gebühr:
1,- bis 2,- € pro Nachmittag,
je nach Einkommen

Jeden 1. und 3. Mittwoch

10.00 – 11.30 Uhr
Prinz-Carl-Anlage 42
(Praxisräume I. Gerbig,
1. Etage)

Treff für Schwangere und Mütter/Väter mit Möglichkeit zur Stillberatung

Stillgruppe Worms
Tel. 06241/936901
Infos:
www.hebamme-gerbig.de

Jeden 4. Mittwoch

19.30 Uhr
Warbede Frauzentrum
Lutherring 21

Plenum

Interessierte Frauen sind eingeladen, ihre Ideen ins Frauzentrum einzubringen. Wegen möglicher Terminverschiebung bitte vorher anrufen!

Warbede Frauzentrum
e.V.
Tel. 06241/412595

<p>Jeden letzten Mittwoch 20.00 Uhr Geschäftsstelle Europa- haus, Eingang Adenau- erring</p>	<p>Aktivtreffen der Fastnachterinnen</p>	<p>Wormser Hausfrauen-Verein e.V. Veronika Schreiber Tel. 06241/2069881</p>
<p>Jeden 1. Donnerstag 10.00-12.00 Uhr Radgrubenweg 1</p>	<p>Stadtteilfrühstückstreff für alle (kostenfrei, jeder kann aber gerne etwas mit- bringen)</p>	<p>Caritasverband Worms Stadtteilbüro Nordend Tanja Lemper Tel. 06241/49199</p>
<p>Jeden 2. Donnerstag Ort wird in der lokalen Presse bekannt gege- ben</p>	<p>Stammtisch für Mit- glieder und Gäste</p>	<p>Wormser Hausfrauen-Verein e.V. Veronika Schreiber Tel. 06241/2069881</p>
<p>14-tägig donnerstags 19.00 – 21.00 Uhr Eckenbertstraße 17</p>	<p>Offene Trommelaben- de</p>	<p>Infos und Anmeldung bei Pia Hardt-Roßmann Tel. 06241/76636 Gebühr: 10,- € je Abend</p>
<p>Jeden 3. Donnerstag (außer im August bzw. Feiertage) 19.00 Uhr Weinhaus Weis</p>	<p>Stammtisch</p>	<p>Arbeitsgemeinschaft sozial- demokratischer Frauen (AsF) Erika Roth Tel. 06241/501-5000</p>
<p>Jeden letzten Donners- tag 20.30 Uhr Ort bitte erfragen</p>	<p>Offener Stammtisch</p>	<p>Stillgruppe Worms Elisabeth Fändrich Tel. 06241/970888</p>
<p>Jeden Freitag 17.30-18.30 Uhr Yoga-Dom Prinz-Carl-Anlage 42</p>	<p>Yoga für Schwangere Kann auch ohne Anmel- dung besucht werden. 10-er Karte ist für ganze Schwangerschaft gültig</p>	<p>Gabriele Kegel Tel. 06241 / 26 73 12 Kosten: 70,00 €</p>
<p>Jeden 1. Freitag 18.00 – 19.00 Uhr Warbede Frauzentrum Lutherring 21</p>	<p>Mantrasingen – Man- trameditation</p>	<p>Infos und Anmeldung bei der Yogaschule Andrea Bauer Tel. 06241/78358 oder bauer@yoga-in-worms.de</p>

Jeden 1. Freitag

19.00 Uhr
Würzburger Stube
Weinsheimer Hauptstr. 69

**Stammtisch Kinder-
Tagespflegeverein
Worms e.V.**

Beate Schmitt
Tel. 06241/36087
famschmitt@arcor.de
Beate Ince, Tel. 951645

14-tägig freitags

14.00 Uhr
Gerd-Lauber-Haus
Brucknerstraße 3

Treffen

Frauenselbsthilfe nach
Krebs e. V.
Ingeborg Zielke
Tel. 06241/76563
E-Mail: ingezielke@web.de

**Jeden 2. Sonntag und
jeden 4. Sonntag**

14.30-17.00 Uhr
Lutherring 21

Wochenendcafé

Kennen Sie das auch:
Öde, langweilige Sonntagnachmittage? Wenn ja, dann kommen Sie doch zu Gespräch und Kaffee ins Wochenendcafé!

Warbede Frauen-
zentrum Worms
Tel. 06241/412595 oder
6094
www.frauenzentrumworms.de

**In unregelmäßigen
Abständen**

**Gesprächsrunden
der Frauen Union**, auch
zu aktuellen frauenpoliti-
schen und kommunalen
Themen.
(Veranstaltungstermine,
Gesprächsthemen und
Ort bitte der Presse
entnehmen)

Frauen Union
Kreisverband Worms
Heidelinde de Haas
Tel. 06247/7347
Fax 06347/904 664
E-Mail:
h.haas-de@gmx.de

**Zu unterschiedlichen
Terminen**

Frauencafé Worms
Lutherring 21
Leitung: Marion Ramb-
Uderstadt.

**Jahreszeitliche Kreis-
tänze für Frauen**

Warbede Frauen-
zentrum Worms
Kontakt:
Marion Ramb-Uderstadt
Tel. 06241/307774

Wo findet Frau was?

Frauenhaus Worms	43591
Fachstelle für sexualisierte Gewalt	412595
Frauen- u. Mädchennotruf im Warbede Frauenzentrum	6094
Kinderschutzdienst des ASB	
Beratungsstelle für Kinder und Jugendliche	88917
Hilfe für Kriminalitätsoffer	
Weißer Ring	06731 / 941962 oder 0151 577003
Beratung für Eltern, Kinder u. Jugendliche, - Erziehungsberatungsstelle der Stadt Worms	6513 oder 853-5141
Psycholog. Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen des ev. Dekanats	27514
Ehe-, Familien- u. Lebensberatung, Caritasverband Worms	268124
Allgem. Lebensberatung und Schwangerenberatung, Caritasverband Worms	268123
Schwangeren- u. Schwangerschaftskonfliktberatung, Diakonisches Werk	920290
Fachstelle für Suchtkranke und Angehörige, Diakonisches Werk	920290
Frauenspezifische Suchtberatung, Caritasverband Worms	206170
Hilfe für psychisch kranke Menschen: Psychosoziales Zentrum, Caritasverband Worms:	206170
Sozialpsychiatrischer Dienst KV Alzey-Worms	4238-6581 od. -6501
Beratungsdienst für Aussiedler, Familienzusammenführung DRK Kreisverband Worms	4007723
Migrations- u. Migrationserstberatung, Diakonisches Werk	920290
Fachbereich für Migration und Integration Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer Arbeiterwohlfahrt	56005
Anlaufstelle für ausländische Frauen in Notsituationen SOLWODI	06131 / 613470

Beratungs- u. Koordinierungsstelle (Beko) bei der Sozialstation des ASB	9787918
Beratungs- u. Koordinierungsstelle (Beko) der Diakoniestation Ev. Sozialstation Worms	9206075
Beratungs- u. Koordinierungsstelle (Beko) bei der Caritas-Sozialstation	426340
Beratungs- u. Koordinierungsstelle (Beko) bei der DRK-Sozialstation	4007542
Mobiler Hilfsdienst AWO Worms	51833
Betreuungsverein AWO Worms	595655
Betreuungsverein Caritas Worms: Betreuung, Beratung u. Information für BetreuerInnen, Angehörige und Ehrenamtliche	268120
Betreuungsverein Diakon. Werk Worms-Alzey: Beratung von ehrenamtl. BetreuerInnen, Interessierten und Angehörigen, Informationen zu Vorsorgevollmachten	920290
Betreuungsverein der Lebenshilfe: Beratung für gesetzliche VertreterInnen und Angehörige von Erwachsenen mit geistiger Behinderung	2038120
Pflege- u. Hilfsdienst e.V. Sozialstation Worms: Häusliche Kranken- u. Kinderkrankenpflege, Intensivpflege, mobiler Hilfsdienst, Beratung	594401
Sozialstation St. Lioba: Ambulante Alten- u. Krankenpflege, mobile soziale Dienste	42630
Sozialstation ASB: Ambulante Alten- u. Krankenpflege, mobile soziale Dienste, Hauswirtschaft	9787940
Diakoniestation Worms Ambulante Alten- u. Krankenpflege, Pflegeberatung, mobile soziale Dienste	9206070
Diakoniestation Ev. Sozialstation Osthofen: Ambulante Alten- u. Krankenpflege, mobile soziale Dienste, Hauswirtschaft	06242 / 3553

DRK Sozialstation: Krankenpflege, Mobiler Hilfsdienst, Beratung in Alten- u. Krankenpflege	400796 u. 40070
Straffälligenhilfe, Diakonisches Werk	920290
AIDS-Beratungsstelle der KV Alzey-Worms Kornegasse 2, 67547 Worms	4238 6501 oder -02
Impfberatung der KV Alzey-Worms Kornegasse 2, 67547 Worms	4238 6501 oder -02
Offener Gesprächskreis „Leben“ für krebserkrankte Frauen im Klinikum Worms	501-3500
Selbsthilfegruppen: Auskunft bei der Informations- u. Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen (IKOS)	853-5055

Arbeitsgemeinschaft Wormser Frauenverbände (AWF)

AWF-Vorsitzende: Renate Haag	06241-202185
Abenteuerspielplatz Worms e.V., Petra-Marlene Gölz	06251-175917
Aramäische Frauengruppe, Lea Faal	06241-933 335
Arbeitsgemeinschaft sozialdemokratischer Frauen AsF, Dorothee Mainz	06241-911763
AWO Frauengruppe, Anneliese Röder	06241-209871
Berufsverband der Meisterinnen und Meister der Hauswirtschaft Worms-Alzey, Eleane Mehlmann	06241-77604
DITIB Moschee, Zuhai Karatas	06241-55745
CDU Frauenunion, Heidelinde de Haas	06247-7347
CDU Seniorenunion, Edith Giebel	06241-75076
Deutscher Hausfrauenbund DHB OV Pfeddersheim, Rosemarie Häußler	06247-7682
DRK Frauengruppe, Irmgard Kammer	06241-77179
Ev. Frauenhilfe, Regina Stahl	06241-45242
Förderverein Frauenhaus e.V., Irmtraud Seckler	06241-53995
Frauen in Aktion – Stadtmission -, Hildegard Kleist	06247-907600
Frauengruppe St. Amandus, Anni Donsbach	06241-54432
Frauenselbsthilfegruppe nach Krebs, Ingeborg Zielke	06241-76563
Frauzentrum Warbede	06241-412595
Kath. Deutscher Frauenbund, Antje-Doris Menneking	06241-592282
Landfrauenverband e.V., Hannelore Reinheimer	06247-5358
Lions-Club-Frauengruppe, Friederike Klapp	06241-53700
Russisch-Deutscher Kulturverein, Ida Kupser	06241-59 48 68
Stillgruppe, Dorothea Trieb	06241-970 306
Wormser Hausfrauenverein, Veronika Schreiber	06241-2069881

