

Hofheim, 27. August 2019

Von Aufschieberitis bis zu Wechseljahren

„Frau total“: Herbstprogramm der Veranstaltungsreihe der MTK-Gleichstellungsstellen

Rund um Körper, Geist und Konfliktkompetenz im Alltag dreht sich das Herbstprogramm „Frau total“, das Anfang September beginnt. „Bei der seit über nunmehr 25 Jahren erfolgreichen Veranstaltungsreihe werden gesellschaftliche Themen genauso aufgegriffen wie der Bereich Frauengesundheit oder Kommunikation“, erläutert Kreisbeigeordnete Ingrid Hasse. Damit sollen Frauen jeden Alters Anregungen für den Lebens- und Berufsalltag gegeben werden. Organisiert werden die Veranstaltungen vom Büro für Familie, Frauen, Gleichberechtigung und Integration des Main-Taunus-Kreises in Kooperation mit den Gleichstellungsstellen der Kommunen.

„Von Mücken und Elefanten“ ist der Titel des ersten Informationsabends am 9. September im Gartensaal des Kelkheimer Rathauses. Die Referentin Tanja Ziegler geht der Frage nach, welche Konflikttypen es gibt und wie sich die jeweiligen Charaktere in konkreten Situation verhalten. Am 28. Oktober ist dann im Kleinen Sitzungssaal im Eschborner Rathaus (Eingang aus Richtung Parkdeck Am Stadtpfad) die „Aufschieberitis“ das Schwerpunktthema des Abends. Sonja Schneider-Blümchen gibt Tipps, wie der „Aufschieberitis“ durch Verhaltensänderungen am besten beizukommen ist.

Im „Laden“ des Evangelischen Familienzentrum in Eppstein steht am 11. November das Thema „Aktiv und hitzefrei durch die Wechseljahre“ auf dem Programm, das insbesondere Frauen ab 40 beschäftigt. Die Heilpraktikerin Andrea Mohr wird in diesem Zusammenhang über alternative Behandlungsmethoden informieren.

Der Dreiklang aus „Stimme – Stimmung – Körpersprache“ rundet das Herbstprogramm am 2. Dezember in der Stadtbücherei in Flörsheim ab. Es referieren die Heilpraktikerin für Psychotherapie Nicole Jochim-Schmidtke und die Logopädin Barbara Kuther-Großmann.

Die Themenabende beginnen um 20 Uhr. Der Eintritt beträgt jeweils drei Euro. Das Programm mit den Details zu den verschiedenen Terminen liegt aus in den Rathäusern, in den Frauenbüros und vielen anderen öffentlichen Einrichtungen im Kreis.