

Hofheim, 1. August 2022

13 Angebote im „Frau total“-Sommerespezial

Veranstaltungsreihe von Frauen für Frauen von August bis Oktober

Eine breite Themenpalette deckt die zweite Sommerespezial-Auflage der Veranstaltungsreihe „Frau total“ ab. Sie startet am 11. August mit einem Präsenz-Workshop zum Thema „Yoga für mehr Gelassenheit in Beruf und Alltag“ und endet am 15. Oktober mit einem Kochworkshop im Naturschutzhaus Weilbach. Zu den Angeboten gehören neben Präsenz-Workshops auch Online-Seminare, Exkursionen, Führungen und ein Frauenfrühstück mit Impuls-Vortrag. Damit sollen Frauen jeden Alters Anregungen für den Lebens- und Berufsalltag gegeben werden. „Die Teilnahme an vielen Angeboten im Rahmen des Sommerespezials von ‚Frau total‘ bleibt auch in diesem Jahr kostenfrei“, betont Landrat Michael Cyriax.

Die Gleichberechtigung von Frauen und Männern sei noch längst nicht in allen Lebens- und Arbeitsbereichen komplett vollzogen, so Cyriax. Mit dem Sommerespezial der seit fast drei Jahrzehnten bewährten Veranstaltungsreihe „Frau total“ mache der Kreis Frauen in den Sommerferien und darüber hinaus vielfältige Angebote zum Nachdenken und zur persönlichen Weiterentwicklung. Organisiert werden die Veranstaltungen vom Büro für Chancengleichheit des Main-Taunus-Kreises mit Kooperationspartnern wie der Volkshochschule und dem Naturschutzhaus des Main-Taunus-Kreises, dem Büro für Staatsbürgerliche Frauenarbeit e.V., Frauen helfen Frauen e.V., der Hofheimer Kulturwerkstatt e.V. und bewährten Referentinnen.

Zur breiten Palette von Angeboten gehören unter anderem Workshops und Seminare zu Themenkreisen wie „New Work und das Aufbrechen bestehender Strukturen – Bedeutung für Frauen“, „Die Kraft des Status – Wie sich Frauen besser Gehör verschaffen können“, „Berufliche Neuorientierung“, „Wir Frauen – miteinander oder gegeneinander?“, „Work-Life-Balance im Homeoffice“, „Naturkosmetik selbst gemacht – Die Rosskastanie“ und die Kräuterführung „Wilde Schätze im Herbst“. Außerdem können sich die Teilnehmerinnen unter der Leitung der zwei Hofheimer Künstlerinnen Sandra Gerber und Heidi Werkmann von der bekannten Künstlerin Paula Modersohn-Becker inspirieren lassen und selbst zu Pinsel und Palette greifen. Auch eine Pilzwanderung gehört zum „Frau total“-Sommerespezial, ebenso wie ein Informationsstand des Vereins Frauen helfen Frauen e.V. auf dem Hofheimer Wochenmarkt. Der Verein wurde mit dem Ziel gegründet, Gewalt gegen Frauen öffentlich zu machen. Er ist Träger des Frauenhauses und berät und unterstützt Frauen, die von physischer, psychischer oder sexueller Gewalt bedroht oder betroffen sind.

Die Veranstaltungen des zweiten „Frau total“-Sommerespezials sind in einer Broschüre zusammengestellt, die unter www.mtk.org/frautotal heruntergeladen werden kann.