

Frauenbüro und Volkshochschule Frauengesprächskreise des Frauenbüros

1. Halbjahr 2004

Die Frauengesprächskreise „Themen und Trends“ finden von 19.30 - 21.30 Uhr im Studioraum der Volkshochschule, Buchmühlenstraße 12, statt. Sie sind kostenlos, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

04. Februar 2004

Erben und Vererben – Wie Sie Verluste und Streit im Erbfall vermeiden können

Erben ist eigentlich ein Thema, über das zu Lebzeiten niemand gerne spricht. Damit es aber im Erbfall nicht zu Streitereien oder zur Zerschlagung von Vermögenswerten kommt, müssen klare Regelungen getroffen werden sowie rechtliche und steuerliche Anforderungen erfüllt sein. Und wer die Freiräume zur Weitergabe des Vermögens nutzt, kann bereits im Vorfeld eine gütliche und gerechte Lösung finden.

Inhalt: Gesetzliche Erbfolge oder Testament; Arten letztwilliger Verfügung, z.B. Einzeltestament, Ehegattentestament, Erbvertrag; das Pflichtteilsrecht; Schenkungen zu Lebzeiten; Erbschaftsteuer/Schenkungssteuer; Ausschlagen der Erbschaft.

Referentin: Ingeborg Heinze, Juristin, Dipl.-Ökonomin, Meisterin der Hauswirtschaft, Gleichstellungsbeauftragte

03. März 2004

Platz für Neues – Entlastung beginnt im Kopf

Weniger Stress durch Reduktion aufs Wesentliche heißt die Devise für mehr Gesundheit und Lebensqualität. Das Alte muss gehen, damit das Neue kommen kann. Wie befreien Sie sich von überflüssigem Ballast in Keller, Küche, Kopf? Platz schaffen im Äußeren und Inneren durch das Aussortieren von Gedanken, Zeitschriftenstapeln, Hinstellchen und Rumstehchen öffnet Ihren Blick und gibt Ihnen mehr Zeit und Energie für das, was Sie gegenwärtig wirklich interessiert. Durch bewusstes Sortieren, Loslassen und Fokussieren verschaffen Sie sich Erleichterung, Leichtigkeit und Gelassenheit.

Wie können Sie sich auf physischer, psychischer und mentaler Ebene von Ihren Belastungen entlasten? Darum geht es, denn Hetzen und Jagen verwirren das Herz.

Referentin: Gillen Kalverkamp, Coaching und Gesundheitsförderung

05. Mai 2004

Die Chance eines Problems

„Ein Problem ist eine Situation, deren Chance sich noch nicht zu deinem Vorteil ausgewirkt hat.“ (frei nach Peter Senge).

Auf dieser Grundlage können Probleme benannt, kritisch beleuchtet und auf ihre Chancenseite hin untersucht werden. Nach einer Einführung und der Bearbeitung eines allgemeinen Beispiels besteht die Gelegenheit, konkrete Fragestellungen der Teilnehmerinnen unter dem Blickwinkel „Das Problem als Chance“ zu betrachten.

Referentin: Cornelia vom Stein, evang. Pfarrerin, Supervisorin

2. Juni 2004

Image – Persönliche Präsenz und Ausstrahlung

Das Thema „Image“ ist in aller Munde und löst unterschiedliche Fantasien aus....

- Was bedeutet Image eigentlich?
- Welches Image passt zu Ihnen?
- Wie möchten Sie auf andere wirken?
- Wie können Sie die verschiedenen Facetten Ihrer Ausstrahlung positiv unterstreichen?

Referentin: Angelika Isernhagen, Imageberaterin und Kommunikationstrainerin

07. Juli 2004

Erfolg durch Humor

Clowneskes Theater von und mit Sophia Altklug mit anschließendem Gespräch
„Die Nase aus der Ming-Zeit“

Wer zu spät lacht doch mal im Ernst, bei soviel Stress im beruflichen und privaten Alltag vergeht uns schnell das Lachen. Gerade Witz und Komik sind wundervolle Mittel, unsere Kräfte zu aktivieren und mit neuer Freude und Lust zu arbeiten.

„Humor“ (lat. Flüssigkeit) ist unser Standpunkt in dieser Welt, unser Blickwinkel und unsere ureigene Art, uns nach außen zu zeigen. Ob im Team mit Mitarbeiterinnen, Vorgesetzten, mit Kundinnen, Schülerinnen, Klientinnen in respektvoller Heiterkeit mit mir und der anderen geht einfach alles besser.

Referentin: Dr. Kristin Kunze, Clownfrau, Kabarettistin und Zahnärztin

Weitere Termine:

Internationaler Frauentag

Veranstalterin Finte – Bündnis für Fraueninteressen

13. März 2004, 14.30 Uhr, VHS Bergisch Gladbach, Buchmühlenstr. 12

diesmal mit dem Thema:

Schlusslicht Deutschland

- keine Arbeit – keine Kinder – keine Perspektive

Was können wir ändern?

Zum Internationalen Frauentag:

16. März 2004, 20.00 Uhr, Bergischer Löwe

Kabarett: „Zink of me“

von und mit Anka Zink

Die Künstlerin schaut genau hin und benutzt Geschichten aus dem Leben, nur mit dem Unterschied, dass sie hier nicht so deprimierend enden wie sonst.

Ausschuss für die Gleichstellung von Frau und Mann

Sitzungen:

Dienstag, 10. Februar 2004,

Donnerstag, 22. April 2004,

Mittwoch, 23. Juni 2004

jeweils um 17.00 Uhr im Rathaus Bensberg, Wilhelm-Wagener-Platz

Sitzungszimmer 111

Der Ausschuss für die Gleichstellung von Frau und Mann tagt fünfmal im Jahr.

Ziel der 13 Ausschussmitglieder ist es, in interfraktioneller Übereinstimmung die Gleichstellung von Frau und Mann weiter zu fördern. Ergebnisse wie beispielsweise der "Leitfaden für Frauenbelange in der Stadtplanung", eine angemessene Beachtung verdienstvoller Frauen bei der Vergabe von Straßennamen und die Erarbeitung von Grundsätzen und Leitlinien zur Förderung der Mädchen in Bergisch Gladbach resultieren aus der Arbeit dieses Ausschusses. Die Chancengleichheit im Beruf und die Verankerung von "Gender Mainstreaming" in den Zielvereinbarungen der Stadt sind weitere Schwerpunkte eines großen Themenspektrums.

Die Sitzungen des Ausschusses sind öffentlich. Interessierte Frauen sind herzlich eingeladen, als Zuhörerinnen teilzunehmen.

Informationsveranstaltungen für Berufsrückkehrerinnen

Jeden letzten Donnerstag im Monat informiert die Regionalstelle Frau & Beruf im Frauenbüro gemeinsam mit der Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt des Arbeitsamtes Bergisch Gladbach Frauen über den Wiedereinstieg nach der Familienphase.

Wo?

Arbeitsamt Bergisch Gladbach

Bensberger Str. 85, Zimmer 21c im EG

Wann?

29.01.2004, 26.02.2004, 25.03.2004, 29.04.2004, 27.05.2004, 24.06.2004, 30.09.2004, 28.10.2004, 25.11.2004

Uhrzeit?

9:00 Uhr