

## Stärken stärken

Seminare für Frauen,  
die sich verändern  
und bewegen wollen!

Wir fördern  
inneres **Wachstum**  
stärken das **Selbstbewusstsein**  
und  
unterstützen die **Neuorientierung**



**FRAUENAKADEMIE**  
Celle

### Bindegewebe

**Malerei – Fotos – Objekte – Installationen – Performance – Poesie**

Eine Ausstellung von Frauen für Frauen und andere belebte Wesen.

**5000 MACHEN SIE MIT!**

Wir freuen uns auf eine große Vielfalt von Ausstellerinnen und Werken!  
Bitte senden Sie uns Ihren künstlerischen Beitrag (ausschließlich aus  
2018/19) per Mail bis zum 01. Mai 2019 an Sabine.Hantzko@fabi-celle.de.  
Die Jury der Frauenakademie wählt aus.  
Vernissage am 24. Mai 2019 um 19.00 Uhr.

### Stärken stärken

**Interkulturelles Frauenfrühstück**

Jede von uns besitzt innere Stärken – weitaus mehr, als wir glauben.  
Beim gemeinsamen Frühstück wollen wir uns dieser Stärken bewusst  
werden und gemeinsam überlegen, wofür sie uns in Zukunft nützlich  
sein können.

**5102** Samstag 10.00 Uhr

Leitung: Karin Lohöfener

Dozentin für Kommunikation,

Systemisch-lösungsorientierte Beratung, Psychotherapie (HP),  
ausgebildete Mediatorin

**Termin:** 29.09.2018

**Gebühr:** Spenden  
erbeten

### Atelier „Salon“

Gespräche, Tee, Bilder ... kostbare Begegnungen.

**5001** Donnerstag 19.00 - 21.00 Uhr

**Termin:** 13.09.2018

**5002** Mittwoch 19.00 - 21.00 Uhr

14.11.2018

**5003** Montag 19.00 - 21.00 Uhr

14.01.2019

Moderatorinnen: Barbara Schubert,

**Gebühr:** € 15,-

Selbst. Kauffrau im Einzelhandel, Motivation, Tanz und Kommunikation  
Grit Wuttke, Diplom-Kunsttherapeutin (FH), Systemische Therapeutin,  
Psychotherapie (HP)

**Ort:** Atelier im Alten Backhaus, Bahnhofstr. 27, Celle

### Café International

When women meet women ... Wenn Frauen Frauen treffen ... Kun  
naiset tapaavat naisia ... Quando le donne si incontrano ... Quand  
femmes rencontrent femmes ... Kai moterys susitinka su moterimis ...

Siehe Seite **59**

## Gespräche unter Mauerseglern

### „Eigentlich bin ich ganz anders – ich komme nur so selten dazu“

Von kleineren und größeren Herzenswünschen und Träumen ...

Mit Dorothea Stockmar, Malerin, Buchautorin, Ref. f. Kommunikation, Trauerbegleiterin und Grit Wuttke, Diplom-Kunsttherapeutin (FH), Systemische Therapeutin, Psychotherapie (HP)

**5004** Donnerstag 19.00 - 21.00 Uhr

**Termin:** 20.06.2019

**Gebühr:** € 20,-

**Ort:** Atelier im Alten Backhaus, Bahnhofstr. 27, Celle

## Gibt es tatsächlich Engel?

Illusion – Wunsch oder Wirklichkeit? Was passiert, wenn wir Engel als Realität erfahren? Verändert sich dadurch unser Leben? Wie gelingt es uns, unserer Intuition zu vertrauen und „Zufälle“ in unserem Leben ernst zu nehmen?

**5005** montags 19.00 - 21.00 Uhr

**Termine:** 05.11.2018

2 x 2 Stunden

und 12.11.2018

Leitung: Barbara Schubert, Selbst.

**Gebühr:** € 40,-

Selbst. Kauffrau im Einzelhandel, Motivation, Tanz und Kommunikation  
Grit Wuttke, Diplom-Kunsttherapeutin (FH), Systemische  
Therapeutin, Psychotherapie (HP)

**Ort:** Atelier im Alten Backhaus, Bahnhofstr. 27, Celle

## „Verstehe eine(r) die Männer ...!“

Kommunikation ist kompliziert – und besonders die zwischen Mann und Frau. Sprechen Männer und Frauen die gleiche Sprache? An zwei Abenden erhalten sie einen Einblick, warum Männer anders kommunizieren als Frauen und wie eine verständnisvollere Kommunikation in der Partnerschaft aussehen kann.

Die Themen im Überblick:

- Missverständnisse gehören zur Partnerschaft und sind überwindbar!
- Die (Fremd-)„Sprachen der Liebe“ als Schlüssel zu mehr Verstehen.

**5006** dienstags 19.30 Uhr

**Beginn:** 27.11.2018

2 x 2 Stunden

**Gebühr:** € 32,-

Leitung: Frank Pätzold,

Dipl.-Theologe, systemischer Berater

## Konfliktmuster in der Beziehung und Auswege

Aufbauend auf dem Kursus „Verstehe eine(r) die Männer ...“ geht es an diesen zwei Abenden um typische Konfliktmuster in der Partnerschaft und Möglichkeiten der Bewältigung. Anhand konkreter Beispiele werden Grundlagen zum Verstehen von Konflikt dynamiken vermittelt und Handlungsalternativen aufgezeigt.

**5007** dienstags 19.30 Uhr

2 x 2 Stunden

Leitung: Frank Pätzold

Dipl.-Theologe, systemischer Berater

**Beginn:** 11.12.2018

**Gebühr:** € 32,-

## Große Weite innen – eine Schreibwerkstatt

„Es ist nicht nötig, etwas zu erfinden, da das Leben selbst mit einer nicht zu übertreffenden Erfindungsgabe ausgestattet ist. Einer Gabe, die es uns erlaubt, uns immer wieder neu finden, neu erfinden zu können.“ (aus „Große Weite innen“, Dorothea Stockmar)

Vom Symbol zur Sprache, vom Wort zum Bild, vom Bild zum Wortbild. Die Kraft des Schreibens in sich selbst entdecken. Schreibwerkstatt mit kreativen Impulsen.

**5008** dienstags 19.00 - 21.30 Uhr

2 x 2 1/2 Stunden

Leitung: Dorothea Stockmar

Malerin, Buchautorin, Ref. f. Kommunikation, Trauerbegleiterin  
Karin Lohöfener, Dozentin für Kommunikation, syst.-lösungs-  
orientierte Beratung, Psychotherapie (HP), ausgebildete Mediatorin

**Ort:** Familien-Bildungsstätte

Die Koordinierungsstelle FrauenundWirtschaft@LK Celle.de kann die Teilnahmegebühr bezuschussen.

**Termine:** 05.02.2019

und 19.02.2019

**Gebühr:** € 50,-

## Neidisch sind immer nur die anderen?

### Vom Sinn und Nutzen eines ungeliebten Gefühls

Sind Frauen anders neidisch als Männer? Hilft Gerechtigkeit gegen Neid? Ist Annett Louisan etwa eifersüchtig auf EVE? Humorvoll bringt uns Karin Lohöfener diesem Gefühl und uns selbst näher und schlägt dabei einen Bogen vom Beginn der Menschheitsgeschichte bis hin zur modernen Autowerbung.

**5009** Dienstag 19.00 - 20.30 Uhr

Leitung: Karin Lohöfener

Dozentin für Kommunikation, syst.-lösungsorientierte Beratung,  
Psychotherapie (HP), ausgebildete Mediatorin

**Termin:** 15.01.2019

**Gebühr:** € 10,-

## Reifen Sie schon oder altern Sie noch?

Die Entwicklungsphase des menschlichen Lebens gleichen den Jahreszeiten der Natur. Was können wir von der Natur über das Altern lernen? Die Natur bereitet dem Alter einen freudigen Empfang. Früchte bekommen im Herbst einen vollendeten Geschmack. Dinge, die schön sind und schmecken, brauchen Zeit zur Reifung. Das gilt für Perlen und Whiskey genauso wie für Gedanken, Entschlüsse und Beziehungen.

**5010** Montag 19.00 - 21.00 Uhr **Termin:** 18.02.2019  
 Leitung: Dorothea Stockmar, **Gebühr:** € 12,-  
 Malerin, Buchautorin, Ref. f. Kommunikation, Trauerbegleiterin

## Vortrag Konflikte – ja bitte!

„Das Ei ist hart!“ sagt er zu Berta – das ist der Beginn eines wunderbaren Sketches von Lioriot, in dessen Verlauf sich ein wahres Drama entwickelt. So muss ein Konflikt nun wirklich nicht verlaufen! Worum geht es in Konflikten eigentlich? Welche Störungen gibt es in der Kommunikation? Kann man sie vermeiden? Wie kann ich sagen, was ich möchte, ohne dass es zu einem Streit kommt? Karin Lohöfener stellt Ihnen auf humorvolle Weise Hintergründe und praktische Ansätze für die Kommunikation in Konflikten vor.

**5011** Dienstag 19.00 - 20.30 Uhr **Termin:** 26.02.2019  
 Leitung: Karin Lohöfener, **Gebühr:** € 10,-  
 Dozentin für Kommunikation, syst.-lösungsorientierte Beratung,  
 Psychotherapie (HP), ausgebildete Mediatorin

In Kooperation mit der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft von Stadt und Landkreis Celle.

## Stärken stärken

### „Um klar zu sehen, genügt oft ein Wechsel der Blickrichtung“ (Antoine de Sait-Exupéry)

Stärken haben wir alle – mehr als wir denken! Doch oft sind sie uns nicht (mehr) bewusst, so dass wir sie nicht nutzen können. An diesem Abend erhalten Sie Inputs und kreative Impulse, die Sie wieder in Kontakt mit Ihrer inneren Stärke kommen lassen.

**5012** Dienstag 19.00 - 21.00 Uhr **Termin:** 21.05.2019  
 Leitung: Karin Lohöfener, **Gebühr:** € 12,-

Dozentin für Kommunikation, syst.-lösungsorientierte Beratung,  
 Psychotherapie (HP), ausgebildete Mediatorin  
 Barbara Schubert, Selbst. Kauffrau im Einzelhandel, Motivation,  
 Tanz und Kommunikation

In Kooperation mit der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft von Stadt und Landkreis Celle.

## Workshop Konflikte - ja bitte!

Kennen Sie das? Sie werden angegriffen und Ihnen fehlen die Worte? Sie geraten mit Menschen zu bestimmten Themen immer wieder in Streit? Sie wissen nicht, wie Sie einen beruflichen oder privaten Konflikt ansprechen sollen? In diesem Kurs lernen Sie, Ihre Schlagfertigkeit zu trainieren und verbale Angriffe souverän zu entschärfen. Anhand von Persönlichkeitsmodellen lernen Sie individuelle Konfliktstile kennen und einzuschätzen. Sie probieren eine Gesprächstechnik aus der Gewaltfreien Kommunikation aus, die eine gemeinsame und gleichberechtigte Lösungsfindung ermöglicht. Dabei unterstütze ich Sie mit Humor und kreativen Methoden, theoretischen Inputs und praktischen Übungen.

**5013** donnerstags 19.00 - 21.00 Uhr **Termine:** 09.08.2018  
 4 x 2 Stunden 23.08.2018  
 06.09.2018  
 13.09.2018

Leitung: Karin Lohöfener, **Gebühr:** € 64,-  
 Dozentin für Kommunikation, syst.-lösungsorientierte Beratung,  
 Psychotherapie (HP), ausgebildete Mediatorin

Die Koordinierungsstelle FrauenundWirtschaft@LKCelle.de kann die Teilnahmegebühr bezuschussen.

## Einfach-mal-singen-Chor

Wenn zehn, zwanzig und mehr Stimmen einen Raum erfüllen – und dabei von der Idee getragen werden, mit Spaß Musik zu machen – kann das so fantastisch sein, dass keiner der zehn, zwanzig oder mehr aufhören will. Kommen Sie mit auf eine Reise durch die Welt des Singens, quer durch die Länder, Zeiten, Epochen und sammeln Sie positive Erfahrungen mit Ihrer Stimme. Es werden keine Notenkenntnisse oder Chorerfahrungen vorausgesetzt.

Mitzubringen ist nur die Freude am Singen!

**5014** Freitag 17.00 - 19.00 Uhr **Termin:** 14.09.2018  
**5015** Freitag 17.00 - 19.00 Uhr 30.11.2018  
**5016** Freitag 17.00 - 19.00 Uhr 11.01.2019

Leitung: Mechthild Stephany **Gebühr:** € 8,-  
 Musikschullehrerin, Stressmanagement-Trainerin

