

Liebe Leserinnen und Leser des Cuxland-Frauen-Rundbriefs,

wieder ist all das zusammengetragen, was in den nächsten zwei Monaten in unserem Landkreis und umzu an „Frauenveranstaltungen“ stattfindet. Nichtsdestotrotz, es gibt noch mehr im Landkreis, denn diese Zusammenstellung wird nie vollständig sein, denn von einigem erfahren wir nichts. Insgesamt sind es in dieser Ausgabe stattliche 16 Seiten geworden. Alles, was Sie in dieser Ausgabe finden, ist vielfältig und es gibt wieder eine Menge an Interessantem.

Gerne wollen wir Sie aber nochmals erinnern: senden Sie uns Ihre Angebote zu – auch schon mal vorwärts gedacht: Mitte/Ende Mai warten die Angebote von Juni und Juli auf den Cuxland-Frauen-Rundbrief

Viele Grüße

sendet das Herausgeberinnen-Team

Heike Bach, Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Cuxhaven

Angelika Becker, Gleichstellungsbeauftragte des Landkreises Cuxhaven

Elke Roskosch-Buntemeyer, Vorsitzende des Frauenrates im Landkreis Cuxhaven e. V.

26. Mai

Alle guten Dinge sind DREI:

Europa – Wahl

Landrats – Wahl

**Oberbürgermeister - Wahl
in Cuxhaven**

Der Arbeitskreis, der sich anlässlich des 100jährigen Frauenwahlrechts zusammenfand und zusammen viele Veranstaltungen ausrichtete, arbeitet weiter.

Zusammen wurden geplant und werden umgesetzt:

Stände auf dem Wochenmarkt in Cuxhaven zur Europa-Wahl – am 04., 15. und 18. Mai jeweils von 7:00 bis 13:30 Uhr mit Informationen zur Wahl und warum diese Wahl gerade (frauen)politisch so wichtig ist.

Am 11. Mai können Sie sich informieren und die Kandidaten zur Landratswahl sowie zur OB-Wahl in Cuxhaven befragen: Wir laden Sie zu einem Wahl-Café ein: ab 10:00 Uhr in den Räumen der Volkshochschule Cuxhaven, Abendrothstraße 16.

Alles Weitere finden Sie in diesem **Cuxland-Frauen-Rundbrief**. Viel Spaß beim Schnökern, Lesen und Finden.

02. April 2019 in Cuxhaven

Die Balance im Alltag finden

Erfahren Sie, welche Auswirkungen Dauerstress auf Ihre Gesundheit hat und finden Sie Ihre persönliche Strategie für mehr Gelassenheit im Alltag.

Wann? Dienstag, 02. April, 09:00 bis 12:00 Uhr

Wer? Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft Cuxhaven; Birte Riel, Dipl.-Betriebswirtin, Heilpraktikerin, Yoga Therapeutin

Wo? Landkreis Cuxhaven – Kreishaus, Raum 2, Vincent-Lübeck-Str. 2; Anmeldung unter Telefon-Nr. 04721 599-619 oder per E-Mail an frau-und-wirtschaft@afw-cuxhaven.de ; kostenfrei

03. April in Lamstedt**Krankenhauskeime- wie gefährlich sind MRSA, ESBL und Co?****Wann?** Mittwoch, 03. April; 19.30 Uhr**Wer?** LandFrauenverein Börde Lamstedt; Referent: Dr. Koppermann und Frau Kierstein, Stade**Wo?** Bördehuus Lamstedt; Anmeldung nicht erforderlich**03. April in Hemmoor****Tagesausflug in das Back-Theater Walsrode***Besichtigung der Familienkapelle in Dorfmark, gemeinsames Mittagessen und „Back-Theater“ mit der Familienkomödie „Brezelhochzeit wider Willen“***Wann?** Mittwoch, 3. April, Abfahrt 7:40 Uhr an der Schwimmhalle Hemmoor**Wer?** LandFrauenverein "An der Oste"**Wo?** Abfahrt an der Schwimmhalle Hemmoor; Kosten: € 60,00/für Nichtmitglieder: € 65,00;

Anmeldung bis zum 22.03. bei Bärbel Horeis, Telefon 04776-366

Welche Landfrauenvereine gehören zum
Kreisverband der Landfrauenvereinen Wesermünde ?
Wer ist Ansprechpartnerin?

LandFrauenverein Land Wursten

1. Vorsitzende Renate Lübs, Lübsweg 3, Padingbüttel, Tel. 04742/ 680

LandFrauenverein Krempel

1. Vorsitzende Anke Lüdeke; Hünenkamp 1 ; 27607 Geestland-Krempel ; Tel.: 04707/1329

2. Vorsitzende Irene Ehmann; Ortsallee 19; 27607 Geestland-Krempel; Tel.: 04707-626 ; E-Mail: Ehmann-Krempel@t-online.de

LandFrauenverein Bederkesa

1. Vorsitzende Erika Boldt; Hüttenstraße 31; 27624 Lintig; Telefon 04745 1677; E-Mail: Erika.Boldt@Live.de

2. Vorsitzende Inge Kück; Fliederweg 1; 27624 Ankelohe; Telefon 04745 6476

LandFrauenverein Geestenseth

1. Vorsitzende Christiane Mangels; In der Ohe 3; 27616 Beverstedt

1. Vorsitzende Marlies von Helmst ; Fichtenkamp 3; 27619 Schiffdorf

2. Vorsitzende Cornelia Flory; Lamstedt Str. 15; 27432 Hipstedt

E-Mail c-b-beckmann@gmx.de

LandFrauenverein Donnern

1. Vorsitzende Elke Kliebisch; Im Nordfelde 45; 27612 Loxstedt ; Telefon: 04744/2003; E-Mail: elke-kliebisch@web.de

2. Vorsitzende Heike Bahr; Dorfstr. 22; 27612 Loxstedt-Donnern; Telefon: 04703/5409

LandFrauenverein Beverstedt

1. Vorsitzende Imke Spinken; Kirchwistedter Hauptstr. 37; 27616 Beverstedt/Kirchwistedt; Tel. 0 47 47/87 25 69; e-mail: Hofspinken@web.de

2. Vorsitzende: Petra Brinkmann; Stemmermühlen 33 b; 27616 Beverstedt; Tel. 0 47 47/13 91; brinkmann113@yahoo.de

2. Vorsitzende Marlies Schirmer ; Bördestraße 5; 27616 Beverstedt;

Tel. 0 47 47/15 73; marliesschirmer@gmx.de

Zuständig für die Ortsgruppen sind die Ortsvertrauensfrauen

LandFrauenverein Stotel1. Vorsitzende Ute Berger ; Holter Allee 2; 27612 Loxstedt; Telefon: 04744/5840; Email: ute@berger-holte.de

LandFrauenverein Landwürden

Vorsitzende Erika Heitmann; Warftenstraße 65; 27612 Loxstedt – Overwarfe; Telefon: 04740 / 317; E-Mail: Ilkalox@web.de

Vorsitzende Thea Schmidt-Eylers; Minneörter Str. 4; 27612 Loxstedt – Wiemsdorf; Telefon: 04740 / 321

LandFrauenverein Bramstedt UND UMGEBUNG

1. Vorsitzende Marita Schöne; Lehmkuhlstr. 11; 27628 Hagen im Bremischen / Driftsethe; Tel. 04746-95 01 16; E-Mail: marita.schoene1@ewe.net

2. Vorsitzende Silke Büsing; In der Siedlung 9; 27628 Hagen im Bremischen / Bramstedt; Tel. 04746-918103; E-Mail: si.buesing@ewetel.net

LandFrauenverein Wersabe

Vorsitzende: Birgit Knoop; Tel. 04702/229

Vorsitzende: Elke Mencke; Tel. 04702/253

LandFrauenverein Wulsbüttel

1. Vorsitzende Angela Gerken; Zum Dorfe 14; 27628 Albstedt; Tel. 04746/ 93 88 96

2. Vorsitzende Jutta Heißenbüttel; Hagener St. 20; 27628 Wulsbüttel; Tel. 04795/ 18 00; E-Mail: landfrauenwulsbuettel@ewe.net

04. April in Beverstedt**Kinoabend im Dorphuus**

Wie in jedem Jahr ist es eine Überraschung, welchen Film wir sehen werden. Es werden Getränke und Knabbersachen angeboten. Der Abend wird unterstützt vom Maschinenring WEM/OHZ und vom Heimatverein der Gemeinde Beverstedt. Gäste sind herzlich willkommen.

Wann? Donnerstag, 4. April, 19:30 bis 22:00 Uhr

Wer? LandFrauenverein Beverstedt

Wo? Dorphuus Lunestedt, Am Dorphuus 17 in 27616 Beverstedt; Eintritt frei

04. April in Otterndorf**Mode, Marken und Milliarden**

Ein Dokumentarfilm über die Herstellung von Kleidung, insbesondere Modeartikel in „globaler Zusammenarbeit“.

Wann? Donnerstag, 4. April, 20:00 Uhr

Wer? Kino Lichtblick

Wo? Stadtscheune in Otterndorf, Amtsstraße

04. April in Stotel**Sturmfrei - Nur für Mädels**

Jeden Donnerstag findet „Sturmfrei - Nur für Mädels“ statt. Wir machen gemeinsam Dinge, auf die ihr Lust habt - vom Kochen über Basteln bis hin zum Fußballspielen auf dem schönen Bolzplatz nebenan. Kommt vorbei und bringt Ideen mit!

Wann? jeden Donnerstag von 15:00 Uhr bis 19:00 Uhr

Wer? Familienzentrums Stotel

Wo? Familienzentrums Stotel, Fredeholzweg 10 in 27612 Loxstedt

04. April in Stotel/Bremerhaven**Cabarett**

Nach der Textvorlage von Christopher Isherwood entwickelten Komponist John Kander und Texter Fred Ebb das 1966 uraufgeführte Musical Cabaret, das im Rhythmus der Zwanziger Jahre pulsiert

Wann? Donnerstag, 4. April, 19:30 Uhr

Wer? LandFrauenverein Stotel

Wo? Stadttheater Bremerhaven, Theodor-Heuss-Platz in 27568 Bremerhaven

06. April in Beverstedt-Hollen**Frauenfrühstück**

Nach dem Frühstück ist ein Vortrag von Rebecca Mangels über „Neuseeland - eine Entdeckungsreise“ zu hören.

Wann? Samstag, 6. April, 09:30 bis 13:00 Uhr

Wer? LandFrauenverein Stotel

Wo? Gasthof Grotheer Hollen

08. April bis 12. April in Cuxhaven**Resilienz: Gesunde Belastbarkeit**

Für kurzfristig Entschlossene: ein Bildungsurlaub zu einem viel diskutierten Thema.

Wann? Montag, 08.04. bis Freitag, 12.04. jeweils 9:00 bis 16:00 Uhr

Wer? Volkshochschule der Stadt Cuxhaven, Dozent: Cord Cordes

Wo? VHS, Abendrothstraße 16 in Cuxhaven, Tel. 04721/7352-0 (Anmeldung); Raum 302, Kosten: € 260,00, 5 Termine, 40 Ustd.

Pro familia Cuxhaven

Angebot: Schwangerschaftsberatung Partnerschaftsberatung Sexualberatung Familienplanung Sexualpädagogik Schwangerschaftskonfliktberatung Wechseljahre Verhütung Sexuelle Bildung

Wann? Anmeldung in den Öffnungszeiten Montag bis Freitag 9.00-12.00 Uhr und Donnerstag 16.00-18.00 Uhr -

Termine können nach Vereinbarung auch außerhalb dieser Zeiten stattfinden

Wo? Beratungsstelle Cuxhaven, Bahnhofstraße 18-20; 27472 Cuxhaven; Telefon: 04721 31144; Fax: 04721 394098; Email: cuxhaven@profamilia.de

09. April in Cadenberge**Jahreshauptversammlung des LandFrauenvereins Bülkau**

JAHRESHAUPTVERSAMMLUNG MIT WAHLEN

Wann? Dienstag, 9. April, ab 19:30 Uhr

Wer? LandFrauenverein Bülkau

Wo? Marc5 – Cadenberge; Anmeldungen bitte bis zum 2. April an die jeweiligen Ortsvertrauensfrauen.

09. April in Cuxhaven**Rechtsberatung für Frauen**

„Was kommt auf mich zu, wenn ich mich scheiden lasse?“ - „Wie ist das mit dem Unterhalt für die Kinder geregelt?“ - „Habe ich Anspruch auf Unterhalt und wie hoch fällt dieser aus?“ - Fragen, die in einer Trennungssituation viele Frauen betreffen und in einer schon angespannten Lebenssituation verunsichern und Sorge bereiten. Im Rahmen der Frauen- und Mädchenberatungsstelle bietet der Paritätische dazu eine kostenlose Rechtsberatung für Frauen an.

Wann? Dienstag, 09. April, 16:00 bis 18:00 Uhr - **14tägliches Angebot**

Wer? Rechtsanwältinnen P. Makowski und C.- C. Warnke im Rahmen der Frauen- und Mädchenberatungsstelle des Paritätischen

Wo? Der Paritätische, Kirchenpauerstr.1 in Cuxhaven Um eine kurze telefonische Anmeldung wird gebeten unter: Frauen- Mädchenberatung: Tel: 04721 / 579392 – für die Beratung entstehen keine Kosten

Welche Landfrauenvereine gehören zum

Kreisverband der LandFrauenvereine Land Hadeln-Cuxhaven?

Wer ist Ansprechpartnerin?

LandFrauenverein "An der Oste"

1. Vorsitzende Amei von der Wense; , Telefon: 04778 - 257

2. Vorsitzende Iris Brandt; Telefon: (04771) 25 05

LandFrauenverein Bülkau

1. Vorsitzende Ulrike Woltmann; Süderende 57; 21782 Bülkau; Telefon: 04754 / 657
2. Vorsitzende Heike Griemsmann; Norderende; 21782 Bülkau; Telefon: 04754 / 784
Ortsvertrauensfrauen sind in den einzelnen Orten/Ortsteilen

LandFrauenverein Cuxhaven

1. Vorsitzende Dörte Bulle; Cuxhavener Chaussee 1 c; 27478 Cuxhaven; Telefon (04721) 62 9 51; E-Mail: doertebulle@web.de

LandFrauenverein Börde Lamstedt

1. Vorsitzende Karin Fuhrberg, Am Moor 6, 21745 Hemmoor, Telefon: 04771/4976; e-mail: fuhrberg-hemmoor@t-online.de
2. Vorsitzende Petra Wilkens, Große Straße 30; 21770 Mittelstenahe; Telefon: 04773/879727
Ortsvertrauensfrauen sind in den einzelnen Orten/Ortsteilen

LandFrauenverein Land Hadeln

1. Vorsitzende Marlies Steinke; Poststraße 3; 21785 Neuhaus (Oste); Telefon 04752-70 40
2. Vorsitzende Bettina Rathmann; Am Wichelboom 15; 21765 Nordleda

LandFrauenverein Sietland

- Vorsitzende Annette Jaeger; Telefon (04756) 82 14
1. stellv. Vorsitzende Eta Schwanemann; Telefon (04756) 8096

LandFrauenverein Wanna

1. Vorsitzende Hannelore Fisser ; 21776 Wanna – Ahlenfalkenberg; Reiherholz; Telefon 04757 - 81 10 24; e-mail: fam.fisser@online.de
2. Vorsitzende Dagmar Rennemeier; 21776 Wanna; Eichenweg; Telefon 04757-81 85 366; e-mail: daguli@gmx.de

Der LandFrauenmarkt Ihlienworth

1. Vorsitzende Petra tum Suden; Mittelstrasse 10; 21776 Wanna; Telefon 04757-1274;E-Mail: p.tum-suden@gmx.de

12. April in Krempel/Bremerhaven**Theaterbesuch**

Musical: Cabaret im Stadttheater Bremerhaven

Wann? Freitag, 12. April, 19:00 bis 22:00 Uhr

Wer? LandFrauenverein Krempel

Wo? Stadttheater Bremerhaven

12./13. April in Ihlienworth**Der LandFrauenmarkt Ihlienworth**

Thema: Suchen und finden

Wann? Freitag, 12. April und Samstag, 13. April

13. April in Spike**Landfrauenfrühstück**

Myanmar, Zauber eines goldenen Jahres Wie ich mit dem Rollstuhl Myanmar kennengelernt habe.

Wann? Samstag, 13. April, 09:30 Uhr

Wer? LandFrauenverein Land Wursten

Wo? Zum Wurster Krug in Spike; Referent: Andreas Pröve Kosten: 13,50€; Anmeldung bis zum 05.04.2019 bei Ulrike Haidinger, Tel.: 04741 - 3132

13. April in Wulsbüttel**Handtaschen Feng Shui, die Reise zum ICH**

LandFrauenFrühstück mit Vortrag von Susanne von Byern: Mit den 5 Elementen des Feng Shui seine eigenen Typ erkennen ist die eigentliche Möglichkeit, die das Handtaschen Feng Shui bietet. Wie ticken wir und was brauchen wir, um uns wohl zu fühlen? Erde, Metall, Wasser, Holz und Feuer. Am Beispiel der uns Damen doch sehr vertrauten Handtasche, lassen sich diese Energien des Feng Shui in ihrem Ausdruck anschaulich und erstaunlich leicht nachempfinden. Wer wissen möchte, welcher Grundtyp, bzw. welche Elemente-Mischung man ist, erkennt sich bei einem Vortrag von Susanne von Byern bestimmt. Mit viel Spaß und Lebensfreude „wie im Kleinen, so im Großen, wie im Innen, so im Außen. Gemeinsam lassen wir uns mit unseren Handtaschen auf eine unterhalt-same Typ-Erkundung ein.

Wann? Samstag, 13. April, 09:30 bis 13:00 Uhr

Wer? LandFrauenverein Wulsbüttel

Wo? Restaurant Pellka - Dat Kartuffelhus, Lindenstraße 18 in 27628 Wulsbüttel

Kosten: 15 € für Mitglieder / 18 € für Nichtmitglieder Info und Anmeldung bis zum 05.04.2019 bei den OrtsvertrauensFrauen oder 04746 938896

13. April in Cuxhaven**Ellen Obier: „Germany 12 points!“**

Wer kennt sie nicht, die jährlich wiederkehrende Veranstaltung „Eurovision Song Contest.“? Fans des Deutschen Schlagers aufgepasst: die mehrfach mit Preisen ausgezeichnete Parodistin Ellen Obier bringt die Größen wie Katja Ebstein, Mary Roos, Nicole und Conny Froboess „live“ ins KuBi. Ein unterhaltsamer Abend, der mit Geschichten von Stars und Sternchen glänzen wird.

Wann? Samstag, 13. April; Beginn 20:00 Uhr, Einlass 19:00 Uhr

Wer? Lebenshilfe, Kubi-Team

Wo? Im Kubi, Wernerstraße 22 in 27472 Cuxhaven, Tel.: 0 4721 - 5085220 oder kubi@lebenshilfe-cuxhaven.de

13. -15. April in Cuxhaven/Amsterdam**3-Tagesfahrt nach Amsterdam: Tulpenblüte, Grachtenfahrt und vieles mehr**

Wann? Samstag, 13. April bis Montag, 15. April

Wer? LandFrauenverein Cuxhaven

Wo? Anmeldungen bitte bis zum 30. April an Ulrike Woltmann, Telefon 04754 - 657.

14. April in Bramstedt/Bremerhaven**Operette "Die Herzogin von Chicago"**

Die dollarschwere Unternehmertochter Mary Lloyd aus Chicago ist auf Immobilien-Shopping-Tour in Europa und trifft auf den ungarischen Erbprinzen Sandor Boris von Sylvarien, dessen Reich kurz vor dem Bankrott steht. Schweren Herzens verkauft er ihr das sylvarische Residenzschloss, um die Millionen seinem verarmten Land zuzuführen. Die beiden kommen sich näher ...

Wann? Sonntag, 14. April, 19:30 Uhr

Wer? LandFrauenverein Bramstedt UND UMGEBUNG

Wo? Stadttheater Bremerhaven, Theodor-Heuss-Platz in 27568 Bremerhaven

Kosten: PK II 28,00 € für Mitglieder 31,00 € für Nichtmitglieder ;Anmeldung: bis zum 28. März bei Marita Schöne, Tel. 04746/950116 oder Email: marita.schoene1@ewe.net

15. April in Cuxhaven**Arbeitskreis Frauenarmut im Alter**

Wann? Montag, 15. April von 11:00 bis 12:30 Uhr

Wer? Arbeitskreis zum Thema Frauenarmut

Wo? Paritätischer Cuxhaven, Kirchenpauerstr. 1 in 27472 Cuxhaven

15. April in Stotel/Bremerhaven**Lebenshilfe**

Eine Führung durch die Einrichtung der Lebenshilfe Bremerhaven und anschließendem Vortrag

Wann? Montag, 15. Apr. 2019

Wer? LandFrauenverein Stotel

Wo? Lebenshilfe in Bremerhaven

23. April in Cuxhaven**Rechtsberatung für Frauen**

„Was kommt auf mich zu, wenn ich mich scheiden lasse?“ - „Wie ist das mit dem Unterhalt für die Kinder geregelt?“ - „Habe ich Anspruch auf Unterhalt und wie hoch fällt dieser aus?“ - Fragen, die in einer Trennungssituation viele Frauen betreffen und in einer schon angespannten Lebenssituation verunsichern und Sorge bereiten. Im Rahmen der Frauen- und Mädchenberatungsstelle bietet der Paritätische dazu eine kostenlose Rechtsberatung für Frauen an.

Wann? Dienstag, 23. April, 16:00 bis 18:00 Uhr - **14tägiges Angebot**

Wer? Rechtsanwältinnen P. Makowski und C.- C. Warnke im Rahmen der Frauen- und Mädchenberatungsstelle des Paritätischen

Wo? Der Paritätische, Kirchenpauerstr.1 in Cuxhaven Um eine kurze telefonische Anmeldung wird gebeten unter: Frauen- Mädchenberatung: Tel: 04721 / 579392 – für die Beratung entstehen keine Kosten

Frauennotruf: 04721 / 579393

(Tag und Nacht erreichbar)

Beratung und Unterstützung für Frauen und Mädchen

Frauen, die von Gewalt bedroht sind oder in Notsituationen Unterstützung suchen, können sich an die Frauen- und Mädchenberatungsstelle des Paritätischen wenden. Hier erhalten Sie vertrauliche und kostenlose Hilfe. Auch wenn Sie sich in einer Trennungs- oder Scheidungssituation befinden oder Fragen zu weiteren Themen haben, finden Sie hier Unterstützung.

Darüber hinaus können Sie bei einer Fachanwältin für Familienrecht kostenlose Beratung in Rechtsfragen in Anspruch nehmen.

*Mädchen erhalten in der **Frauen- und Mädchenberatungsstelle** Unterstützung bei seelischer, körperlicher und sexueller Gewalt und können sich vertraulich über Hilfemöglichkeiten informieren.*

Anne Henze / Paritätischer, Kirchenpauerstr.1/ 27472 Cuxhaven

Tel: 04721 / 579392

E – Mail: anne.henze@paritaetischer.de

Mehrsprachige Beratung

im Rahmen der Frauen - und Mädchenberatungsstelle bietet der Paritätische auch mehrsprachige Beratung für Frauen an.

In Zusammenarbeit mit Frau Anne Henze berät Frau Antoaneta Daoud Frauen in ihren

Alltagsproblemen auch in den Sprachen: Arabisch, Bulgarisch und Englisch.

Kontakt über: Antoaneta Daoud - Tel: 0151/ 62411602

24. April in Schwanewede**Drahtblumen herstellen**

Wann? Mittwoch, 24. April, 19:00 bis 22:00 Uhr

Wer? LandFrauenverein Donnern

Wo? Schwanewede; Frau Antje Deike Tel.: 04744 / 4108

24. April in Cuxhaven**Die ergänzende unabhängige Teilhabeberatung (EUTB) stellt sich vor**

Vortrag in Zusammenarbeit mit dem Paritätischen Cuxhaven

Wann? Mittwoch, 24. April, 18:30 bis 20:45 Uhr

Wer? Volkshochschule der Stadt Cuxhaven; Referent: Jürgen Vehrs

Wo? VHS, Abendrothstraße 16 in Cuxhaven, Raum 302, kostenfrei

25. April in Cuxhaven**Internationales Frauenfrühstück – offenes Treffen**

Angebot für interessierte Frauen – mit wechselnden Vortrags- und Diskussionsangeboten. Jede bringt eine Kleinigkeit zum Essen mit, für Getränke wird gesorgt.

Wann? Donnerstag, 25. April, 09:00 bis 11:30 Uhr

Wer? Caritas, Ansprechpartnerinnen: Filiz Cozef und Ute Feldt, Ina Tiedemann; Tel. 04721-69028-0 oder ute.feldt@caritas-cuxhaven.de

Wo? Bürgerzentrum Lehfeld, Lappeplatz 3 in Cuxhaven

25. April in Bexhövede**Kaffeemittag**

Kaffeetrinken mit Kuchen für Mitglieder ab 75 Jahre mit einem Lichtbildervortrag von Herrn Peter Bederke

Wann? Donnerstag, 25. April, 14:30 bis 17:00 Uhr

Wer? LandFrauenverein Donnern

Wo? Bexhövede, Gaststätte "Zur Linde", Familie Bender - Nähere Informationen werden in der Einladung mitgeteilt. Anmeldungen unter der Tel.-Nr.: 04703 / 5346

26./27. April in Ihlienworth**Der LandFrauenmarkt Ihlienworth**

Thema: *Ab ins Beet*

27. April in Cuxhaven**Eine tänzerische Entdeckungsreise für Frauen**

Wochenendseminar für Frauen

Lasse Dich frei im Ausdruck Deiner Bewegung

Wann? Samstag, 27. April, 14:00 bis 18:00 Uhr

Wer? Volkshochschule der Stadt Cuxhaven; Dozentin: Sabine Schneider

Wo? VHS, Abendrothstraße 16 in Cuxhaven, Tel. 04721/7352-0 (Anmeldung), Raum 302, Kosten: € 24,00

27. April in Cuxhaven**Comedy vom Feinsten " Zickenkrieg"**

Mädelsabend mit Bibbi Maaß und Ina Twisselmann – das verrückte Comedy-Duo nimmt weibliche Macken auf's Korn und verschont sich dabei gegenseitig nicht. Ein urkomischer Schlagabtausch

Wann? Samstag, 27. April, 20:00 Uhr, Einlass 19:30 Uhr

Wer? Kleinkunstbühne Cuxhaven

Wo? Kleinkunstbühne, Am Querkamp 22 in Cuxhaven

29. April in Bremen**Art & Business: Kreativ und einzigartig?**

Muss das eigene Unternehmen einzigartig sein? Etwas ganz Besonderes darstellen? Ein Alleinstellungsmerkmal kann helfen, das Unternehmen erfolgreich auf dem Markt zu positionieren und das eigene Produkt oder die Dienstleistung attraktiv für die Zielgruppe zu gestalten. Doch was bedeutet Alleinstellungsmerkmal – und wie außergewöhnlich muss dieses sein?

*Wie gehen Frauen mit dem Thema Alleinstellungsmerkmal um? Wie kann das Produkt oder die Dienstleistung aus der Masse von Anbieter*innen hervorgehoben werden? Diese und andere Fragen werden drei Frauen aus unterschiedlichen Bereichen der Kreativbranche im Austausch mit dem Publikum diskutieren.*

*Anschließend sind alle Besucher*innen zu einem Get-together bei Sekt, Saft und Selters eingeladen.*

Wann? Montag, 29. April, 19:00 bis 22:00 Uhr

Wer? belladonna; auf dem Podium: Claudia Janet Birkholz - Steffi Neumann - Judith Remke - Moderation: Dr. Katerina Vatsella ist Kunsthistorikerin, freie Ausstellungskuratorin und Publizistin

Wo? Wilhelm Wagenfeld Haus in Bremen ; Wilhelm Wagenfeld Stiftung, Am Wall 209 in 28195 Bremen

Weitere Angebote für frauen:(zumeist für Bremen) <https://frauenseiten.bremen.de/termine>

29. April in Cuxhaven**Neu in Cuxhaven**

Kurs für Neubürger/innen in Zusammenarbeit mit dem Freiwilligenzentrum

Wann? Montag, 29. April, 18:30 bis 20:45 Uhr ; weitere Termine: jeweils montags, 18:30-20:45 Uhr

Wer? Volkshochschule der Stadt Cuxhaven; Referentin: Beate Haas-Heinrich

Wo? VHS, Abendrothstraße 16 in Cuxhaven, Tel. 04721/7352-0 (Anmeldung), Café/Bistro; Kosten: € 45,00, 6 Termine

30. April in Cuxhaven**Blei in den Rohren – Wie ist die rechtliche Lage?**

Vortrag mit Diskussion

Wann? Dienstag, 30. April, 18:00 bis 20:15 Uhr

Wer? Volkshochschule der Stadt Cuxhaven; Referent: Rechtsanwalt und Notar Ulf Grabow (1. Vorsitzender des Deutschen Mieterbundes Cuxhaven, Stadt und Land e.V.)

Wo? VHS, Abendrothstraße 16 in Cuxhaven, Tel. 04721/7352-0 (Anmeldung), Raum 302, Kosten: € 5,00

30. April in Wulsbüttel**Vortrag: Rheumatische Erkrankungen**

Rheumatische Erkrankungen Zu dem Thema wird uns die Heilpraktikerin und Gesundheitsberaterin Barbara Harms, die eine Naturheilpraxis in Loxstedt führt, einen interessanten Vortrag halten.

Wann? Dienstag, 30. April, 19:30 bis 22:30 Uhr

Wer? LandFrauenverein Wulsbüttel

Wo? Restaurant Pellka - Dat Kartoffelhus, Lindenstraße 18 in 27628 Wulsbüttel

Kosten: 7 Euro pro Person, Essen u. Getränke müssen extra bezahlt werden; Anmeldungen bis zum 23. April bei den Ortsvertrauensfrauen oder Tel. 0 47 95 - 18 00

03. und 04. Mai in Cuxhaven**Einführung in die Psychomotorik**

Weiterbildung für Kindertagespflegepersonen und Mitarbeiter/-innen aus pädagogischen, sozialpädagogischen oder therapeutischen Bereichen

Wann? Freitag, 03. Mai, 15:30-19:30 Uhr und Samstag, 04. Mai, 9:00-17:00 Uhr

Wer? Volkshochschule der Stadt Cuxhaven, Dozentinnen: Ulrike Wolf und Dozentinnenteam

Wo? VHS, Abendrothstraße 16 in Cuxhaven, Tel. 04721/7352-0 (Anmeldung); Café/Bistro, Kosten: € 130,00 ab 7-9 TN; € 106,00 bei 10-14 TN, 2 Termine

04. Mai in Osten**Kreislandfrauentag**

Nach einem reichhaltigen Frühstück wird der Festvortrag von Dr. Rebecca Ballstaedt, Meeresbiologin auf Helgoland zu hören sein: „Faszination Meer? Wenn die Plastiktüte wieder auf dem Teller landet ...“. Der LandFrauenverein "An der Oste" richtet den Kreislandfrauentag aus.

Wann? Sonnabend, 04. Mai, 9.30 Uhr

Wer? Kreisverband der LandFrauenvereine Land Hadeln-Cuxhaven

Wo? Kreislandfrauentag im Osteland-Festhaus, Kosten incl. Frühstück 15 Euro; Anmeldung unter Telefon 04141-519819 oder karin.reinking@lwk-niedersachsen

04. Mai in Cuxhaven**Stand Wochenmarkt in Cuxhaven an der Beethovenallee zum Thema Wahlen am 26. Mai 2019**

Die Gleichstellungsbeauftragten, der Frauenrat des Landkreises und weitere Organisatorinnen aus den unterschiedlichsten Bereichen werden mit einem Infostand vertreten sein. Es gibt Informationsschriften zur Europawahl, Beispiele für die Wahlzettel und vieles mehr! Kommen Sie vorbei – wir freuen uns auf Sie!

Wann? Samstag, 04. Mai von 7:00 bis 13:30 Uhr

Wer? Gleichstellungsbeauftragte, Frauenrat des Landkreises und weitere Organisatorinnen

Wo? Wochenmarkt in Cuxhaven, Beethovenallee

04. Mai in Cuxhaven**Tai Chi & Qigong**

Wochenendseminar (incl. leichtem asiatischen Mittagessen, zubereitet von Randolph Schröder)

Wann? Samstag, 04. Mai, 10:30-16:00 Uhr

Wer? Volkshochschule der Stadt Cuxhaven; Dozentin: Susanne Pflugmacher

Wo? VHS, Abendrothstraße 16 in Cuxhaven, Tel. 04721/7352-0 (Anmeldung); Raum 207, Kosten: € 45,50 (inkl. € 7,00 für Lebensmittelumlage)

05. Mai bis 12. Mai in Beverstedt**Traumhafter Urlaub in Kroatien**

Genaue Informationen und ein ausführliches Reiseprogramm sind abrufbar

Wann? Sonntag, 5. Mai, 06:00 bis Sonntag, 12. Mai, 21:00

Wer? LandFrauenverein Beverstedt

Wo? Kroatien; Anmeldung ab dem 15.09.2018 bei Renate Serger, Tel. 04747/1070 Voraussichtliche Kosten bei jetzt 20 Teilnehmern: im Doppelzimmer ca. 1.298,00€ im Einzelzimmer ca. 1.408,00€

05. Mai in Cuxhaven**Wildkräuter – von der Wiese auf den Teller**

Wochenendseminar

Wann? Sonntag, 05. Mai, 13:00 bis 18:15 Uhr

Wer? Volkshochschule der Stadt Cuxhaven; Dozentin: Dr. Monika Brieden

Wo? VHS, Abendrothstraße 16 in Cuxhaven, Tel. 04721/7352-0 (Anmeldung); Küche, Kosten: € 22,75 (für Verbrauchsmaterial/Zutaten für das Wildkräutermenü wird eine Umlage von € 9,00 erhoben, die bei der Kursleiterin zu entrichten ist)

06. bis 10. Mai in Cuxhaven**Afrika aus globaler Sicht**

Frau Bobke-Flentge, Vorsitzende des ehem. Hausfrauenbundes Cuxhaven organisiert eine Bildungswoche.

Wann? Samstag, 06. bis 10. Mai bis Mittwoch, 10. Mai

Wer? Jutta Bobke-Flentge; ca- Kosten EZ 220, DZ 200 (incl. Seminar und Essen); eine Gruppenreise mit Bus bzw. Zug ist möglich

07. Mai in Otterndorf**"KRÄUTERABEND"**

Nach einem erfrischendem Begrüßungstrunk wird ein kleiner Wildkräuterspaziergang auf dem Hofgelände incl. Kneipp-Weg gemacht und wir werden eine Kräuterseife herstellen. Mit einem kleinen Imbiss wird der Abend abgerundet.

Wann? Dienstag, 7. Mai, 17:00 Uhr bis 20:00 Uhr

Wer? LandFrauenverein Bülkau

Wo? Ute Mushardt – Otterndorf; Anmeldungen bitte bis zum 30. April an Ulrike Woltmann, Telefon 04754 / 657; Preis pro Person 15,- Euro.

07. Mai in Stade**Gehalt sich wünschen ist nicht schwer- Gehalt verhandeln umso mehr**

Wie finde ich das angemessene Gehalt für mich? Die richtige Vorbereitung auf die Gehaltsfrage im Vorstellungsgespräch

Wann? Dienstag, 07. Mai, 16:00 bis 18:00 Uhr (Fortsetzung am 14. Mai)

Wer? Bundesagentur für Arbeit, Ulrike Langer und Handwerkskammer Braunschweig-Lüneburg-Stade, Christina Völkers; Referentin: Ilona Sinno

Wo? Berufsinformationszentrum (BIZ) der Agentur für Arbeit, Am Schwingedeich 2 in Stade; um telefonische Anmeldung wird gebeten 04141-6062-30 (Frau Ines Wandrei)

07. Mai in Cuxhaven**Rechtsberatung für Frauen**

„Was kommt auf mich zu, wenn ich mich scheiden lasse?“ - „Wie ist das mit dem Unterhalt für die Kinder geregelt?“ - „Habe ich Anspruch auf Unterhalt und wie hoch fällt dieser aus?“ - Fragen, die in einer Trennungssituation viele Frauen betreffen und in einer schon angespannten Lebenssituation verunsichern und Sorge bereiten. Im Rahmen der Frauen- und Mädchenberatungsstelle bietet der Paritätische dazu eine kostenlose Rechtsberatung für Frauen an.

Wann? Dienstag, 07. Mai, 16:00 bis 18:00 Uhr - **14tägiges Angebot**

Wer? Rechtsanwältinnen P. Makowski und C.- C. Warnke im Rahmen der Frauen- und Mädchenberatungsstelle des Paritätischen

Wo? Der Paritätische, Kirchenpauerstr.1 in Cuxhaven Um eine kurze telefonische Anmeldung wird gebeten unter: Frauen- Mädchenberatung: Tel: 04721 / 579392 – für die Beratung entstehen keine Kosten

08. Mai in Hadeln**Fahrt ins Blaue**

Wann? 08. Mai, ab 13:00 UHR

Wer? LandFrauenverein Land Hadeln

Wo? Treffpunkt wird noch abgestimmt; Anmeldung bis zum 05. Mai

09. Mai in Cuxhaven**Internationales Frauenfrühstück – offenes Treffen**

Angebot für interessierte Frauen – mit wechselnden Vortrags- und Diskussionsangeboten. Jede bringt eine Kleinigkeit zum Essen mit, für Getränke wird gesorgt.

Wann? Donnerstag, 09. Mai, 09:00 bis 11:30 Uhr

Wer? Caritas, Ansprechpartnerinnen: Filiz Cozef und Ute Feldt, Ina Tiedemann; Tel. 04721-69028-0 oder ute.feldt@caritas-cuxhaven.de

Wo? Bürgerzentrum Lehfeld, Lappeplatz 3 in Cuxhaven

09. Mai in Cuxhaven**Achtung, Schuldenfalle!**

In diesem Workshop sollen Möglichkeiten aufgezeigt werden, wie man bereits vor Abschluss eines gemeinsamen Vertrages für den Fall der Fälle vorsorgen kann. Diese Veranstaltung richtet sich an alle, die vor finanziellen Entscheidungen stehen und sich über rechtliche Grundlagen informieren möchten.

Wann? Donnerstag, 09. Mai, 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr, kostenfrei

Wer? Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft ; Stephanie Simon-Sachenbacher, Rechtsanwältin

Wo? Landkreis Cuxhaven – Kreishaus, Raum 103, Vincent-Lübeck-Str. 2; Anmeldung unter Telefon-Nr. 04721 599-619 oder per E-Mail an frau-und-wirtschaft@afw-cuxhaven.de

10. Mai in Wulsbüttel/Bremerhaven**Tour de Fisch**

Während der zweistündigen Tour de Fisch geht es mit dem Bus auf Zeitreise durch den Fischereihafen in Bremerhaven. Hier erfahren wir alles rund um das Thema Fisch. Warum wird Bremerhaven die „größte Kühltruhe Europas“ genannt? Wo wurde der erste deutsche Fischdampfer gebaut? Wo werden täglich knapp 10 Millionen Fischstäbchen hergestellt? Es geht vorbei an den Unternehmen der Fischverarbeitungsindustrie, den ehemaligen Auktionshallen und den Tiefkühlslagern. An Bord des historischen Fischtrawlers „Gera“ wird das harte Leben an Bord veranschaulicht. Außerdem fahren wir durch den Überseehafen und das Container-Terminal und genießen einen Blick auf die längste Stromkaje der Welt. Wir werden nach Bremerhaven Fahrgemeinschaften bilden!

Wann? Freitag, 10. Mai, 15:30 bis 17:30 Uhr

Wer? LandFrauenverein Wulsbüttel

Wo? Reisebusterminal an der Columbusstraße Ecke Havenbrücke in Bremerhaven; Kosten: 15 Euro pro Person zuzüglich anteilige Anfahrtkosten nach Bremerhaven; Anmeldungen: bis zum 22. April bei den Ortsvertrauensfrauen

10./11. Mai in Ihlienworth**Der LandFrauenmarkt Ihlienworth**

Thema: Gut geölt

11. Mai in Cuxhaven**Wahlcafé (Europawahl, Landratswahl und Oberbürgermeisterwahl)**

Die Möglichkeit für Sie, sich umfassend zu informieren. Sie bekommen Informationsmaterial zur Europawahl und die Kandidaten Kai-Uwe Bielefeld, Frank Berghorn (beides die Kandidaten zur Landratswahl), Uwe Santjer, Harald Zahrtke und Hans-Jürgen Wendt (die drei Kandidaten zur OB-Wahl in Cuxhaven) stehen Ihnen Rede und Antwort zu Ihren Fragen. Sie werden die Chance haben, jeden Kandidaten in kleinen Tischrunden kennenzulernen.

Wann? Samstag, 11. Mai von 10:00 bis 13:00 Uhr

Wer? Gleichstellungsbeauftragte in Kooperation mit dem Frauenrat des Landkreises Cuxhaven e. V. sowie weiteren Frauenorganisationen

Nachfragen 04721 662282 oder auch a.becker@landkreis-cuxhaven.de

Wo? VHS der Stadt Cuxhaven, Abendrothstraße 16 in 27474 Cuxhaven

13. Mai in Schwanewede**Betondeko**

Kreative Ideen aus Beton – Dekoratives für Wohnung und Garten- Deko - Elemente aus Beton für die Wohnung oder den Garten liegen voll im Trend. In dem Betonkurs von Carmen Holthausen aus Schwanewede wird uns gezeigt, wie wir mit dieser Deko-Technik unsere Ideen umsetzen können. In dem Kurs werden zwei Techniken der Betonherstellung (Form und Gießtechnik) vorgestellt. Man kann dann 2 Werkstücke (eine Betonpflanzkugel im Durchmesser von ca. 20 cm und einen Kerzenständer oder ein Gefäß oder ähnliches) unter Anleitung anfertigen. Die Werke können nach einer einwöchigen Trockenphase abgeholt werden.

Wann? Montag, 13. Mai, 19:30 bis 22:00 Uhr

Wer? LandFrauenverein Wulsbüttel

Wo? Carmen Holthausen, Oberstraße 6 in 28790 Schwanewede-Hinnebeck, Kosten: 25 Euro zuzüglich anteilige Fahrtkosten; Anmeldung: bis zum 08. Mai bei Jutta Heißenbüttel, Tel. 0 47 95 - 18 00

14. Mai in Stade**Gehaltsverhandlungen in der Praxis**

Wie wird mein Gehalt gehaltvoll, damit mir mein Arbeitsplatz schmeckt? – so punkten Sie auf Anhieb. Tipps für das Vorstellungsgespräch

Wann? Dienstag, 14. Mai, 16:00 bis 18:00 Uhr (Fortsetzung vom 07. Mai)

Wer? Bundesagentur für Arbeit, Ulrike Langer und Handwerkskammer Braunschweig-Lüneburg-Stade, Christina Völkers; Referentin: Ilona Sinno

Wo? Berufsinformationszentrum (BIZ) der Agentur für Arbeit, Am Schwingedeich 2 in Stade; um telefonische Anmeldung wird gebeten 04141-6062-30 (Frau Ines Wandrei)

14./15. und 28. Mai in Cuxhaven**Wie mache ich mich erfolgreich selbstständig?**

Kann die Geschäftsidee umgesetzt werden? Welche Voraussetzungen sind erforderlich? Es wird ein Businessplan erarbeitet und geprüft, ob die Existenzgründung den Lebensunterhalt sichern kann.

Wann? Dienstag, 14. Mai und Mittwoch, 15. Mai und Dienstag, 28. Mai -jeweils von 09:00 Uhr – 16:00 Uhr, kostenfrei

Wer? Franziska Krone, Betriebswirtin

Wo? VHS der Stadt Cuxhaven, Abendrothstr. 16 in 27474 Cuxhaven; Anmeldung unter Telefon-Nr. 04721 599-619 oder per E-Mail an frau-und-wirtschaft@afw-cuxhaven.de

14. Mai in Cuxhaven**Rentenberatung**

Kostenfreie und individuelle Beratung zur Rente. Es werden jeweils halbstündige Einzeltermine vergeben.

Wann? Dienstag, 14. Mai, 08:30 Uhr – 13:00 Uhr, kostenfrei

Wer? Dieter Westermann, Versichertenältester der Deutschen Renten-Versicherung; Braunschweig-Hannover und Bund

Wo? Agentur für Wirtschaftsförderung, Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft, Kapitän-Alexander-Str. 1 in 27472 Cuxhaven; Anmeldung unter Telefon-Nr. 04721 599-619 oder per E-Mail an frau-und-wirtschaft@afw-cuxhaven.de

14. Mai in Geestland**Bustour des Frauenstammtisches**

Ein weiterer Teil von Geestland zum Kennenlernen: die Fahrt startet in Langen am Rathaus, führt über Bad Berderkesa nach Flögeln. Die Ortsbürgermeister Uwe Bischoff und Claus Seebeck werden die Busfahrt begleiten und die Besonderheiten der Ortschaften zeigen und erläutern.

Treffen um 12:45 Uhr, Abfahrt um 13:00 Uhr, Rückkehr gegen 18:30 Uhr

Wann? Dienstag, 14. Mai von 12:45/13:00 bis 18:30 Uhr

Wer? Gleichstellungsbeauftragte Gaby Maschke und Ellen Frank, Anmeldung bis 06. Mai unter 04743 9371530; Kosten: Busfahrt 10 € plus 7,50 € für Kaffee und Kuchen

Wo? Rathaus Langen, Sieverner Str. 10 in 27607 Geestland

15. Mai in Cuxhaven**Stand Wochenmarkt in Cuxhaven an der Beethovenallee zum Thema Wahlen am 26. Mai 2019**

Die Gleichstellungsbeauftragten, der Frauenrat des Landkreises und weitere Organisatorinnen aus den unterschiedlichsten Bereichen werden mit einem Infostand vertreten sein. Es gibt Informationsschriften zur Europawahl, Beispiele für die Wahlzettel und vieles mehr! Kommen Sie vorbei – wir freuen uns auf Sie!

Wann? Mittwoch, 15. Mai von 7:00 bis 13:30 Uhr

Wer? Gleichstellungsbeauftragte, Frauenrat des Landkreises und weitere Organisatorinnen

Wo? Wochenmarkt in Cuxhaven, Beethovenallee

15. Mai bis 22. Mai + 05. Juni 2019 in Geestland**Ihr beruflicher Neustart – neue Strategien entwickeln**

Sie möchten sich beruflich verändern, nach einer Pause wieder ins Berufsleben einsteigen, eine Ausbildung machen oder haben andere berufliche Pläne? Hier erhalten Sie Gelegenheit, berufliche Perspektiven und Ihr persönliches Kompetenz- und Stärkenprofil unter professioneller Anleitung zu entwickeln.

Inklusive Farb- und Stilberatung mit Ninette L. Urban, Farb-, Stil- und Imageberaterin, am Montag, 20. Mai 2019.

Wann? Mittwoch, 15. Mai bis Mittwoch, 22. Mai + Mittwoch, 05. Juni; jeweils von 08:30 Uhr bis 12:00 Uhr = 7 Vormittage

Wer? Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft; Referentin: Christa Schöps, Dipl.-Sozialarbeiterin

Wo? VHS im Landkreis Cuxhaven e.V., Geschäftsstelle Langen, Debstedter Straße 5A in 27607 Geestland; Anmeldung unter Telefon-Nr. 04721 599-619 oder per E-Mail an frau-und-wirtschaft@afw-cuxhaven.de; kostenfrei

18. Mai in Cuxhaven**Heilsame Rituale und sanftes Yoga**

Wochenendseminar für Frauen

Wann? Samstag, 18. Mai, 10-13 Uhr,

Wer? Volkshochschule der Stadt Cuxhaven; Dozentin: Tanja Gluschitz

Wo? VHS, Abendrothstraße 16 in Cuxhaven, Tel. 04721/7352-0 (Anmeldung); Raum 207, Kosten: € 28,00

18. Mai in Cuxhaven**Stand Wochenmarkt in Cuxhaven an der Beethovenallee zum Thema Wahlen am 26. Mai 2019**

Die Gleichstellungsbeauftragten, der Frauenrat des Landkreises und weitere Organisatorinnen aus den unterschiedlichsten Bereichen werden mit einem Infostand vertreten sein. Es gibt Informationsschriften zur Europawahl, Beispiele für die Wahlzettel und vieles mehr! Kommen Sie vorbei – wir freuen uns auf Sie!

Wann? Samstag, 18. Mai von 7:00 bis 13:30 Uhr

Wer? Gleichstellungsbeauftragte, Frauenrat des Landkreises und weitere Organisatorinnen

Wo? Wochenmarkt in Cuxhaven, Beethovenallee

Weiterbildungsprogramm der Frauenförderung der **Handwerkskammer** Braunschweig-Lüneburg-Stade, Frau Christina Völkers in Stade

Informationen unter: <https://www.hwk-bls.de/22,234,171.html#weiterbildung>

oder: **Christina Völkers** - Tel. 04141 6062-28 - Fax 04141 6062-90 - voelkers@hwk-bls.de

21. Mai in Cuxhaven**Rechtsberatung für Frauen**

„Was kommt auf mich zu, wenn ich mich scheiden lasse?“ - „Wie ist das mit dem Unterhalt für die Kinder geregelt?“ – „Habe ich Anspruch auf Unterhalt und wie hoch fällt dieser aus?“ - Fragen, die in einer Trennungssituation viele Frauen betreffen und in einer schon angespannten Lebenssituation verunsichern und Sorge bereiten. Im Rahmen der Frauen- und Mädchenberatungsstelle bietet der Paritätische dazu eine kostenlose Rechtsberatung für Frauen an.

Wann? Dienstag, 21. Mai, 16:00 bis 18:00 Uhr - **14tägiges Angebot**

Wer? Rechtsanwältinnen P. Makowski und C.- C. Warnke im Rahmen der Frauen- und Mädchenberatungsstelle des Paritätischen

Wo? Der Paritätische, Kirchenpauerstr.1 in Cuxhaven Um eine kurze telefonische Anmeldung wird gebeten unter: Frauen- Mädchenberatung: Tel: 04721 / 579392 – für die Beratung entstehen keine Kosten

22., 24., 25, 26. Mai in Cuxhaven**Zuschneiden und Nähen**

Wochenendseminar; Kleider machen Leute und das Outfit prägt die Ausstrahlung – heute mehr denn je! Wir nähen modische aber unkomplizierte Kleidungsstücke (Rock, Hose oder Bluse), die ganz sicher im Kurs fertig werden.

Wann? Infoabend: Mittwoch, 22. Mai, 18:00 Uhr; Freitag, 24. Mai, 15:00 bis 20:00 Uhr; Samstag, 25. Mai, 13:00 bis 18:00 Uhr, Sonntag, 26. Mai, 10:00 bis 14:00 Uhr

Wer? Volkshochschule der Stadt Cuxhaven; Dozentin: Darinka Brauer

Wo? VHS, Abendrothstraße 16 in Cuxhaven, Tel. 04721/7352-0 (Anmeldung); Raum 202, Kosten: € 57,00

23. Mai in Cuxhaven**Mit Softskills zum Traumjob**

Schlüsselkompetenzen, auch „Soft Skills“ genannt, werden heute von fast jeder Bewerberin und jedem Bewerber erwartet. Die passende Ausbildung bildet zwar die Basis für eine erfolgreiche Bewerbung, Unternehmen erwarten jedoch außerdem z. B. Team- / Kommunikationsfähigkeit sowie Motivation und Flexibilität. Mit welchen Soft Skills können Sie den Weg zu Ihrem Traumjob ebnen?

Wann? Donnerstag, 23. Mai, 10:15 Uhr bis 12:30 Uhr, kostenfrei

Wer? Ulrike Langer, Beauftragte für Chancengleichheit ; Agentur für Arbeit Stade

Wo? Agentur für Wirtschaftsförderung, Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft, Kapitän-Alexander-Str. 1, 27472 Cuxhaven; Anmeldung unter Telefon-Nr. 04721 599-619 oder per E-Mail an frau-und-wirtschaft@afw-cuxhaven.de; kostenfrei

23. Mai in Cuxhaven**Internationales Frauenfrühstück – offenes Treffen**

Angebot für interessierte Frauen – mit wechselnden Vortrags- und Diskussionsangeboten. Jede bringt eine Kleinigkeit zum Essen mit, für Getränke wird gesorgt.

Wann? Donnerstag, 23. Mai, 09:00 bis 11:30 Uhr

Wer? Caritas, Ansprechpartnerinnen: Filiz Cozef und Ute Feldt, Ina Tiedemann; Tel. 04721-69028-0 oder ute.feldt@caritas-cuxhaven.de

Wo? Bürgerzentrum Lehfeld, Lappeplatz 3 in Cuxhaven

23. Mai in Cuxhaven

Entwicklung eines Wohnprojektes für Jung und Alt

Vortrag mit Diskussion

Eine Gruppe von Menschen im Alter von 13 bis 75 Jahren, die Lust haben, generationsübergreifend in einer solidarischen Hausgemeinschaft zu leben, haben es realisiert. Im Frühjahr 2015 sind sie in das Bremerhavener Wohnprojekt Lehe eingezogen. Wie haben sie es geschafft? Wo gab es Hürden? Hat es sich gelohnt?

Wann? Donnerstag, 23. Mai, 18:00 bis 20:15 Uhr

Wer? Volkshochschule der Stadt Cuxhaven; Referent: Rolf Pahlke

Wo? VHS, Abendrothstraße 16 in Cuxhaven, Tel. 04721/7352-0 (Anmeldung); VHS, Raum 302, Kosten: € 5,00

25. Mai in Cuxhaven

Es singt in mir und klingt in mir' – Mit Kindern singen und musizieren

Weiterbildung Musikalische Früherziehung

Weiterbildung für Kindertagespflegepersonen und Mitarbeiter/-innen aus pädagogischen, sozialpädagogischen oder therapeutischen Bereichen

Wann? Samstag, 25.05.2019, 10-17 Uhr,

Wer? Volkshochschule der Stadt Cuxhaven; Dozentin: Stephanie Müller

Wo? VHS, Abendrothstraße 16 in Cuxhaven, Tel. 04721/7352-0 (Anmeldung); Raum 302, Kosten: € 140,00 ab 7-9 TN; € 100,00 bei 10-20 TN, 1 Termin

25. Mai in Geestland

Stark – Weiblich – Kompetent

Machen Sie aus sich eine interessante Person!

Charismatische Menschen kommen in einen Raum und die Aufmerksamkeit aller ist ihnen sicher. Sie strahlen das gewisse Etwas aus und haben die Fähigkeit, Gefühle in uns auszulösen. Jeder hat das Potential, charismatisch zu sein. Sie erfahren in dieser Veranstaltung, was Sie interessant macht und wie Sie sich sympathisch präsentieren. Sie erhalten Inspiration, hören vielleicht Neues über sich, lernen mit Ihrer Ausstrahlung zu spielen und werden zukünftig Räume ganz anders betreten.

Wann? Samstag, 25. Mai, 14:00 Uhr – 17:00 Uhr, kostenfrei

Wer? Gabriela Meyer, Publizistin, Kommunikationstrainerin

Wo? Museum Burg Bederkesa, Amtsstraße 17 in 27624 Geestland; Anmeldung unter Telefon-Nr. 04721 599-619 oder per E-Mail an frau-und-wirtschaft@afw-cuxhaven.de

21. Mai in Stade

Grundlagen der Selbstständigkeit – von der Idee zur Eröffnung

Überblick Gründungsprozess, Bausteine zu einem schlüssigen Unternehmenskonzept, Formalien, Chancen und Grenzen, Tipps und Hinweise, Fallbeispiele

Wann? Dienstag, 21. Mai, 10:00 bis 12:30 Uhr

Wer? Bundesagentur für Arbeit, Ulrike Langer und Handwerkskammer Braunschweig-Lüneburg-Stade, Christina Völkers; Referentin: Ute Rebel, Gründerinnen Consult und Christina Völkers

Wo? Berufsinformationszentrum (BIZ) der Agentur für Arbeit, Am Schwingedeich 2 in Stade; um telefonische Anmeldung wird gebeten 04141-6062-30 (Frau Ines Wandrei)

24./25. Mai in Ihlienworth

Der LandFrauenmarkt Ihlienworth

Thema: Rund herum

29. Mai in Bramstedt**Sommer - Überraschungsfahrt**

Einfach losfahren, ohne zu wissen, wo es hingeht. Das macht diesen Ausflug so spannend. Wir haben ein tolles Ziel ausgesucht und garantieren viele neue Eindrücke, so dass am Ende des Tages alle total begeistert sein werden. Also, neugierig geworden?

Wann? Mittwoch, 29. Mai, 07:20 Uhr

Wer? LandFrauenverein Bramstedt UND UMGEBUNG

Wo? Abfahrt: 7.20 Uhr Hagen, ZOB 7.30 Bramstedt, Jüttner 7.40 Bokel, Schule; Kosten: 68,00 € für Mitglieder 73,00 € für Nichtmitglieder inkl. Mittagessen und Kaffeegedeck Anmeldung: bis zum 3. Mai bei Marita Schöne, Tel. 0 47 46/95 01 16 oder Email: marita.schoene1@ewe.net

31. Mai in Cuxhaven**Mit Heilpflanzen gesund älter werden**

Wochenendseminar

Wann? Freitag, 31. Mai, 13:00 bis 16:15 Uhr,

Wer? Volkshochschule der Stadt Cuxhaven; Dozentin: Dr. Monika Brieden

Wo? VHS, Abendrothstraße 16 in Cuxhaven, Tel. 04721/7352-0 (Anmeldung); Café/Bistro, Kosten: € 13,00

(für Verbrauchsmaterial /Teemischung, Tinktur, Hydrolat und ätherische Öle wird eine Umlage von € 9,00 erhoben, die bei der Kursleiterin zu entrichten)

Qualifizierung zur Busfahrerin in Bremerhaven

neuer Durchgang Frauen in Fahrt - FIFA

ab voraussichtlich im **02. September 2019**

Teilzeitqualifizierung

Dauer: ca. 9 Monate

Wer kann teilnehmen?

- Frauen und Männer mit Betreuungsaufgaben
- Mindestens 24 Jahre
- Führerschein Kl. B mindestens 2 Jahre
- Körperliche und geistige Eignung
- Führungszeugnis und FAER

Wo können Sie sich erkundigen? Frau Hesse-Bloch, Jobcenter Bremerhaven

Cuxland-Frauen-Rundbrief

Herausgegeben von den Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Cuxhaven und des Landkreises Cuxhaven sowie vom Frauenrat im Landkreis Cuxhaven e. V. (V. i. S. d. P.) zu erreichen unter: 04721-662282 (Landkreis Cuxhaven) oder cuxland-frauen@gmx.de