

Gemeinsam ist uns allen das Frausein!

Dies ist ein Kurs für Flüchtlingsfrauen, in dem lebenspraktische Themen und Erfahrungen von Frauen thematisiert werden. Es geht um die Rolle und Situation der Frau in unserem Land, aber auch um politische Grundhaltungen und kulturelle Inhalte. So werden Themen wie Säkularismus ebenso von den Kursleiterinnen aufgegriffen wie beispielsweise Bildungs- und Berufsmöglichkeiten. Weitere Themen ergeben sich durch die Wünsche und Erfahrungen der Frauen.

Im Gespräch und in der Diskussion wenden die Teilnehmerinnen die deutsche Sprache an und verbessern so ihre Sprachkenntnisse.

Um Sprachbarrieren aufgrund komplexer Gesprächsinhalte zu überbrücken, stehen auch Dolmetscherinnen zur Verfügung

ما يجمعنا أننا كلنا نسوة!

تعتبر هذه الجلسة حصة للنساء اللاجئات لتبادل الحديث عن مواضيع نسائية تخص حياتهن اليومية. من أهم هذه المواضيع التعريف بدور المرأة و وضعها في ألمانيا. إضافة إلى التطرق إلى مواضيع تشمل الثقافة و السياسة, على سبيل المثال موضوع العلمانية أو موضوع التعليم و الفرص المتاحة للعمل هنا. مواضيع أخرى سيتم التطرق إليها بصفة عفوية حسب رغبات و خبرات المشتركات.

يعتبر هذا اللقاء أيضا فرصة جيدة للاجئات لإستخدام و تحسين قدراتهن باللغة الألمانية باعتبار أن تبادل الحديث و النقاش سيكون باللغة الألمانية. في حالة وجود صعوبات في التعبير عن مواقف معينة عند الخضم في مواضيع معقدة يمكن اللجوء إلى مساعدة المترجمات اللاتي سيحضرن الجلسة أيضا.

montags, 16.00 - 18.15 Uhr
(monatlich jeden 2. Montag im Monat)

Termine 1248* 08.01. - 11.06. 5 Termine, Beitrag 0€ / Termin
08.01. + 12.03. + 09.04. + 14.05. + 11.06.2018

Leitung:

Angela Asar, Flüchtlingshilfe „Pulheim hilft e.V.“,
Nadja Guettat, Sozialamt der Stadt Pulheim
Marlis Klöckner, Frauenberatungsstelle im Café F.

Astrologie

Unter fachkundiger Leitung werden Horoskope erstellt und analysiert.

montags, 17.00 - 19.00 Uhr (jeden 2. Montag im Monat)

Termine 08.01. - 11.06. Beitrag 7 € für ½ Std. Beratung
08.01. + 12.03. + 09.04. + 14.05. + 11.06.2018

verbindliche Anmeldung unter 0171/2691938

Dozentin:

Christiane Passoth, Astrologin

Handarbeitskreis

In gemütlicher Runde treffen sich interessierte Frauen zum gemeinsamen Handarbeiten und Klönen. Hier können Handarbeitserfahrungen und Tricks zum Stricken, Sticken und Häkeln ausgetauscht werden

dienstags, 10.00 – 12.00 Uhr
(jeden 1. und 3. Dienstag im Monat)

Leitung:

Elke Römhild

Stammtisch für Mitglieder und Interessierte

Hier haben Mitglieder und Interessierte die Gelegenheit, uns, das Café F. und den F.e.V. als Trägerverein, näher kennenzulernen, mehr über das Café F. zu erfahren, neue Frauen kennenzulernen, Freundschaften zu pflegen, bei einer Tasse Kaffee nett beieinander zu sitzen, zu erzählen und sich auszutauschen. Auf Wunsch gern zu einem bestimmten Thema, das vorher besprochen wird.

**mittwochs, 10.30 – 11.30 Uhr
(jeden 2. Mittwoch im Monat)**

Termine

10.01. + 14.02. + 14.03. + 11.04. + 09.05. + 13.06.2018

Leitung:

Brigitte Floßdorf und Ruth Nolting

Computertreff

Sie haben spezielle Fragen zum Umgang mit Ihrem Notebook, Tablet oder Smartphone?
Oder Sie wollen sich über allgemeine Themen rund um Notebook, Tablet oder Smartphone informieren?
Ein Kreis von Computer-interessierten Menschen trifft sich einmal im Monat, um sich über Computerthemen auszutauschen, die ihnen am Herzen liegen.

Hierbei geht es ums Internet, aber auch um Themen wie:

„Wie finde ich meine Dateien wieder“, „Wie bringe ich meine digitalen Fotos von der Kamera auf den PC“, und wie gehe ich mit Smartphone oder Tablet um und welche Möglichkeiten bietet es und vieles mehr.

Unter fachkundiger Leitung werden Ihre Fragen beantwortet und auch gemeinsam über alles rund um PC, Tablet und Smartphone diskutiert. (nicht iPad, MacBook oder iPhone)

mittwochs, 10.00 – 12.15 Uhr (jeden 3. Mittwoch im Monat)

Termine 1234 * 17.01. - 20.06. Beitrag 7 € / Termin*

17.01. + 21.02. + 21.03. + 18.04. + 16.05. + 20.06.2018

verbindliche Anmeldung

bis Freitag, 10.00 Uhr, vor dem jeweiligen Termin
unter 02238/472279 (AB) oder bildung@cafef.de

Dozentin:

Karin Burmeister, EDV-Dozentin

Kultur- und Wanderkreis 60+ im Café F.

Wer Interesse an gemeinsamen kulturellen, sportlichen oder/und geselligen Aktivitäten hat, Frauen und Männer, ist herzlich eingeladen. Am 3. Do. im Monat besprechen wir weitere Termine, die inhaltliche Gestaltung, die Abstimmung der Fahrtengemeinschaften und die Zeiteinteilung sowie die letzten Veranstaltungen mit unseren gemeinsamen Erlebnissen.

Anmeldungen für das Info -Treffen sind nicht verbindlich, allerdings für die monatliche gemeinsame Veranstaltung, **jeweils am 1. Do. im Monat**, ist eine schriftliche Anmeldung aus Organisationsgründen am Info - Vormittag **notwendig**.

Informations- und Austauschtreffen im Café F.

**donnerstags, 10.30 bis 11.30 Uhr
(jeder 3. Donnerstag im Monat)**

Termine

18.01. + 15.02. + 15.03. + 19.04. + 17.05. + 21.06.2018

Info unter **01575 / 411 64 72** oder wandern@cafef.de oder bei den **Info-Treffen**

Leitung:

Christiane Wetzel

Tarot

Einführung in die Geschichte und Deutungssymbolik der Tarotkarten.

Das Tarot gibt es seit mehr als 600 Jahren. In dieser Zeit wurde es immer wieder dem aktuellen Leben und seiner Bildersprache angepasst. Archaische Figuren und Verhaltensweisen, die in unserem Unterbewusstsein tief verwurzelt sind, werden spontan verstanden und können zu einem bewussten Verständnis der aktuellen Situation beitragen. Somit ist das Tarot ein altes, bewährtes Coachinginstrument, immer nahe dran an der persönlichen Lebenssituation.

Verwendet werden die Rider-Waite-Karten. Eigene Karten können gerne mitgebracht werden.

donnerstags, 18.45 – 21.00 Uhr
(jeden 1. Donnerstag im Monat)

Termine 1249 *

01.02. - 07.06. 5 Termine, Beitrag 10 € / Termin

01.02. + 01.03. + 05.04. + 03.05. + 07.06.2018

verbindliche Anmeldung

bis Freitag, 10.00 Uhr, vor dem jeweiligen Termin
unter 02238/472279 (AB) oder bildung@cafef.de

Dozentin:

Marion Sallmann, Trainings- und Coaching bzw. NLP – Ausbilderin

Singkreis

für alle, die gern mit anderen gemeinsam singen und über gesungene Lieder sprechen!

Es werden vorwiegend alte Volkslieder aus verschiedenen Regionen Deutschlands mit Gitarrenbegleitung gesungen.

Je nach Zusammensetzung der Gruppe werden Lieder aus verschiedenen internationalen Kulturkreisen und dem englischsprachigen Raum besprochen und gesungen.

Die Frage, warum sich bestimmte Lieder über Jahrhunderte hinweg durchgesetzt haben, andere dagegen rasch von der Bildfläche verschwunden sind, wird exemplarisch auf Wunsch erörtert.

donnerstags, 19.30 – 21.00 Uhr
(jeden 2. Donnerstag im Monat)

Termine

11.01. + 08.02. + 08.03. + 12.04. + **Mi. 09.05.** + 14.06.

Leitung:

Waltraud Niemeyer

Frauen - Talk am Donnerstag im F.

Talk heißt übersetzt: Gespräch, Besprechung, Gerede, Diskussion, Unterhaltung ...

Zu all dem möchten wir Frauen einladen, am letzten Donnerstag im Monat ins (Café) F.

zu kommen! Teilzeitjobs, Lohnungleichheit, Kindererziehung, Wiedereinstieg in den Beruf - eine aktuelle Umfrage zeigt, dass viele Frauen ihre Lebenssituation kritisch sehen.

Wie sehen Sie das? Stimmt das? Wie gehen Sie mit diesen Herausforderungen um?

Wir wollen diskutieren, voneinander lernen, Ansätze finden, die eigene sowie die Situation von Frauen allgemein zu

verbessern.

Natürlich soll der Spaß miteinander, die Auszeit von allem, das Kennenlernen neuer Frauen im Mittelpunkt des „Frauen - Talks am Donnerstag im F.“ stehen!

**donnerstags, 19.30 – 21.00 Uhr
(jeden letzten Donnerstag im Monat)**

Termine

25.01. + 22.02. + 29.03. + 26.04. + 28.06.2018

Leitung:

Marlis Klöckner, Dipl. Sozialpädagogin, Mediatorin

Literaturkreis für LeserInnen

Wir lesen Bücher von Frauen, die interessante, weil für ihre Zeit ungewöhnliche Lebenswege gegangen sind. Darüber hinaus beschäftigen wir uns mit Frauenschicksalen aus anderen Kulturen und Ländern.

freitags, 19.30 – 21.45 Uhr (jeden 2. Freitag im Monat)

Termine 1196 * 12.01. - 08.06.

6 Termine, Beitrag 3 € / Termin

12.01. + 09.02. + 09.03. + 13.04. + 11.05. + 08.06.2018

Leitung:

Ragna Rabenhorst

Ausflug ins Ommelstal

Zwischen Pulheim und Stommeln liegt - etwas versteckt - das Naturschutzgebiet Ommelstal.

Es besteht aus zwei alten Rheinarmen, ist etwa 35 Hektar groß und gehört zu zwei Dritteln zu Bergheim und zu einem Drittel zu Pulheim. Die Landschaftsstruktur ist durch Gewässer, Topographie und Gehölzbestände geprägt. Das Ommelstal ist ein wichtiger Lebensraum für viele Pflanzen und Tiere. So nisten hier seltene Vögel und Amphibien und Libellen finden hier Schutz.

Erst in diesem Jahrzehnt wurde das Gebiet vom Landschaftsschutzgebiet zum Naturschutzgebiet erklärt.

Der Initiator des Naturschutzgebietes, Dieter Bunge, lädt die Café F. Frauen und Freundinnen und Freunde zu einer Begehung des Geländes ein.

Termin: Sa., 16.06.2018 ab 11 Uhr auf der großen Wiese im Ommelstal

Zu erreichen zu Fuß, mit dem Fahrrad und dem Auto

verbindliche Anmeldung

bis Freitag, 15. 06. 2018, 10.00 Uhr unter 02238/472279 (AB) oder bildung@cafef.de
um die Anreise zu besprechen