

## Frauenberatungsstellen Oberwart und Güssing

### Oberwart, Spitalgasse 5

Telefon: 03352/338 55 Fax DW 4  
e-mail: frauenberatung-oberwart@utanet.at  
www.frauenberatung-oberwart.at

### Öffnungszeiten

#### Frauen- /Familienberatung

Montag bis Mittwoch  
und Freitag 8.00-12.00 Uhr  
Donnerstag 8.00-11.00 Uhr  
und nach telefonischer Vereinbarung

#### juristische Beratung

#### sozialarb. und sozialpsychologische Beratung

Mittwoch 17.00- 19.00 Uhr  
Donnerstag 9.00-11.00 Uhr  
und nach telefonischer Vereinbarung

### Güssing, Hauptstraße 26

Telefon: 03322/430 01 Fax DW 4  
e-mail: frauenberatung-guessing@aon.at  
www.frauenberatung-guessing.at

### Öffnungszeiten

#### Frauen- /Familienberatung

Montag bis Freitag 8.00-12.00 Uhr  
und nach telefonischer Vereinbarung

#### juristische Beratung und sozialarb. Beratung

Donnerstag 16.00-18.00 Uhr  
und nach telefonischer Vereinbarung

#### Jennersdorf in der BH

Tel. 03329/45 202 4747  
Dienstag 9.00-12.00 Uhr  
e-mail: frauenberatung-je@gmx.net

#### Bildein Gemeindeamt

jeden 2. Donnerstag 14.00-18.00 Uhr

I m p r e s s u m :  
Herausgeber und Verleger: Verein Jugendhaus Offenes  
Haus Oberwart, Lisztgasse 12, 7400 Oberwart.  
Für den Inhalt verantwortlich: Verein Frauen für Frauen  
Burgenland, Spitalgasse 5, 7400 Oberwart, ZVR-Zahl:  
381127723. Druck: europoint, Pinkafeld. Gestaltung  
und Titelfoto: grafik-design Christa Wagner

**P.b.b.** GZ 03Z034973M  
Verlagspostamt 7400 Oberwart  
Retouren an PF 555, 1080 Wien

## Ich trete dem Verein Frauen für Frauen Burgenland bei.

Der Mitgliedsbeitrag beträgt:

- € 25,- pro Jahr bzw.  für Frauen ohne Einkommen € 4,- pro Jahr.  
 Zutreffendes bitte ankreuzen. Bitte einzahlen auf das Konto Frauen für Frauen Burgenland,  
Raiffeisenbank Oberwart KontoNr. 18416 • BLZ 33125

Name .....

Adresse .....

Telefon .....Datum..... Unterschrift.....

Bitte schicken Sie den Kupon an den

**VEREIN Frauen für Frauen Burgenland, 7400 Oberwart, Spitalgasse 5.**

# JOSEFA

Josef  
Nr.2/2008

Frauen für Frauen  
Burgenland



## Veranstaltungen Frühjahr 2008

# Vereinsnews

Liebe Leserinnen!

Der Verein Frauen für Frauen für Frauen Burgenland ist im vergangenen Herbst zum Lieblingsverein in Oberwart gewählt worden. Es zeigt, wie sehr unsere Arbeit und unsere Angebote geschätzt werden. Als Preis erhielten wir zehn Freikarten für das Casino in Baden (Titelfoto).

Im Oktober 2007 besuchten wir im Rahmen unseres Betriebsausflugs ein Krisenzentrum, ein Frauenhaus und eine gerade entstehende sozialpädagogische Wohngemeinschaft für Jugendliche in Bratislava.

In der Generalversammlung im Dezember 2007 ist der Vereinsvorstand neu gewählt worden. Zwei Vorstandsfrauen, **Ulrike Zigner** und **Mag.<sup>a</sup> Andrea Winkelbauer** sind aus dem Vorstand ausgeschieden. Beide Frauen haben über viele Jahre als Schriftführerinnen die Vorstandsarbeit bereichert. Sie haben mit ihrem Wissen, ihrer Kreativität, mit Achtsamkeit und Tatkraft wesentlich zum guten Gedeihen der Arbeit und zur Vielfalt der Angebote des Vereines beigetragen. Ihnen sei an dieser Stelle noch einmal herzlich für ihre Arbeit, die sie ehrenamtlich machten, gedankt. Die Funktion der Schriftführerin bekleidet nun **Eva Janisch**, Einzelhandelskauffrau und Lebens- und Sozialberaterin in Ausbildung. Ebenso konnten **Eva Burjan**, Leiterin der AMS-Regionalstelle Oberwart, **Dr.<sup>in</sup> Isolde Schmelzer**, Ärztin in der Kinderabteilung des Krankenhauses Oberwart und **Hilde Hadl**, engagiert in der Selbsthilfegruppe Frauen nach Brustkrebs, für die Mitarbeit im Vorstand gewonnen werden. Sie werden die Themen „Arbeitsmarktpolitische Fragen“, „Frauengesundheit“ und „Projekte“ forcieren. In der ersten Vorstandssitzung am 15. Jänner 2008 wurde außerdem **Mag.<sup>a</sup> Romi Andrea Panner**, Rechtsanwältin in Rudersdorf, Familienberaterin und juristische Beraterin der Bgld. Landesregierung in unserer Frauenberatungsstelle Güssing, als stellvertretende Schriftführerin in den Vorstand kooptiert. Unser Dank gilt auch jenen Frauen, die bereits seit vielen

Jahren ehrenamtlich im Verein mitarbeiten und die ihre Vorstandsfunktionen behalten haben: **Mag.<sup>a</sup> Shobha Hamann** als Obfrau, **Gottfrieda Kaiser** als Finanzverantwortliche und **Mag.<sup>a</sup> Christa Wagner** als Repräsentantin für Kunst und Kultur im Verein.



Der Verein hat zwei neue Mitarbeiterinnen: **Mag.<sup>a</sup> Bettina Schabl** hat die Nachfolge von **Mag.<sup>a</sup> Karin Göllly** in Oberwart angetreten. Sie berät und begleitet seit einem halben Jahr Frauen in juristischen Fragen und Problemsituationen. Sie wird wie ihre Vorgängerin die Frauenberatungsstelle Oberwart in der Plattform gegen Gewalt in der Familie (Bereich Frauen) vertreten, sowie Aktivitäten zur Vernetzung und Gewaltprävention organisieren.

Die zweite Neue, **Kerstin Fassl**, ist Nachfolgerin ihrer Mutter, **Heidmarie Bischof**, unserer langjährigen Fachfrau in Buchhaltungs- und Finanzfragen. Wir wollen uns auf diesem Weg noch einmal bei Heidmarie Bischof bedanken, die auch über Jahre die beliebten Wohlfühlstunden in der Beratungsstelle Güssing geleitet hat.

Gerne blicken wir auf zwei gelungene Veranstaltungen zurück: das Kabarett „Faltenlos & Knitterfrei“ in Güssing und die Aufführung des Interact-Theaters „Kein Kies zum Kurven kratzen“. Letztere haben wir mit dem Verein „vamos“ und dem Offenen Haus Oberwart organisiert.

Im Dezember 2007 hat Susanne Drdla, Akademische Kommunikationstrainerin, mit der 3. Klasse der HBLA für wirtschaftliche Berufe Oberwart eine Online-Radiosendung gestaltet. Schülerinnen interviewten einander im Hinblick auf den Stellenwert von Berufstätigkeit und Karriere im Leben einer Frau. Dieses Projekt wurde vom Bgld. Landesjugendreferat finanziert.

Anlässlich des Internationalen Frauentages werden wir am 6. März in Zusammenarbeit mit dem AMS Oberwart in dessen Räumlichkeiten die Ausstellung „**Frauen verdienen mehr**“ veranstalten. Im Rahmen dieser Veranstaltung präsentiert sich erstmals der am 15. Jänner dieses Jahres gegründete **Dachverband der Burgenländischen Frauen- und Mädchenberatungsstellen**. Alle Frauen sind herzlich eingeladen, dieser Ausstellungseröffnung beizuwohnen und mit uns die Dachverbandsgründung und den Internationalen Frauentag zu feiern.

Der neu gegründete Dachverband will

- ◆ der seit Jahren praktizierten Zusammenarbeit (Austausch, gegenseitige Beratung und Unterstützung, Andenken und Umsetzen gemeinsamer Projekte) eine offizielle Plattform geben,
- ◆ das politische Gewicht der Frauen- und Mädchenberatungsstellen im Land stärken und
- ◆ die kontinuierliche Öffentlichkeitsarbeit zu frauenpolitischen Themen unterstützen.

Von uns ausgehend ist das Thema „**Frau-Macht-Geld**“ Arbeitsschwerpunkt dieses neuen Dachverbandes. Als Antragsteller für ein gleichnamiges Leader+Projekt wird er das Fundament mehrerer von den Mitgliedseinrichtungen geplanter Projekte und Aktivitäten bilden:

- Informations- und Diskussionsveranstaltungen zu den Themen Einkommensschere, ungleiche Verteilung von Vermögen, gesellschaftliche Einflüsse ...

- verschiedene Workshops mit regionalen Schwerpunkten
- Vereinszeitung „JOSEFA“ und
- ein Frauenkongress zum Thema „Frau-Macht-Geld“.

Viele der bewährten Angebote des Vereines und der Frauenberatungsstellen bleiben auch in diesem Jahr erhalten. Gesang, Bewegung und Tanz heben die Stimmung, steigern die Konzentration und fördern die Ausgeglichenheit.

In diesem Sinne werden in Oberwart wieder Chorabende mit **Mag.<sup>a</sup> Beatrix Schiller**, die Bewegungsgruppen „Osteofit“, die nun im gegenüberliegenden Seniorengarten stattfinden, und „Fit for spring“ mit **Mag.<sup>a</sup> Meggie Hartmann**, die Wohlfühlstunden mit **Elisabeth Seper**, Bauchtanz mit **Ibtisam Fekete** und Übungen aus dem Luna-Yoga mit **Ulrike Tomisser** angeboten.

In Güssing steht „Chinesische Gymnastik zum Wohlfühlen und Entspannen“ unter der Leitung von **Birgit Hoffendahl** auf dem Programm.

Neu im Programm sind **Qi Gong** mit **Maria Schranz** und „**Tanz für starke Frauen**“ mit **Susanne Drdla**. Beide Gruppen werden in Oberwart stattfinden.

Wie im Vorjahr wird unsere Mitarbeiterin **DSA<sup>in</sup> Bernadette Kalcher** in der Beratungsstelle Oberwart eine Gruppe für Berufswiedereinsteigerinnen anbieten.

Die Trauergruppe, begleitet von **Mag.<sup>a</sup> Meggie Hartmann**, gibt es bei uns noch bis März dieses Jahres. Wir verweisen auf die an jedem dritten Montag im Monat von der Hospizinitiative Ober- schützen/Oberwart – **HIOB** angebotene Gruppe „**Gemeinsam Trauern**“, die von DGKS Susi Koch und Mag. Franz Horvath geleitet wird. Interessierte Frauen und Männer können sich unter der Telefonnummer 0676/83730890 dort anmelden.

In Güssing wird **DSA<sup>in</sup> Carina Tuider** im Rahmen von zwei Gruppenangeboten interessierte Frauen

auf der Suche nach persönlichen Lebens- und Berufsperspektiven begleiten.

Speziell möchte ich auf zwei Vorträge hinweisen: **Mag.<sup>a</sup> Mechthild Scheffer**, Internationale Kapazität in der Anwendung von Bach-Blütenkonzepten, wird im Juni dieses Jahres in Oberwart zum Thema **„Ich darf erfolgreich sein – Bach-Blütenkonzepte für mehr weibliches Selbstwertgefühl“** sprechen.

Unsere Mitarbeiterin **Mag.<sup>a</sup> Romi Andrea Paner** wird in der Frauenberatungsstelle Güssing einen Vortrag über **„Familienrecht“** halten.

Parteiliche, frauenspezifische Beratung, einem ganzheitlichen Beratungsansatz folgend, bleibt die Kernaufgabe unserer beiden Beratungsstellen.

Seit etwas mehr als einem Jahr wird im Auftrag des AMS Intensivberatung für arbeitsuchende Frauen durchgeführt. In diesem Zusammenhang freuen wir uns sehr über die landesweit sehr gute Bewertung durch jene Frauen, die diese Leistung in Anspruch genommen haben. Den Beraterinnen wurde eine hohe Beratungskompetenz attestiert.

In unserer Beratungsstelle Oberwart wird die Psychotherapeutische Beratung von Mag.<sup>a</sup> Meggie Hartmann von vielen Frauen gerne angenommen.

Mitarbeiterinnen der Frauenberatungsstellen Oberwart und Güssing gelten seit Jahren als kompetente Ansprechpersonen bei Mobbing und Problemen am Arbeitsplatz.

Stark gestiegen ist dank unserer Mitarbeiterin Ingrid Kornberger die Nachfrage im südlichsten Bezirk unseres Landes, wo wir seit mehr als fünf Jahren jeden Dienstagvormittag Frauenberatung in der Bezirkshauptmannschaft **Jennersdorf** anbieten.

Erfreulich ist auch, dass wir die 14-tägige Familienberatung in der Grenzgemeinde **Bildein** weiterführen können.

Frauen und Mädchen, die Opfer von Gewalt und/oder sexuellem Missbrauch geworden sind, haben seit 1.1.2006 einen Rechtsanspruch auf psychosoziale und juristische Prozessbegleitung. Diese Begleitung durch den Strafprozess inklusive der

anwaltlichen Vertretung ist für die Betroffenen kostenlos.

Unsere Mitarbeiterinnen führen seit etwa fünf Jahren psychosoziale Prozessbegleitung im Auftrag des Justizministeriums durch. Gemeinsam mit der kooperierenden Anwältin bereiten sie betroffene Frauen und Mädchen auf Gerichtstermine vor und begleiten sie zu diesen Terminen.

Die Budgeterstellung für das Jahr 2008 hat wieder viel Zeit und Mühe gekostet. Im Rahmen von zwei Klausuren, Steuerungsgruppen und anderen Arbeitstreffen haben wir über spezielle Beratungsangebote nachgedacht und Projekte entwickelt, deren Umsetzung hoffentlich auch zusätzliche Fördergelder einbringen wird. Dank Frauenministerin Doris Bures haben die Frauen- und Mädchenberatungsstellen wieder Dreijahresverträge mit diesem Ministerium. Dies betrifft leider nicht alle unsere Fördergeberinnen, könnte aber ein guter Anfang sein für mehr finanzielle Sicherheit.

Apropos Geld: **Bitte nützen Sie den beiliegenden Erlagschein zur Einzahlung des Mitgliedsbeitrages.**

Alles in allem sind wir wieder mit viel Leidenschaft und Tatkraft an die Arbeit gegangen, haben uns ein buntes und vielfältiges Programm überlegt und hoffen, dass etwas für Sie dabei ist. Wir wünschen viel Freude beim Lesen und freuen uns auf Ihren Besuch.

DSA<sup>in</sup> Renate Holpfer

Wir danken Mag.<sup>a</sup> Andrea Winkelbauer für ihre jahrelange redaktionelle Mitarbeit bei unserer Zeitschrift „JOSEFA“. Für den Vorstand wird ihr Gottfrieda Kaiser nachfolgen.

## Qi Gong

Qi Gong ist ein Bewegungs-, Atem- und Visualisierungs-Training für Körper, Geist und Seele. Diese ganzheitliche Methode hilft, den Fluss der Lebenskraft, die Qi genannt wird, zu regulieren. Sie aktiviert und stärkt die Selbstheilungskräfte und beugt so Krankheiten vor. Übungen des Qi Gong steigern das körperliche und seelische Wohlbefinden, verhelfen zu einer besseren Konzentrationsfähigkeit und stärken das Immunsystem.

## Zi Gong

Weg zu Energiequellen des Körpers, 5 Abende ab Mi 20.02.2008, jeweils 18.00 Uhr  
Frauenberatungsstelle Oberwart  
Beitrag: € 50,-  
mitzubringen sind ein kleiner Polster zum Draufsetzen, Neugier und Geduld und die Bereitschaft, sich auf etwas Neues einzulassen  
Anmeldung unter 03352/33855  
Leitung: Maria Schranz, Qi Gong-Lehrerin, Medizinisch-technische Fachkraft

## „Ich darf erfolgreich sein“

### *Bachblütenkonzepte für mehr weibliches Selbstwertgefühl*

Die Bach-Blüten-Konzepte sind ein Raster von 38 Verhaltensmustern der menschlichen Natur, z.B. selbstbewusst sein, Ausdauer haben, Hilfsbereitschaft zeigen ... Sie repräsentieren unsere individuellen energetischen Ressourcen, unsere Talente und seelischen Potenziale, deren Entfaltung unseren Lebenserfolg ausmacht.

Mit Hilfe des Verhaltensrasters der Bach-Blüten-Konzepte kann man solche destruktiven Selbstblockaden erkennen und den Weg finden, die blockierten Energien wieder in ein konstruktives Verhalten zurückführen. Damit stehen die persönlichen Ressourcen und Talente für eine erfolgreiche Lebensbewältigung wieder zur Verfügung.

Dieser Vortrag zeigt anhand von Fällen, mit welchen Verhaltensmustern Frauen ihre eigenen Kräfte immer wieder blockieren. Es wird dargelegt, wie mit Hilfe der Bach-Blüten-Konzepte und –Tropfen Entwicklungsprozesse wieder in Fluss gebracht werden können.

Mechthild Scheffer, internationale Fachautorität und Wegbereiterin der Original Bach-Blüten-therapie, führte das Werk von Dr. Edward Bach bereits 1981 im deutschen Sprachraum ein. Seither wird die Original Bach-Blüthen-therapie von ihr systematisch entfaltet und in ihrer Anwendung weiter ausgebaut.

Aktuell engagiert sich Mechthild Scheffer für die Integration der Original Bach-Blüthen-therapie in zukunftsweisende Salutogenese-Konzepte und Initiativen der psychosozialen Gesundheitsvorsorge. Mechthild Scheffer gründete die Institute für Bach-Blüthen-therapie, Forschung und Lehre in Hamburg, Wien und Zürich. Jahrzehntlang fungierte sie als Repräsentantin des englischen Bach Centres in Deutschland, Österreich und der Schweiz. Ihre mehr als 30-jährige Praxis- und Forschungstätigkeit hat ihren Niederschlag in vielen Veröffentlichungen und 13 Büchern gefunden; einige davon gelten als Grundlagenwerke der Original Bach-Blüthen-therapie und wurden in viele Sprachen übersetzt.

### **Vortrag**

Do 05.06.2008, 19.00 Uhr  
Seniorentage Oberwart (gegenüber der Frauenberatungsstelle)  
Beitrag: € 10,-, für SchülerInnen € 6,-  
Referentin: Mechthild Scheffer, Expertin für Bachblüten

## Mission Finding

In dem Workshop werden gemeinsam (verborgene) Talente und Fähigkeiten herausgefunden. Dazu werden verschiedene Methoden in der Gruppe aber auch einzeln angewendet.

Ziel soll es sein, die persönliche Berufung zu erkennen. Diese Berufung – bzw. Mission – umfasst Berufliches und Privates, d.h. es sind gebündelte Sehnsüchte und berührt persönliche Sinnfragen. Die Mission liegt in jedem Einzelnen, sie muss nicht entwickelt, sondern nur erkannt werden.

Ist die Mission einmal erkannt, kann man zwei grundlegende Fragen klären:

Wo stehe ich momentan? Wohin gehe ich als nächstes?

### Workshop

Do 10.04.2008, 17.00 Uhr (Dauer ca. 2-3 Stunden)  
Frauenberatungsstelle Güssing  
Kostenbeitrag: € 6,-  
Anmeldung unter 03322/43001  
Leitung: Mag.<sup>a</sup> (FH) Carina Tuider

## Phantasieereisen – Ein Blick nach Innen

Das Wort „Meditation“ stammt aus dem Lateinischen und bedeutet „Das Nachdenken über die Mitte“.

Phantasieereisen dienen der Entspannung und können therapeutisch zum Aufdecken verdrängter Prozesse und Emotionen oder zum besseren Verstehen von Krankheitssymptomen genutzt werden. Phantasieereisen gehören zu den geführten Meditationen. Es handelt sich auch in diesem Workshop

um ein imaginatives Entspannungsverfahren, das positive Gedanken und Gefühle vermittelt. Außerdem fördert es die Kreativität und Phantasie und hilft Stress abzubauen, um das innere Gleichgewicht wiederherzustellen.

### Workshop

Do 12.06.2008, 17.00 Uhr (Dauer ca. 2 Stunden)  
Frauenberatungsstelle Güssing  
Kostenbeitrag: € 6,-  
Anmeldung unter 03322/43001  
Leitung: Mag.<sup>a</sup> (FH) Carina Tuider

*Mag.<sup>a</sup> Bettina Schabl*



Mein Name ist Bettina Schabl, ich

wurde am 30.5.1976 in Wien geboren und freue mich, die Rechtsberatung in der Frauenberatungsstelle Oberwart als Nachfolgerin von Mag.<sup>a</sup> Karin Göllö zu übernehmen.

Mein Schwerpunkt ist die Ehe-, Scheidungs- und Konfliktberatung, Sie können sich aber auch mit anderen Fragen an mich wenden.

### Beruflicher Werdegang:

Jusstudium in Wien.

Ausbildung zur diplomierten Lebens- und Sozialberaterin.

Als Praktikantin habe ich in der Frauenberatungsstelle „Die Tür“ in Mattersburg und Eisenstadt und beim „Verein Neustart“ gearbeitet.

### Privat:

Ich bin seit 2004 geschieden, habe einen 3-jährigen Sohn und wohne mit meinem Lebensgefährten in Pilgersdorf. In meiner Freizeit reite ich gerne und halte mich in der Natur auf. Zu meinen weiteren Hobbies zählen Klavier spielen, lesen und meine Pflanzensammlung.

Es war mir schon immer ein großes Anliegen, Frauen in schwierigen Situationen zu unterstützen, und ich freue mich, nun als Mitarbeiterin der Frauenberatungsstelle Oberwart eine Möglichkeit zu haben, wo ich meine juristischen Kenntnisse und sozialen Fähigkeiten einbringen kann.

*Mag.<sup>a</sup> Romi Andrea Panner Kerstin Fassel*



Mein Name ist Romi Andrea Panner, Jahr-

gang 1966. Ich bin für die juristischen Beratungen zuständig, die jeden Donnerstagnachmittag abwechselnd in Güssing und Jennersdorf stattfinden. Seit Jänner 2008 bin ich im Vorstand des Vereins „Frauen für Frauen Burgenland“.

### Beruflicher Werdegang:

Nach Abschluss meines Jus-Studiums und meines Gerichtsjahres begann ich meine Ausbildung als Rechtsanwaltsanwärterin und war vier Jahre lang in einer Rechtsanwaltskanzlei in Oberwart als Konzipientin tätig. Im Jahr 2000 erfolgte nach Ablegung meiner Rechtsanwaltsprüfung meine Kanzlei-gründung in Rudersdorf, wo ich seither mit den Schwerpunkten Insolvenzrecht, SchuldnerInnenberatung, Fa-

milien- und Ehescheidungsrecht, Vertragsrecht und Strafrecht selbständig als Rechtsanwältin tätig bin.

### Privat:

Mein Sohn Elias (10 Jahre) und Ehemann Wolfgang sorgen dafür, dass ich mir Zeit nehmen muss, vom beruflichen Stress abzuschalten, damit mein Leben bunt und abwechslungsreich verläuft. Zur Entspannung höre ich gerne Musik, male Aquarelle und bin hin und wieder als Zuschauerin auf dem Sportplatz anzutreffen.

Ein besonderes Anliegen ist mir, durch meine Arbeit ratsuchenden Menschen in schwierigen Lebenssituationen weiterhelfen zu können.



Ich heiße Kerstin Fassel, wurde am 03.

Mai 1979 in Oberwart geboren und komme aus Litzelsdorf.

Nach Abschluss der HAK Oberwart mit dem Ausbildungsschwerpunkt „Wirtschaftsinformatik und betriebliche Organisation“, entschloss ich mich zum Studium der Rechtswissenschaften an der Universität Wien. 2002 wechselte ich zum Multi-Mediadiplomstudium der Rechtswissenschaften an der Universität Linz, wobei mein großes Interesse dem Familienrecht gilt.

Seit 01. Oktober 2007 bin ich im Verein „Frauen für Frauen Burgenland“ als Buchhalterin und Lohnverrechnerin für die Frauenberatungsstellen Oberwart und Güssing/Jennersdorf tätig.

# OBERWART

## V e r a n s t a l t u n g e n

Das **FKK – FRAUEN-KLUB-KAFFEE** bietet Frauen die Möglichkeit jeden letzten Montag im Monat ab 19.00 Uhr in den Räumlichkeiten der Frauenberatungsstelle Oberwart

- sich zu treffen
- Erfahrungen auszutauschen
- Probleme anzusprechen
- sich zu entspannen
- an Veranstaltungen wie Diskussionen, Vorträgen, Vernissagen, Lesungen, Tanz-, Musik-, Spiel- und Filmabenden teilzunehmen oder selbst Veranstaltungen anzubieten

### **Mo 28.01.2008, 19.00 Uhr**

„The Rocky Horror Picture Show“ - Filmabend

### **Mo 25.02.2008, 19.00 Uhr**

„Entschlacken und Entgiften in der Fastenzeit“ - Methoden ohne großen Aufwand aber mit großer Wirksamkeit – Vortrag von Kräuterpädagogin Heidrun Kafka

### **Mo 31.03.2008, 19.00 Uhr**

„Heitere und amüsante Geschichten“ – Helga Gschiel liest eigene Texte

### **Mo 28.04.2008, 19.00 Uhr**

„Money makes the world go round“ – Frauen reden über Geld

### **Mo 26.05.2008, 19.00 Uhr**

„Chocolat“ - Filmabend und Rezepte

### **Mo 30.06.2008, 19.00 Uhr**

Sommerfest der Frauenberatungsstelle

### **„VON BACH BIS ZU DEN BEATLES“**

Chorschulung: Schwerpunkt: Stimmbildung, Atemtechnik und Freude am Singen  
ab Feber wieder jeden 1. Montag im Monat  
jeweils 19.00-20.30 Uhr  
Frauenberatungsstelle Oberwart  
Kostenbeitrag: € 4,- pro Abend  
Leitung: Mag.<sup>a</sup> Beatrix Schiller

### **SELBSTHILFEGRUPPE FÜR HINTERBLIEBENE FRAUEN NACH PLÖTZLICHEM TODESFALL**

Mi 30.01., 27.02. und 26.03.2008, jeweils 17.00 Uhr  
Frauenberatungsstelle Oberwart  
Begleitung: Mag.<sup>a</sup> Meggie Hartmann, Psychotherapeutin

### **WOHLFÜHLSTUNDE**

Entspannungs-, Dehnungs- und Kräftigungsübungen  
10 Treffen  
ab Do 17.01.2008, jeweils 18.00-19.00 Uhr  
Frauenberatungsstelle Oberwart  
Beitrag: € 40,-  
bitte anmelden unter 03352/33855  
Leitung: Liesi Seper, Dipl. Wellnesscoach

### **„OSTEOFIT“ – VORBEUGEN DURCH BEWEGUNG**

Training für Leib und Seele mit positiver Auswirkung auf Gewebe, Knochen, Nerven, Muskeln und Emotionen  
ab Fr 08.02.2008, jeweils 10 Treffen  
Seniorentage Oberwart (gegenüber der Frauenberatungsstelle) in Kooperation mit der Evangelischen Pfarrgemeinde A.B.

Kurs 1: 09.00-10.00 Uhr

Kurs 2: 10.30-11.30 Uhr

Kursbeitrag: € 3,70 pro Treffen, bitte Matte mitbringen

Anmeldung in der Frauenberatungsstelle unter 03352/33855

Leitung: Mag.<sup>a</sup> Meggie Hartmann, Psychotherapeutin

### **„BAUCHTANZ“**

Kurs für Anfängerinnen

8 Abende

ab Di 12.02.2008, jeweils 18.30-19.30 Uhr

Interventionsstelle Oberwart, Steinamangererstr. 4  
Beitrag: € 50,-

keine Vorkenntnisse notwendig  
mitzubringen sind Lust auf Bewegung, Freude am Tanzen und Neugier auf eine fremde Kultur - sowie Matte oder bequeme Unterlage

Anmeldung in der Frauenberatungsstelle unter 03352/33855

Leitung: Ibtisam Fekete, Ausbildung im orientalischen Tanz

### **„BAUCHTANZ“**

Kurse für Fortgeschrittene

8 Abende

ab Di 12.02.2008, jeweils 20.00-21.00 Uhr

Interventionsstelle Oberwart, Steinamangererstr. 4  
Beitrag: € 50,-

bitte Matte oder bequeme Unterlage mitbringen  
Anmeldung in der Frauenberatungsstelle unter 03352/33855

Leitung: Ibtisam Fekete, Ausbildung im orientalischen Tanz

### **QI GONG**

Weg zu Energiequellen des Körpers

5 Abende

ab Mi 20.02.2008, jeweils 18.00 Uhr

Frauenberatungsstelle Oberwart

Beitrag: € 50,-

mitzubringen sind ein kleiner Polster zum Draufsetzen, Neugier und Geduld und die Bereitschaft, sich auf etwas Neues einzulassen

Anmeldung unter 03352/33855

Leitung: Maria Schranz, Qi Gong-Lehrerin, Medizinisch-technische Fachkraft

### **„FRAUEN VERDIENEN MEHR“**

Ausstellungseröffnung anlässlich des Internationalen Frauentages

Do 06.03.2008, 18.00 Uhr

Foyer des AMS Oberwart

### **„FIT FOR SPRING“**

Bewegungsgruppe

5 Vormittage

Mi 26.03., 02.04., 09.04., 16.04. und 30.04.2008,

jeweils 09.30-10.30 Uhr

Frauenberatungsstelle Oberwart

Beitrag: € 3,70 pro Treffen

bitte anmelden unter 03352/33855

Leitung: Mag.<sup>a</sup> Meggie Hartmann, Psychotherapeutin

### **YOGA**

Sanfte Stärkung für Geist und Körper mit Übungen aus Luna-Yoga

5 Treffen

ab Mo 07.04.2008, jeweils 17.00-18.30 Uhr

Frauenberatungsstelle Oberwart

Beitrag: € 50,-

Anmeldung unter 03352/33855

Leitung: Ulrike Tomisser, Entspannungstrainerin und Yogalehrerin

### **BERUFLICHER WIEDEREINSTIEG?!**

Gruppe für Frauen, die sich mit dem Thema des beruflichen Wiedereinstiegs auseinandersetzen wollen

Inhalte: Lebenspläne und Lebensziele, Familientag, Kinderbetreuung, Fähigkeiten- und Kompetenzanalyse, arbeitsmarktspezifische Informationen

5 Vormittage

ab Di 08.04.2008, jeweils 09.00-11.00 Uhr

Frauenberatungsstelle Oberwart

Anmeldung unter 03352/33855

Leitung: DSA<sup>in</sup> Bernadette Kalcher

### „KLEIDER- UND SCHUHBÖRSE“ -

mit Farb- und Stylingberatung  
gut erhaltene Stücke können getauscht, ge- und  
verkauft oder verschenkt werden

Di 08.04.2008, 18.00 Uhr

Frauenberatungsstelle Oberwart

Infos unter 03352/33855

Leitung: Mag.<sup>a</sup> Meggie Hartmann und Liesi Seper,  
Mitarbeiterinnen der Frauenberatungsstelle,  
Susanne Drdla, Stylingtrainerin und Imageberaterin  
und Hilde Hadl, Obfrau der Selbsthilfegruppe  
Brustkrebs



Kleider- und Schuhbörse

### TANZ UND BEWEGUNG FÜR GEWICHTIGE FRAUEN

geplant ab April 2008

Interessierte Frauen bitte in der

Frauenberatungsstelle unter 03352/33855 melden

Leitung: Susanne Drdla,

Akademische Kommunikationstrainerin



Wohlfühlstunde mit Liesi Seper

### FRÜHLINGSWANDERUNG DURCH DIE LAFNITZAUEN

Mi 07.05.2008, 09.00 Uhr

Treffpunkt: Frauenberatungsstelle Oberwart – wir  
bilden Fahrgemeinschaften

Beitrag: € 5,- inkl. kleinen Imbiss

Infos und Anmeldung unter 03352/33855

Führung: Claudia Leiseder, Naturführerin und  
Kräuterpädagogin

Unsere Arbeit wird gefördert von:

### „ICH DARF ERFOLGREICH SEIN“ – Bach- Blütenkonzepte für mehr weibliches Selbstwertgefühl

Vortrag

Do 05.06.2008, 19.00 Uhr

Seniorentagen Oberwart (gegenüber der  
Frauenberatungsstelle)

Beitrag: € 10,-, für SchülerInnen € 6,-

Referentin: Mechthild Scheffer, Expertin für  
Bachblüten



Arbeitsmarktservice Österreich  
www.ams.at

BUNDESKANZLERAMT FRAUEN

www.frauen.bka.gv.at



Frauenreferat des Amtes der  
Burgenländischen Landesregierung  
www.burgenland.at



Bundesministerium  
für Gesundheit, Familie und Jugend  
www.bmgfj.gv.at

# GÜSSING

## V e r a n s t a l t u n g e n

### „CHINESISCHE GYMNASTIK ZUM WOHLFÜHLEN UND ENTSPANNEN“

Dehnungs- und Entspannungsübungen

5 Treffen

ab Di 19.02.2008

Kurs 1: jeweils 14.30-15.30 Uhr

Kurs 2: jeweils 15.45-16.45 Uhr

Frauenberatungsstelle Güssing

Kostenbeitrag: € 25,-

Anmeldung unter 03322/43001

Leitung: Birgit Hoffendahl, Tuinatrainerin,

Dozentin für Akupunkturtherapie

### MISSION FINDING – PERSÖNLICHE BERU- FUNG & BERUFLICHE POSITIONIERUNG

Workshop

Do 10.04.2008, 17.00 Uhr (Dauer ca. 2-3 Stunden)

Frauenberatungsstelle Güssing

Kostenbeitrag: € 6,-

Anmeldung unter 03322/43001

Leitung: Mag.<sup>a</sup> (FH) Carina Tuider

### FAMILIENRECHT

Vortrag

Rechtliche Informationen und praxisorientierte  
Auskünfte über das Familienrecht und andere  
Konfliktthemen, die Frauen betreffen

Do 21.02.2008, 17.00 Uhr (Dauer ca. 2 Stunden)

Frauenberatungsstelle Güssing

Kostenbeitrag: € 6,-

Anmeldung unter 03322/43001

Leitung: Mag.<sup>a</sup> Romi Panner, Rechtsanwältin

### PHANTASIEREISEN – EIN BLICK NACH INNEN

Workshop

Do 12.06.2008, 17.00 Uhr (Dauer ca. 2 Stunden)

Frauenberatungsstelle Güssing

Kostenbeitrag: € 6,-

Anmeldung unter 03322/43001

Leitung: Mag.<sup>a</sup> (FH) Carina Tuider

### „ENTSCHLACKEN UND ENTGIFTEN IN DER FASTENZEIT“

Methoden ohne großen Aufwand, aber mit großer  
Wirksamkeit

Vortrag

Do 13.03.2008, 17.00 Uhr

Frauenberatungsstelle Güssing

Freie Spende

Anmeldung unter 03322/43001

Referentin: Heidrun Kafka, Kräuterpädagogin

