

Informationen und Anmeldungen bei der:

Stadt Lübbecke
Gleichstellungsbeauftragte Angelika Lüters
Kreishausstraße 2-4, 32312 Lübbecke
Tel.: 0 57 41 - 27 62 51, Fax: 0 57 41 - 9 05 61
E-Mail: a.lueters@luebbecke.de

ANMELDUNG

Name

Vorname

Straße/Nr.

PLZ/Ort

Telefon

E-Mail



Freitag, 5. März, 18.00 Uhr
Aufklärung tut Not.
Ist ein flächendeckendes
Mammographie Screening sinnvoll?

Über den Nutzen des Mammographie-Screenings gibt es in Deutschland eine breite wissenschaftliche Debatte. Diese Veranstaltung soll Frauen helfen, Nutzen und Grenzen einer Mammographie für sich persönlich besser abwägen zu können. Die aus den Medien bekannte Referentin vertritt eine kritische Haltung zum Thema Früherkennungsuntersuchungen.

Referentin: Prof. Dr.med. Ingrid Mühlhauser, Professur für Gesundheit, Universität Hamburg
Ort: Treffpunkt Parität, Bahnhofstr. 29a, Lübbecke
Kosten: 8,00 €
In Zusammenarbeit mit der PARIVital Erwachsenenbildung Lübbecke



Donnerstag, 11. März, 19.00 Uhr
„Totgeliebt“ von Andreas Kläne
Lesung

Herr Kläne erzählt in seinem Tatsachenroman „Totgeliebt“ die wahre Geschichte der Karin Krogmann – wie sie ihren Traummann Konstantin kennen und lieben lernt und wie sie langsam aber unausweichlich durch ihre persönliche Selbstaufgabe aus Liebe zu ihrem Mann auf das dramatische und tödliche Ende zusteuert. Emotionale Abhängigkeit treibt diese Frau schließlich in eine Grenzregion. So erscheint es dem Leser fast nachvollziehbar, als Karin Krogmann eines Tages ein Polizeirevier betritt und gesteht: „Ich bin hier, weil ich soeben meinen Mann erschossen habe.“

Es liest: Andreas Kläne, Autor des Buches „Totgeliebt“, Redakteur und Journalist
Ort: Altes Amtsgericht, Gerichtsstraße 5, Lübbecke
Kosten: 5,00 €



Samstag, 13. März, 9.30 - 16.00 Uhr
Workshop
Burnout – Lieber aus
vollem Herzen leben, als
andauernd erschöpft sein!

Wer kennt es nicht, wenn die Anforderungen einen zu erdrücken scheinen? Wenn man sich nur noch nach Erholung sehnt und doch keine innere Ruhe mehr findet. Burnout (englisches Wort für ausgebrannt sein) ist ein typisches Phänomen unseres modernen Lebens. Mit Burnout werden Prozesse beschrieben, wie aus länger andauernden, schwer bewältigbaren Stresszuständen ernsthafte körperliche, geistige und emotionale Erschöpfungszustände erwachsen können.

In diesem Workshop wird aufgezeigt, welche Gefahrenpunkte für Burnoutprozesse gegeben sind, auf welche Anzeichen Sie achten sollten und vor allem, wie Sie diesen Entwicklungen entgegen steuern können.

Referentin: Dr. Marion Rook, Diplom-Psychologin, tiefenpsychologisch und systemisch orientierte Psychotherapeutin mit dem Schwerpunkt Burnout
Ort: Altes Amtsgericht, Gerichtsstraße 5, Lübbecke
Kosten: 22,00 € / 18,00 €

Montag, 15. März, 19.00 Uhr
„Tu deinem Körper was Gutes, damit die
Seele Lust hat, darin zu wohnen!“

Neue Wege zu mehr Ruhe, Freude und Gelassenheit wollen wir durch die Dynamische Entspannung finden.

Referentin: Angelika Bauer, Gesundheits- und Dipl. Feng Shui-Beraterin,
Ort: Altes Amtsgericht, Gerichtsstraße 5, Lübbecke
Kosten: 5,00 €



Veranstaltungen
zum
Internationalen
Frauentag

8. März

2010



Gestaltung: Hilmer Grafikdesign

Wir danken für
die freundliche
Unterstützung:



Dienstag, 2. März, 18.30 Uhr
Filmabend: „Wolke 9“

Ein Film über ältere Menschen: Inge, verheiratet, fast 70, hat sich verliebt in Karl, bald 80! Es geht um Zärtlichkeit, Sehnsüchte, Liebe und Sexualität.

Ort: Altes Amtsgericht, Gerichtsstraße 5, Lübbecke,
Kosten: 3,00€

Für Interessierte besteht anschließend die Möglichkeit, sich in gemütlicher Atmosphäre auszutauschen.

In Zusammenarbeit mit der Beratungsstelle für Schwangerschaftsprobleme und Familienplanung der Arbeiterwohlfahrt, Am Markt 16 in Lübbecke

Mittwoch, 3. März
13.30 - 15.00 Uhr und 15.30 - 17.00 Uhr
Selbstuntersuchung der Brust

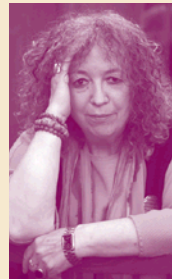
Eine halbe Stunde für das ganze Leben

90% der Krebserkrankungen der Brust werden von Frauen selbst entdeckt. Die Wirksamkeit der Selbstuntersuchung als sinnvolles Element in einer Früherkennungskette ist durch viele Studien erwiesen. Sie ist von jeder Frau leicht durchführbar und kostet lediglich ein wenig Zeit

Anhand von Silikonmodellen zeigt Ihnen Frau Dr. med. Judith Schaller, wie Verhärtungen und Knoten ertastet werden können.

Es finden zwei Seminare statt.
Termin 1: 13.30-15.00 Uhr
Termin 2: 15.30-17.00 Uhr
Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort: Stadtverwaltung Lübbecke Kantine (Altbau) 2.Stock
In Zusammenarbeit mit der AOK Westfalen-Lippe, Lübbecke



Donnerstag, 4. März, 19.00 Uhr
Leben als biografischer Auftrag und Provokation zur Gesundheit

Über die tägliche Erfindung des Lebens zwischen Geburt und Tod

Die Frage, wer sind wir, woher kommen wir und wohin gehen wir, bewegt die Menschen seit sie in die Welt gekommen sind. Ob und wie wir diese Frage beantworten, ist ein offenes Geheimnis. Leben ist eine Art Waisenkind, das jeden Tag adoptiert werden muss und vom ersten bis zum letzten Atemzug darauf wartet, dass wir immer wieder neu Lebenskraft investieren, dass wir weiterlernen wie alt wir auch sein mögen, dass wir Krisen ebenso akzeptieren lernen wie wir uns über das Glück, das wir haben, freuen.

Referentin: Frau Prof. Dr. Annelie Keil,
Gesundheitswissenschaften, Biografieforschung
Ort: Altes Amtsgericht, Gerichtsstraße 5, Lübbecke
Kosten: 8,00 €
In Zusammenarbeit mit dem UnternehmerinnenTreff Lübbecke



Sonntag, 7. März, 8.00 - 14.00 Uhr
Bücherflohmarkt

zugunsten des Mädchen- und Frauenprojekts CASA OQHARIKUNA in Bolivien

Ort: Up'm Blasheimer Dorfplatz, Lübbecke
In Zusammenarbeit mit dem UnternehmerinnenTreff Lübbecke



Montag, 8. März, 19.30 Uhr
Viren-Varieté
Die Steptokokken:
„Risiken & Nebenwirkung“

Die Steptokokken, alias Inken Röhrs und Elisa Salamanca, mixen Steptanz, Sangeskunst und Humor zu einer lachinfektiösen Showtherapie.

Da werden pittoreske Krankheitsbilder gemalt, da treffen zarte Töne auf stahlharte Schuhsohlen, da singen die Gehirne und die Grippe stellt sich mehr als spanisch vor.

Genießen Sie einen Comedy-Cocktail, der Ihre Synapsen zum Singen und Swingen bringt. Steigen Sie ein in die Achterbahn des Virenwahns und erleben Sie das Neueste aus dem Viren-Varieté.

Ort: Altes Amtsgericht, Gerichtsstraße 5, Lübbecke
Kosten: 12,00€/10,00 €

Veranstaltungen zum Internationalen Frauentag am 8. März

ANMELDUNG

Hiermit melde ich mich verbindlich zu folgenden Veranstaltungen an:

- Dienstag, 2. März, 18.30 Uhr
Filmabend: „Wolke 9“
- Mittwoch, 3. März, 13.30-15.00 Uhr
Selbstuntersuchung der Brust
- Mittwoch, 3. März, 15.30-17.00 Uhr
Selbstuntersuchung der Brust
- Donnerstag, 4. März, 19.00 Uhr
Leben als biografischer Auftrag und Provokation zur Gesundheit
- Montag, 8. März, 19.30 Uhr
Viren-Varieté: DIE STEPTOKOKKEN „Risiken & Nebenwirkung“
- Dienstag, 9. März, 18.00 Uhr
Ist ein flächendeckendes Mammographie Screening sinnvoll?
- Donnerstag, 11. März, 19.00 Uhr
Lesung: Totgeliebt von Andreas Kläne
- Samstag, 13. März, 9.30 - 16.00 Uhr
Workshop: Burnout – Lieber aus vollem Herzen leben, als andauernd erschöpft sein!
- Montag, 15. März, 19.00 Uhr
„Tu deinem Körper was Gutes, damit die Seele Lust hat, darin zu wohnen!“