

Veranstaltungen der Gleichstellungsbeauftragten zum „Internationalen Tag gegen Gewalt an Frauen“ vom 25.11.19 – 29.11.19.

Fahnenaktion vor dem Rathaus:

Menschenrechte für die Frau.

Die Fahne von Terre des Femmes e.V. **-Frei leben ohne Gewalt-** wird alljährlich in der **gesamten Woche 25.11.19 – 29.11.19** gehisst.



Brötchentütenaktion vor dem Bahnhof Westerland:

Montag, den 25.11.19 von 10:00 bis 12:30 Uhr beleben wir die bundesweite Kampagne „Gewalt kommt mir nicht in die Tüte“.

Vor Ort vertreten sind: Frauenberatung und Notruf NF, Frauennothilfe Sylt, Polizeidienststelle Westerland, Sylter Frauennetzwerk, Weißer Ring und Gleichstellung.

Wie auch in den vergangenen Jahren unterstützt die Bäckerei Raffelhüschchen diese großartige Kampagne.



Themenfilm für Frauen und Männer:

Dienstag, den 26.11.19 um 19:30 Uhr wird der Film „Alles ist gut“ im Seminarraum Alte Post, Stephanstr. 6 in Westerland gezeigt.

Inhalt: Janne lacht zunächst noch darüber, dass Martin, der Schwager ihres Chefs, ihr Avancen macht. Doch dann wird sie von ihm vergewaltigt. Sie erzählt niemandem davon, auch nicht ihrem Chef Robert, mit dem sie gut befreundet ist. Sie will stark sein, und sich nicht als Opfer fühlen. Doch innerlich leidet Janne. Auch ihrem Partner Piet teilt sie sich nicht mit, wodurch schließlich ihre Beziehung ins Wanken gerät.

Erscheinungsdatum: 27. September 2018 (Deutschland)

Regisseurin: Eva Trobisch



Anmeldung ist nicht erforderlich, erleichtert jedoch die Bestuhlung Tel: 04651-851180
Start des Films: 19:30 Uhr. Der Eintritt ist frei.

Sicherheitstraining für Frauen mit Branko Bersa - Verwaltungsintern -

Mittwoch, 27.11.19 von 14:00 – 18:00 Uhr in der Aula am Nordkamp.

Im Kurs werden die Themen Körpersprache, Stimme und Selbstbehauptung behandelt. Es wird erläutert wie kritische Situationen erkannt werden können.

Ein kurzer Abriss über rechtliche Aspekte der Selbstverteidigung, sowie das Aufzeigen von Strategien unangenehme Alltagssituationen zu meistern, runden den Kurs ab.

Die Kurslänge beträgt ca. 4 Stunden.



Yin Yoga für Frauen mit Felicitas Sehlert:

Donnerstag, den 28.11.19 von 18:00 bis 20:00 Uhr.

Der Kurs findet im Gemeindehaus Tinum statt.

Eine Verabredung mit Dir selbst!

Schenke Dir zwei Stunden, nur für Dich und genieße die entspannende Wirkung von Yin Yoga.

In diesem sehr ruhigen, fast passiven Yoga Stil erhöhst Du Deine körperliche Flexibilität und beruhigst Deinen Geist, indem Du Deine Atmung fokussierst, um dann in die lang gehaltenen Dehnungen hinein zu schmelzen. Diese Yogapraxis lädt Dich ein, ganz achtsam zur Ruhe zu kommen und am Ende tiefenentspannt zu SEIN.

Du benötigst keine Yogaerfahrung bzw. musst hierfür nicht sportlich sein. Zieh Dich einfach nur bequem und kuschelig an und genieße die wertvolle Zeit mit Dir selbst.

Der Eigenanteil beträgt 15,-€.

Anmeldung ist erforderlich unter Tel. 04651-851180.

Die Teilnehmerinnenzahl ist auf 15 Frauen begrenzt.

