



Rellinger



Frauentreff

19 Jahre

Der Rellinger Frauentreff wurde im November 1999 gegründet. Fast zwanzig Frauen aus Rellingen fühlen sich für den Rellinger Frauentreff verantwortlich und bereiten die Treffen vor, suchen Referentinnen aus oder gestalten selber einen Abend.

Einmal im Jahr gibt es ein Planungstreffen, auf dem das ganze Jahresprogramm entwickelt wird. Dazu ist jede am Rellinger Frauentreff interessierte Frau herzlich eingeladen. Schon viele kleine und größere Initiativen sind aus den Begegnungen hervorgegangen.

Für viele Frauen sind die Gespräche und Informationen hilfreich, aufschlussreich, anregend und wegweisend. Sie sind begeistert von der lockeren, angenehmen und wertschätzenden Atmosphäre und dem vielfältigen, abwechslungsreichen Angebot.

Jede Frau ist jederzeit herzlich willkommen!

Die Treffen finden statt jeweils am 2. Mittwoch im Monat im Turnerheim des RTV, Hohle Str. 14 in Rellingen.

Wir beginnen um 19.30 Uhr (wenn nicht anders angegeben) mit einem lockeren Anfang, dann ist mehr Zeit zum Klönen und sich Kennenlernen. Um 20 Uhr beginnt dann der Vortrag, das Thema, die Lesung u. a. Es wird kein Eintritt erhoben. Am Ende sammelt ein Sparschwein Spenden. So kann jede Frau geben, was sie kann, was ihr der Abend wert ist. Mit den Spenden begleichen wir die Ausgaben. Der Rellinger Frauentreff trägt sich selbst.

Die Gleichstellungsbeauftragte unterstützt mit ihrem Etat einzelne Veranstaltungen bei Bedarf. Dokumentation und Verwaltung liegen bei der Gleichstellungsbeauftragten. Diese beantwortet auch alle Fragen rund um den Rellinger Frauentreff.



Rellinger Frauentreff

Ausflug

Ausflug in den Rellinger Naturerlebniswald

Auf Initiative der Ortsjugendpflege entsteht an der Rellau auf einem 6872 m² großen Waldgebiet nach und nach ein Naturerlebnisraum für alle. Wir erkunden die Natur vor Ort, packen mit an und lernen die Ideen dazu kennen.

Samstag, den 15. Juni von 14 Uhr bis 17 Uhr.

Anmeldung erforderlich bei der Gleichstellungsbeauftragten.

Details später.

In Kooperation mit der Ortsjugendpflege Rellingen.

PROGRAMM 2019

19.30 Uhr: Ankommen, 20 Uhr: Thema (wenn nicht anders notiert)



MITTWOCH	THEMA
09.01.	FRÖHLICH INS NEUE JAHR „Lachyoga“ - mit Irene Thelen-Denk . www.lachyoga-pinneberg.de Wir werden uns an diesem Abend mit unserer Leichtigkeit und Lebensfreude verbinden und tief und entlastend miteinander lachen. Lach-, Körper- und Atemübungen aus dem Lachyoga werden ergänzt durch spielerische und fröhliche Aktivitäten, die uns ganz im Hier und Jetzt ankommen lassen. Diese Erfahrung berührt nicht nur unseren Körper, sondern erhöht unser Wohlbefinden insgesamt. Das Lachen erschließt unsere natürlichen Energiequellen und hat in der Kombination mit Atemtechniken aus dem Yoga und sanften Dehn- und Körperübungen heilsame Auswirkungen auf Herz, Blutdruck und Immunsystem.
13.02.	GESPRÄCHSABEND Bürgermeister Marc Trampe zu Besuch im Rellinger Frauentreff. Anregungen für Rellingen aus Frauensicht.
13.03.	LÄNDERABEND Schweden Die in Rellingen geborene Künstlerin Annelie Haack lebt und arbeitet in Pinneberg und Schweden. Sie stellt uns ihre zweite Heimat vor, auch anhand ihrer Kunstwerke, die vom 10. Januar bis 8. März im Rellinger Rathaus zu sehen sind. Der Abend wird mit kulinarischen Köstlichkeiten begleitet.
10.04.	GESPRÄCHS- UND AKTIONSABEND Teller statt Tonne Jahr für Jahr landen in Deutschland 11 Millionen Tonnen Lebensmittel im Wert von circa 25 Milliarden Euro im Müll. Der verschwenderische Umgang mit Lebensmitteln wirkt sich sowohl negativ auf die Umwelt und die Ressourcen, als auch auf die Versorgung vor allem der Bevölkerung in den ärmeren Ländern aus. Wer im Alltag einige Tipps beherzigt, kann dazu beitragen, dass weniger Nahrungsmittel verschwendet werden. Referentin: Frau Aßmann von Slow Food, Hamburg.
10.05.	FREITAG 19 UHR! TANZ IM MAI Eine bunte Mischung verschiedener Tänze aus aller Welt; gemeinsam oder alleine. Ein vergnüglicher Abend mit Maibowle und kleinen Überraschungen, vorbereitet vom Team Rellinger Frauentreff.
12.06.	19 UHR! FAHRRADTOUR Rund um Rellingen (ca. eine Stunde) mit Einkehr.
	Juli / August SOMMERPAUSE
11.09.	GESPRÄCHSABEND Wohnprojekte Frauen, die in verschiedenen Wohnprojekten leben, stellen diese vor und berichten von ihren Erfahrungen.
09.10.	THEMENABEND Ernährung Rund um Tofu - Seitan- Tempeh - Vegi Belle , die Welt der pflanzlichen Proteine. Referentin: Andrea Nagel, Tofu Pionierin seit 1984. Andrea Nagel berichtet aus ihrem Leben, die Anfänge vegetarische/vegane Produkte zu produzieren und zu verkaufen, die weitere Entwicklung bis ins Heute, die Herstellung der Produkte und die Besonderheiten. Es werden die verschiedenen Produkte vorgestellt und probiert. Insgesamt ist Zeit für Fragen, zum Erfahrungsaustausch, zum Essen und Genießen. www.tofunagel.de
09.11.	Planungstreffen für den Rellinger Frauentreff und die Veranstaltungen des Jahres 2019. Am Samstag, den 9. November 2019 von 14 h bis 19 h, im Rellinger Rathaus. In gemütlicher Runde werden zunächst die Veranstaltungen des vergangenen Jahres reflektiert, Verbesserungsvorschläge zusammen getragen und dann mit vielen Ideen das neue Jahr geplant. Wer Lust hat das Programm 2020 zu planen, ist herzlich eingeladen.
13.11.	GESPRÄCHSABEND 30 Jahre nach der Wende Wie ist die Situation heute in Ost und West im Vergleich? Haben wir voneinander gelernt? Sind wir zusammengewachsen? Was hat sich in 3 Jahrzehnten verändert? Sind auch die Mauern in unseren Köpfen verschwunden? Welche Unterschiede bleiben und wie können wir respektvoll damit umgehen. Vorbereitet vom Team Rellinger Frauentreff.
11.12.	ADVENTSFEIER Mit Punsch, Musik und Abendessen. Eine Köstlichkeit bitte mitbringen.