



Frauen- und Mädchenterminkalender



Januar – März 2018

Die Gleichstellungsstelle der Stadt Regensburg

- berät Bürgerinnen und Bürger und Beschäftigte der Stadtverwaltung Regensburg und geht ihren Beschwerden über Benachteiligung nach
- informiert durch Öffentlichkeitsarbeit wie Veranstaltungen oder Broschüren über aktuelle frauen-, gender- und familienbezogene Themen
- vernetzt gleichstellungsrelevante Angebote und arbeitet mit Gruppierungen themenbezogen zusammen
- fördert Gender Mainstreaming und Diversity im städtischen Verwaltungshandeln und in der Kommunalpolitik
- entwickelt Maßnahmen für Empowerment und gegen Diskriminierung
- steht Frauen und Männern mit Familienpflichten als Anlaufstelle zur Verfügung und vermittelt unbürokratisch an Fachdienststellen weiter

Von-der-Tann-Straße 1 · 93047 Regensburg
Telefon 507-1142 · Fax 507-4149 · gleichstellungsstelle@regensburg.de

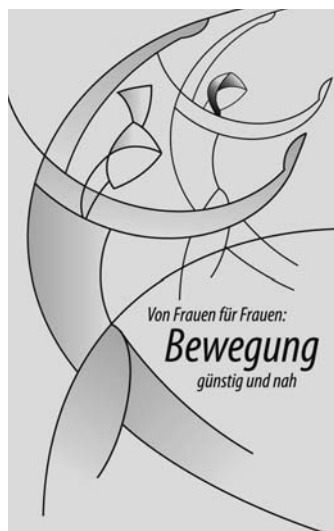
Frauen- und Mädchenterminkalender Januar – März 2018



**Beratungsangebote
und ständige Termine**
ab Seite 16

Impressum

Herausgeberin: Stadt Regensburg, Gleichstellungsstelle, Von-der-Tann-Str. 1, 93047 Regensburg
Layout: Ibañez Design, Regensburg | Fotos: Stadt Regensburg, Peter Ferstl
Dezember 2017 | Auflage: 700 Stück



Von Frauen für Frauen: Bewegung – günstig und nah Januar/Februar/März 2018

Anmeldung und Information über Inhalte,
Kosten etc. direkt unter den angegebenen
Telefonnummern!

Montag
ab 8.1.2018
11.30 – 13.00 Uhr

Yoga.a.a

Ort: Weingasse 1 (2. Stock, bei a.a.a. klingeln)
*Anmeldung: a.a.a., Arbeitskreis für ausländische
Arbeitnehmer-Initiativen für Menschen mit Ein- und
Zuwanderungshintergrund e.V.
Tel.: 0941 5997372, weingasse@aaa-regensburg.de*

Montag
ab 8.1.2018
18.30 – 20.00 Uhr

Frauenfitness

Ort: ejsa-Familienzentrum, Hemauerstraße 20a
*Anmeldung: Tel. 58612155
familienzentrum@ejsa-regensburg.de*

Dienstag
ab sofort
18.30 – 20.00 Uhr

Mix Dance Fitness

Ort: AWO Familienzentrum
Bürgerhaus, Humboldtstraße 34, Gymnastikraum
Anmeldung: Tel. 69 85 754, info@awo-ov-regensburg.de

Mittwoch
durchgehend
11.00 – 12.00 Uhr

Frauenfitness

Ort: ejsa-Familienzentrum, Hemauerstraße 20a
*Anmeldung: Tel. 58612155
familienzentrum@ejsa-regensburg.de*

Mittwoch
ab 17.1.2018
11.45 – 12.45 Uhr

Zumba

Ort: Jugend- u. Familienzentrum, Kirchfeldallee 2
*Anmeldung: Stadtteilprojekt Burgweinting, Tel.: 507-1765
stadtteilprojekt-bw@regensburg.de*

Mittwoch
ab 17.1.2018
14.00 – 15.30 Uhr

Yoga.a.a

Ort: Gemeinschaftsunterkunft, Dieselstraße 3+3a
*Anmeldung: a.a.a., Arbeitskreis für ausländische
Arbeitnehmer-Initiativen für Menschen mit Ein- und
Zuwanderungshintergrund e.V.
Tel.: 0941 5997372, weingasse@aaa-regensburg.de*

Mittwoch
ab 17.1.2018
14.00 – 15.30 Uhr

Progressive Muskelentspannung

Ort: AWO Familienzentrum
Bürgerhaus, Humboldtstraße 34, Gymnastikraum
Anmeldung: Tel. 69 85 754, info@awo-ov-regensburg.de

Mittwoch
durchgehend
18.30 – 20.00 Uhr

Frauenfitness

Ort: ejsa-Familienzentrum, Hemauerstraße 20a
*Anmeldung: Tel. 58612155
familienzentrum@ejsa-regensburg.de*

Donnerstag
ab 25.1.2018
18.00 – 19.00 Uhr

Stressabbau mit Yoga

Ort: AWO Familienzentrum
Bürgerhaus, Humboldtstraße 34, Gymnastikraum
Anmeldung: Tel. 69 85 754, info@awo-ov-regensburg.de

Freitag
ab sofort
9.00 – 10.00 Uhr

Yoga für Frauen 50+

Ort: AWO Familienzentrum
Bürgerhaus, Humboldtstraße 34, Gymnastikraum
Anmeldung: Tel. 69 85 754, info@awo-ov-regensburg.de

Freitag
ab sofort
10.15 – 11.30 Uhr

Yoga für Mütter mit Kleinkindern

Ort: AWO Familienzentrum
Bürgerhaus, Humboldtstraße 34, Gymnastikraum
Anmeldung: Tel. 69 85 754, info@awo-ov-regensburg.de

Freitag
durchgehend
11.00 – 12.00 Uhr

Ganzkörperkräftigung

Ort: Jugend- und Familienzentrum Kontrast
Vilshofener Straße 14

Freitag
ab 23.2.2018
15.00 – 16.00 Uhr

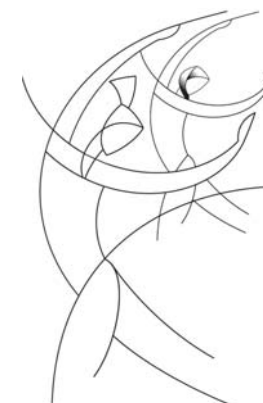
Fahrradkurs

Ort: Jugend- und Familienzentrum Kontrast
Vilshofener Straße 14

Termin steht
noch nicht fest

Schwimmkurs für Anfängerinnen

Ort: Hallenbad, Gabelsbergerstraße 14
*Nur mit Anmeldung:
Gleichstellungsstelle Stadt Regensburg
Tel. 0941 507-1140
gleichstellungsstelle@regensburg.de*



Januar 2018

Anmeldung und Information über Inhalte, Kosten etc.
direkt unter den angegebenen Telefonnummern!

Kurs 5 x ab Mo, 8.1.2018 8.45 – 9.45 Uhr	Outdoorfitness <i>Familienzentrum/Familienstützpunkt mit Spielstube im REKiZ</i> <i>Anmeldung erforderlich: Tel. 3078756-4</i> <i>familienzentrum@rekiz-regensburg.de</i> Ort: Prüfeninger Schloßstraße 73e
Montag 8.1.2018 15.00 – 18.00 Uhr	Internationales Begegnungscafé für Frauen und Kinder <i>Evangelisches Bildungswerk Regensburg e. V.</i> Ort: EBW, Am Ölberg 2
Dienstag 9.1.2018 18.00 – 21.30 Uhr	Die kreative Welt des Nähens entdecken <i>Kurs für Anfänger/innen und Fortgeschrittene</i> <i>Anmeldung: FAMILIENBILDUNG, Tel. 597-2253</i> Ort: Pfarrheim St. Mariä Himmelfahrt, Ambergerstraße 81
Kurs 10 x ab Mi. 10.1.2018 8.30 – 10.00 Uhr	Iyengar-Yoga – Mittelstufe und Fortgeschrittene <i>FrauenGesundheitsZentrum e. V. – Anmeldung: Tel. 81644</i> Ort: Grasgasse 10 (Rückgebäude)
Mittwoch 10.1.2018 14.30 Uhr	Frauentreff: Jahreslosung mit Dekan i. R. Walter Schmidt <i>Ev.-Luth. Kirchengemeinde St. Lukas</i> Ort: Lukaskirche, 1. Stock, Siebenbürgener Straße 12
Kurs 12 x ab Do. 11.1.2018 8.30 – 10.00 Uhr	Limani – Flottes Bewegungsprogramm für Frauen mit Übergewicht <i>FrauenGesundheitsZentrum e. V. – Anmeldung: Tel. 81644</i> Ort: Grasgasse 10 (Rückgebäude)
Kurs 12 x ab Do. 11.1.2018 10.00 – 11.30 Uhr	Limani – Flottes Bewegungsprogramm für Frauen mit Übergewicht <i>FrauenGesundheitsZentrum e. V. – Anmeldung: Tel. 81644</i> Ort: Grasgasse 10 (Rückgebäude)
Kurs 8 x ab Do. 11.1.2018 17.00 – 18.30 Uhr	Frauen-Qigong: Nü Zi Qi Gong und Nei Yang Gong <i>FrauenGesundheitsZentrum e. V. – Anmeldung: Tel. 81644</i> Ort: Grasgasse 10 (Rückgebäude)
Donnerstag 11.1.2018 18.00 – 20.00 Uhr	Surinam: Gottes Schöpfung ist sehr gut <i>Bildungswerk des KDFB e. V., Anmeldung: Tel. 597-2224</i> Ort: Alumneum, Am Ölberg 2
Donnerstag 11.1.2018 18.00 – 20.00 Uhr	Weltgebetstag der Frauen 2018 <i>Vorbereitungstreffen / Seminar</i> <i>Evangelisches Bildungswerk Regensburg e. V.</i> Ort: EBW, Am Ölberg 2
Kurs 10 x ab Fr. 12.1.2018 9.30 – 11.00 Uhr	Stressfrei durch sanftes Yoga <i>FrauenGesundheitsZentrum e. V. – Anmeldung: Tel. 81644</i> Ort: Grasgasse 10 (Rückgebäude)
Kurs 10 x ab Fr. 12.1.2018 11.15 – 12.15 Uhr	Rückenfit <i>Herztöne e. V. in Kooperation katholischer Familienbildung</i> <i>Tel. 999 270, www.herztoene-ev.de</i> Ort: Familienzentrum, Kirchfeldallee 2
Kurs 10 x ab Fr. 12.1.2018 16.30 – 18.00 Uhr	XL-Yoga am Abend <i>FrauenGesundheitsZentrum e. V. – Anmeldung: Tel. 81644</i> Ort: Grasgasse 10 (Rückgebäude)
Fr., 12.1.2018, 18.00 Uhr bis So., 14.1.2018, 13.00 Uhr	Mit ganzem Herzen leben <i>Bildungswerk des KDFB e. V., Anmeldung: Tel. 597-2224</i> Ort: Haus Werdenfels, Waldweg 15, Eichhofen
Sa., 13.1.2018 Fr., 23.3.2018 Fr., 13.7.2018 9.00 – 16.30 Uhr 16.00 – 19.00 Uhr	Gründerinnenteam: Im Team in die eigene Selbständigkeit <i>Servicestelle Frau und Beruf Regensburg, Tel. 507-4435</i> Ort: BIC im KÖWE, Dr.-Gessler-Straße 47
Montag 15.1.2018 14.00 – 17.00 Uhr	Surinam: Gottes Schöpfung ist sehr gut <i>Bildungswerk des KDFB e. V., Anmeldung: Tel. 597-2224</i> Ort: Familienhaus Christuskirche, Haus der Generationen Eichendorffstraße 11, Straubing
Montag 15.1.2018 15.00 – 18.00 Uhr	Internationales Begegnungscafé für Frauen und Kinder <i>Evangelisches Bildungswerk Regensburg e. V.</i> Ort: EBW, Am Ölberg 2
Kurs 8 x ab Montag 15.1.2018 19.00 – 20.00 Uhr	Gesund & Fit durch die Schwangerschaft <i>Evangelisches Bildungswerk Regensburg e. V.</i> <i>Anmeldung: Tel. 5921516, www.ebw-regensburg.de</i> Ort: EBW, Am Ölberg 2
Dienstag 16.1.2018 9.00 – 11.00 Uhr	Frauenfrühstück Burgweinting: Das Weltgebetsland 2018 „Surinam“ <i>Ev.-Luth. Kirchengemeinde Maria Magdalena</i> Ort: Maria Magdalena, Rudolf-Schlichtinger-Straße 1

Dienstag
16.1.2018
19.00 – 21.00 Uhr
Selbstuntersuchung der Brust mit der MammaCare-Methode
pro familia – Anmeldung erforderlich: 704455
Ort: Beratungsstelle pro familia, An der Schergenbreite 1

Dienstag
16.1.2018
19.00 – 21.00 Uhr
Frauenkreis: Brücke – Bauwerk und Symbol
Ev.-Luth. Kirchengemeinde St. Johannes
Ort: Gemeindezentrum St. Johannes, Adalbert-Stifter-Str. 1

Mittwoch
17.1.2018
19.00 – 21.00 Uhr
Frauen.Online.Network: Gefahren der digitalen Welt
Servicestelle Frau und Beruf Regensburg, Tel. 507-4435
Ort: BIC im KÖWE, Dr.-Gessler-Straße 47

Kurs 6 x
ab Mi. 17.01.2018
19.30 – 21.00 Uhr
Schreibwerkstatt für Frauen
Evangelisches Bildungswerk Regensburg e. V.
Anmeldung: Tel. 592150, www.ebw-regensburg.de
Ort: EBW, Am Ölberg 2

Freitag
19.1.2018
14.00 – 17.00 Uhr
Weltgebetstag der Frauen 2018
Vorbereitungstreffen / Seminar
Ev.-Luth. Kirchengemeinde Maria Magdalena
Ort: Kirche Maria Magdalena, Rudolf-Schlichtinger-Straße 1

Fr. 19.1.2018,
18.00 – 20.00 Uhr
Sa. 20.1.2018,
10.00 – 15.30 Uhr
Wochenendseminar: Mein Kind hat eine Essstörung
FrauenGesundheitsZentrum e. V. – Anmeldung: Tel. 81644
Ort: Grasgasse 10 (Rückgebäude)

Kurs 1 x
Sa. 20.1.2018
14.00 – 17.00 Uhr
Loslassen, was das Leben schwer macht
FrauenGesundheitsZentrum e. V. – Anmeldung: Tel. 81644
Ort: Grasgasse 10 (Rückgebäude)

Montag
22.1.2018
15.00 – 18.00 Uhr
Internationales Begegnungscafé für Frauen und Kinder
Evangelisches Bildungswerk Regensburg e. V.
Ort: EBW, Am Ölberg 2

Montag
22.1.2018
19.30 Uhr
Verhüten ohne Hormone – wie geht das?
Anmeldung: Herztöne e. V.
Tel. 999270, www.herztoene-ev.de
Ort: Familienzentrums Burgweinting, Kirchfeldallee 2

Montag
22.1.2018
20.00 Uhr
(Anm. bis 19.1.)
Vortrags- und Gesprächsabend: Vegan – aber mit Köpfchen
FrauenGesundheitsZentrum e. V. – Anmeldung: Tel. 81644
Ort: Grasgasse 10 (Rückgebäude)

Kurs 8 x
ab Mo. 22.1.2018
20.00 – 21.30 Uhr
Durch Yoga in Bewegung kommen
FrauenGesundheitsZentrum e. V. – Anmeldung: Tel. 81644
Ort: Grasgasse 10 (Rückgebäude)

Dienstag
23.1.2018
14.00 – 17.00 Uhr
Surinam: Gottes Schöpfung ist sehr gut
Bildungswerk des KDFB e. V., Anmeldung: Tel. 597-2224
Ort: Evangelisches Bildungszentrum, Markgrafenstraße 34, Bad Alexandersbad

Dienstag
23.1.2018
19.00 Uhr
Nein heißt Nein!
Bildungswerk des KDFB e. V., Anmeldung: Tel. 597-2224
Ort: Haus der Pfarrgemeinde, Kirchenplatz 1, Eggenfelden

Dienstag
23.1.2018
19.30 Uhr
Film zum Weltgebetstag der Frauen 2018: Suriname – Dschungeldoktor trifft Schamane
Dokumentarfilm
Evangelisches Bildungswerk Regensburg e. V.
Ort: EBW, Am Ölberg 2

Kurs 5 x
ab Mi. 24.1.2018
17.00 – 18.00 Uhr
Trainingsgruppe Füße
FrauenGesundheitsZentrum e. V. – Anmeldung: Tel. 81644
Ort: Grasgasse 10 (Rückgebäude)

Kurs 1 x
Mi. 24.1.2018
18.00 – 20.30 Uhr
Schwanenhals und Schildkrötenbuckel
FrauenGesundheitsZentrum e. V. – Anmeldung: Tel. 81644
Ort: Grasgasse 10 (Rückgebäude)

Kurs 3 x
ab Mi. 24.1.2018
18.00 – 21.00 Uhr
Meines Glückes Schmied ... berufliche Perspektiven schaffen
Servicestelle Frau und Beruf Regensburg, Tel. 507-4435
Ort: BIC im KÖWE, Dr.-Gessler-Straße 47

Mittwoch
24.1.2018
20.00 – 22.00 Uhr
Cybermobbing und Hate Speech
Podiumsdiskussion im Turmtheater
Kartenvorverkauf im Turmtheater: Tel. 562233
Ort: Turmtheater, Watmarkt 5

Donnerstag
25.1.2018
19.00 Uhr
Film zum Weltgebetstag der Frauen 2018: Suriname – Dschungeldoktor trifft Schamane
Dokumentarfilm
Ev.-Luth. Kirchengemeinde Maria Magdalena
Ort: Kirche Maria Magdalena, Rudolf-Schlichtinger-Straße 1

Kurs 5 x
ab Freitag
26.1.2018
9.30 – 11.00 Uhr
Pilates – fit nach der Schwangerschaft
Evangelisches Bildungswerk Regensburg e. V.
Anmeldung: Tel. 5921516, www.ebw-regensburg.de
Ort: EBW, Am Ölberg 2

Februar 2018

Anmeldung und Information über Inhalte, Kosten etc.
direkt unter den angegebenen Telefonnummern!

Kurs 1 x
Fr. 26.1.2018
17.00 – 19.00 Uhr
Klangmassage zum Kennenlernen
FrauenGesundheitsZentrum e.V. – Anmeldung: Tel. 81644
Ort: Grasgasse 10 (Rückgebäude)

Samstag
27.1.2018
9.30 – 16.30 Uhr
Ausbildung zur Eltern-Kind-Gruppenleiterin
Einführungsseminar
Bildungswerk des KDFB e.V., Anmeldung: Tel. 597-2224
Ort: Tagungshaus Schloss Spindlhof,
Spindlhofstr. 23, Regenstauf

Kurs 1 x
Sa. 27.1.2018
10.00 – 16.00 Uhr
Selbstverteidigung für Frauen
FrauenGesundheitsZentrum e.V. – Anmeldung: Tel. 81644
Ort: Grasgasse 10 (Rückgebäude)

Kurs 1 x
Sa. 27.1.2018
10.00 – 19.00 Uhr
Stimme entfalten
FrauenGesundheitsZentrum e.V. – Anmeldung: Tel. 81644
Ort: Grasgasse 10 (Rückgebäude)

Montag
29.1.2018
9.30 – 11.00 Uhr
Themenfrühstück: Alles rund um die Mutter-Kind-Kur
Evangelisches Bildungswerk Regensburg e.V.
Anmeldung: Tel. 5921516, www.ebw-regensburg.de
Ort: EBW, Am Ölberg 2

Montag
29.1.2018
15.00 – 18.00 Uhr
Internationales Begegnungscafé für Frauen und Kinder
Evangelisches Bildungswerk Regensburg e.V.
Ort: EBW, Am Ölberg 2

30. Januar bis
10. Februar 2018
Die Häfte des Himmels – 99 Frauen und Du
Ausstellung über Selbstbewußtsein & Gewalt
OTH Regensburg mit Regensburger Frauenorganisationen
Infos: S. Hoffmann, Gender & Diversity Management, 943-9728
Ort: Donaeinkaufszentrum Regensburg
Eröffnung: Dienstag, 30.1.2018, 13 Uhr

Vorankündigung

Donnerstag
26. April 2018
8.00 – 15.00 Uhr
Gender – Girls’Day und Boys’Day in der Verwaltung der Stadt Regensburg
Schülerinnen und Schüler haben die Gelegenheit einen Tag lang in einen technischen bzw. sozialen Beruf ihrer Wahl reinzuschnuppern.
Infos/Anmeldung: www.girls-day.de oder www.boys-day.de
Gleichstellungsstelle Stadt Regensburg, Tel. 507-1141, grosskopf.elena@regensburg.de

Freitag
2.2.2018
8.30 – 15.00 Uhr
Kurzberatung: Werbung PR und Social Media
Servicestelle Frau und Beruf Regensburg, Tel. 507-4435
Ort: BIC im KÖWE, Dr.-Gessler-Straße 47

Fr., 2.2.2018,
14.30 Uhr bis
So., 4.2.2018,
15.30 Uhr
Die Kunst der schönen Schrift
Bildungswerk des KDFB e.V., Anmeldung: Tel. 597-2224
Ort: Haus Johannisthal, Johannisthal 1, Windischeschenbach

Fr., 2.2.2018,
18.00 Uhr bis
Sa., 3.2.2018,
20.00 Uhr
Himmelwärts
Bildungswerk des KDFB e.V., Anmeldung: Tel. 597-2224
Ort: Kloster Ensdorf, Hauptstraße 9, 92266 Ensdorf

Freitag
2.2.2018
18.00 Uhr
Film zum Weltgebetstag der Frauen 2018: Suriname – Dschungeldoktor trifft Schamane
Dokumentarfilm
Ev.-Luth. Kirchengemeinde Neupfarrkirche-Kreuzkirche
Ort: Kreuzkirche, Deggendorfer Straße 21c

Fr. 2.2.2018
18.00 – 21.00 Uhr
Sa. 3.2.2018
10.00 – 17.00 Uhr
Fortbildung: Homöopathie bei gynäkologischen Problemen
FrauenGesundheitsZentrum e.V. – Anmeldung: Tel. 81644
Ort: Grasgasse 10 (Rückgebäude)

Samstag
3.2.2018
9.30 – 16.00 Uhr
Buchhaltung und Steuern Grundlagenwissen für Gründerinnen
Servicestelle Frau und Beruf Regensburg, Tel. 507-4435
Ort: BIC im KÖWE, Dr.-Gessler-Straße 47

Montag
5.2.2018
15.00 – 18.00 Uhr
Internationales Begegnungscafé für Frauen und Kinder
Evangelisches Bildungswerk Regensburg e.V.
Ort: EBW, Am Ölberg 2

Dienstag
6.2.2018
19.00 – 21.00 Uhr
Selbstuntersuchung der Brust mit der MammaCare-Methode
pro familia – Anmeldung erforderlich: 704455
Ort: Beratungsstelle pro familia, An der Schergenbreite 1

Dienstag 6.2.2018 19.00 – 21.00 Uhr	Frauenkreis: Protestantische Enklaven in Bergtälern <i>Ev.-Luth. Kirchengemeinde St. Johannes</i> Ort: Gemeindezentrum St. Johannes, Adalbert-Stifter-Str. 1	Do., 15.2.2018, 18.00 Uhr bis So., 18.2.2018, 13.00 Uhr	Unser tägliches Brot gib uns heute <i>Bildungswerk des KDFB e. V., Anmeldung: Tel. 597-2224</i> Ort: Haus der Begegnung, Kloster Strahlfeld, Roding
Mittwoch 7.2.2018 14.30 Uhr	Frauentreff: Kreta, eine wichtige Insel in der Antike <i>Ev.-Luth. Kirchengemeinde St. Lukas</i> Ort: Lukaskirche, 1. Stock, Siebenbürgener Straße 12	Donnerstag 15.2.2018 19.30 Uhr	Kraftvolle Rituale in Zeiten der Veränderung <i>Bildungswerk des KDFB e. V., Anmeldung: Tel. 597-2224</i> Ort: Pfarrheim, Theoderichstraße 11, Abensberg
Kurs 1 x Mi. 7.2.2018 18.00 – 20.30 Uhr	Gesunde Hüften – eine Gebrauchsanweisung <i>FrauenGesundheitsZentrum e. V. – Anmeldung: Tel. 81644</i> Ort: Grasgasse 10 (Rückgebäude)	Donnerstag 15.2.2018 19.30 Uhr	Mit Zeitmanagement clever und effektiv haushalten <i>Bildungswerk des KDFB e. V., Anmeldung: Tel. 597-2224</i> Ort: Pfarrheim Eustachius Kugler, Kirchplatz 4 , Nittenau
Mittwoch 7.2.2018 19.00 Uhr	Kinofilm „Die Zeit der Frauen“ <i>Begleit-Veranstaltung zu „Die Hälfte des Himmels“</i> <i>OTH Regensburg mit Regensburger Frauenorganisationen</i> Ort: Andreasstadl	Freitag 16.2.2018 19.00 Uhr	Film zum Weltgebetstag der Frauen 2018: Suriname – Dschungeldoktor trifft Schamane <i>Dokumentarfilm</i> <i>Kath. Kirchengemeinde Mariä Himmelfahrt Sinzing</i> Ort: Kath. Pfarrheim Sinzing, Kirchweg 5
Mittwoch 7.2.2018 19.00 – 21.00 Uhr	Frauen.Online.Network: Gumbot Dance <i>Servicestelle Frau und Beruf Regensburg, Tel. 507-4435</i> Ort: BIC im KÖWE, Dr.-Gessler-Straße 47	Samstag 17.2.2018 10.00 – 16.30 Uhr	Das Sterntalermädchen und: Wenn ihr nicht umkehrt und werdet wie die Kinder <i>Bildungswerk des KDFB e. V., Anmeldung: Tel. 597-2224</i> Ort: Haus der Begegnung, Kloster Strahlfeld, Roding
Mittwoch 7.2.2018 19.30 – 21.30 Uhr	Selbstuntersuchung der Brust mit der MammaCare-Methode <i>pro familia – Anmeldung erforderlich: 704455</i> Ort: Beratungsstelle pro familia, An der Schergenbreite 1	Kurs 5 x ab Mo, 19.2.2018 8.45 – 9.45 Uhr	Outdoorfitness <i>Familienzentrum/Familienstützpunkt mit Spielstube im REKiZ</i> <i>Anmeldung erforderlich: Tel. 3078756-4</i> <i>familienzentrum@rekiz-regensburg.de</i> Ort: Prüfeninger Schloßstraße 73e
Fr., 9.2.2018, 15.00 Uhr bis Sa., 10.2.2018, 16.30 Uhr	Mit allen Sinnen erleben: Kirchenräume als Glaubensräume <i>Bildungswerk des KDFB e. V., Anmeldung: Tel. 597-2224</i> Ort: Haus Werdenfels, Waldweg 15, Eichhofen	Montag 19.2.2018 15.00 – 18.00 Uhr	Internationales Begegnungscafé für Frauen und Kinder <i>Evangelisches Bildungswerk Regensburg e. V.</i> Ort: EBW, Am Ölberg 2
Montag 12.2.2018 15.00 – 18.00 Uhr	Internationales Begegnungscafé für Frauen und Kinder <i>Evangelisches Bildungswerk Regensburg e. V.</i> Ort: EBW, Am Ölberg 2	Dienstag 20.2.2018 9.00 – 11.00 Uhr	Frauenfrühstück Burgweinting: „Wenn ich nicht mehr alles selbst entscheiden kann“ – Vorsorge am Lebensende <i>Ev.-Luth. Kirchengemeinde Maria Magdalena</i> Ort: Maria Magdalena, Rudolf-Schlichtinger-Straße 1
Mittwoch 14.2.2018 9.00 – 16.00 Uhr	Aschermittwoch der Frauen <i>Bildungswerk des KDFB e. V., Anmeldung: Tel. 597-2224</i> Ort: Exerzitienhaus Johannisthal, Johannisthal 1, Windischeschenbach	2 x Mittwoch 21.2.2018 und 28.2.2018 18.00 – 21.00 Uhr	Elevator Pitch: So gelingt Ihre Selbstpräsentation in kurzer Zeit! <i>Servicestelle Frau und Beruf Regensburg, Tel. 507-4435</i> Ort: BIC im KÖWE, Dr.-Gessler-Straße 47
Mittwoch 14.2.2018 10.00 – 17.00 Uhr	Aschermittwoch der Frauen <i>Bildungswerk des KDFB e. V., Anmeldung: Tel. 597-2224</i> Ort: Pfarrheim Piflas, Alte Regensburger Straße 43, Landshut		
Mittwoch 14.2.2018 10.00 – 16.30 Uhr	Aschermittwoch der Frauen <i>Bildungswerk des KDFB e. V., Anmeldung: Tel. 597-2224</i> Ort: Pfarrheim St. Bonifaz, Killermannstraße 24, Regensburg		

März 2018

Anmeldung und Information über Inhalte, Kosten etc.
direkt unter den angegebenen Telefonnummern!

Mittwoch 21.2.2018 18.30 Uhr	Bonnie Parker (von Bonnie und Clyde) <i>Biographieschilderung</i> Anmeldung: FAMILIENBILDUNG, Tel. 597-2253 Ort: Bildungshaus St. Emmeram, Emmeramsplatz 3
Mittwoch 21.2.2018 19.00 Uhr	Liedertankstelle <i>Bildungswerk des KDFB e. V., Anmeldung: Tel. 597-2224</i> Ort: Pfarrheim, Pfarrer-Frank-Straße 2, Großgundertshausen
Kurs 9 x ab Do. 22.2.2018 16.00 – 17.00 Uhr	Sanftes Pilates ab 55 <i>FrauenGesundheitsZentrum e. V. – Anmeldung: Tel. 81644</i> Ort: Grasgasse 10 (Rückgebäude)
Kurs 9 x ab Do. 22.2.2018 17.00 – 18.00 Uhr	Bewegte Faszien <i>FrauenGesundheitsZentrum e. V. – Anmeldung: Tel. 81644</i> Ort: Grasgasse 10 (Rückgebäude)
Donnerstag 22.2.2018 19.30 Uhr	Kraftvolle Rituale in Zeiten der Veränderung <i>Bildungswerk des KDFB e. V., Anmeldung: Tel. 597-2224</i> Ort: Pfarrheim, Schützengraben 10, Kemnath
Kurs 1 x Fr. 24.2.2018 18.00 – 20.00 Uhr	Brustgesundheit: Mich gut fühlen ... <i>FrauenGesundheitsZentrum e. V. – Anmeldung: Tel. 81644</i> Ort: Grasgasse 10 (Rückgebäude)
Fr. 23.2.2018 19.00 – 21.30 Uhr Sa. 24.2.2018 9.30 – 17.00 Uhr	Therapeutisches Seminar: Immer ein nettes Mädchen? – Wohin mit meiner Wut <i>FrauenGesundheitsZentrum e. V. – Anmeldung: Tel. 81644</i> Ort: Grasgasse 10 (Rückgebäude)
Samstag 24.2.2018 9.30 – 17.00 Uhr	Das Ausstrahlungstraining – Bringen Sie Ihr Licht zum Leuchten <i>Bildungswerk des KDFB e. V., Anmeldung: Tel. 597-2224</i> Ort: Tagungshaus Schloss Spindlhof, Spindlhofstr. 23, Regenstauf
Montag 26.2.2018 15.00 – 18.00 Uhr	Internationales Begegnungscafé für Frauen und Kinder <i>Evangelisches Bildungswerk Regensburg e. V.</i> Ort: EBW, Am Ölberg 2
Montag 26.2.2018 19.00 Uhr	Liedertankstelle <i>Bildungswerk des KDFB e. V., Anmeldung: Tel. 597-2224</i> Ort: Gasthaus Johannes Mirbeth, Kirchweg 13, Lupburg

Donnerstag 1.3.2018 8.45 – 15.00 Uhr	Zentrale Berufsinformationsmesse der Agentur für Arbeit Regensburg Ausbildung in Teilzeit – Girls' Day – Frauen in Ausbildung und Arbeit. <i>Infos bei Andrea Teichmann, Tel. 7808-399</i> <i>Regensburg.BCA@arbeitsagentur.de</i> Ort: Berufliches Schulzentrum Georg Kerschensteiner, Alfons-Auer-Straße 18 und 20
Donnerstag 1.3.2018 18.30 – 22.30 Uhr	Die etwas andere Familienküche <i>Anmeldung: www.toms-kochschule.de/kursprogramm</i> Ort: Toms Kochschule bei Küche Aktiv, Landshuter Straße 74
Sa., 3.3. und Sa., 10.3.2018 jeweils 9.00 – 16.30 Uhr	Excel 2010: Diagramme und Pivot-Tabellen einsetzen <i>Bildungswerk des KDFB e. V., Anmeldung: Tel. 597-2224</i> Ort: Kolping-Bildungswerk, Ladehofstraße 30
Samstag 3.3.2018 10.00 – 16.30 Uhr	Kurzgeschichten sind Momentaufnahmen des Lebens <i>Bildungswerk des KDFB e. V., Anmeldung: Tel. 597-2224</i> Ort: Haus Werdenfels, Waldweg 15, Eichhofen
Montag 5.3.2018 15.00 – 18.00 Uhr	Internationales Begegnungscafé für Frauen und Kinder <i>Evangelisches Bildungswerk Regensburg e. V.</i> Ort: EBW, Am Ölberg 2
Montag 5.3.2018 19.00 Uhr	Liedertankstelle <i>Bildungswerk des KDFB e. V., Anmeldung: Tel. 597-2224</i> Ort: Pfarrheim, Kirchstraße 2, Salching
Dienstag 6.3.2018 19.45 Uhr	Kraftvolle Rituale in Zeiten der Veränderung <i>Bildungswerk des KDFB e. V., Anmeldung: Tel. 597-2224</i> Ort: Pfarrheim, Pfarrgasse 4, Vilseck/Schlicht
Mittwoch 7.3.2018 19.00 – 21.00 Uhr	Frauen.Online.Netzwerk: Ein Mann ist keine Altersvorsorge – Die wirtschaftlichen Folgen der Ehe <i>Servicestelle Frau und Beruf Regensburg, Tel. 507-4435</i> Ort: BIC im KÖWE, Dr.-Gessler-Straße 47
Mittwoch 7.3.2018 19.30 Uhr	Impulse zur ökosozialen Marktwirtschaft <i>Bildungswerk des KDFB e. V., Anmeldung: Tel. 597-2224</i> Ort: Haus der Generationen, Straubinger Straße 37, Mallersdorf-Pfaffenberg

- Donnerstag
8.3.2018
8.00 – 18.00 Uhr
Internationaler Frauentag 2018 – Rathaus in Bürgerinnenhand
*8.00 – 18.00 Uhr: Wechselnde Informationsstände
9.00 – 16.30 Uhr: Buntes Programm*
- Donnerstag
8.3.2018
19.00 Uhr
Empfang der SPD-Landtagsfraktion
Ab 19.30 Uhr wird der Film „Die göttliche Ordnung“ gezeigt.
Ort: Andreasstadel
- Donnerstag
8.3.2018
19.30 Uhr
Öffentliche Feier zum Internationalen Frauentag
Zunahme des Antifeminismus im Spiegel der extremen Rechten und der bürgerlich-konservativen Kräfte
Gewerkschaft ver.di
Ort: Gewerkschaftshaus, Richard-Wagner-Straße 2

Kurs 8 x
ab Do. 8.3.2018
17.45 – 19.15 Uhr
Yoga auf der Grundlage von Ayurveda und Marmalehre
FrauenGesundheitsZentrum e.V. – Anmeldung: Tel. 81644
Ort: Grasgasse 10 (Rückgebäude)

Kurs 3 x
ab Do. 8.3.2018
18.00 – 21.00 Uhr
Die Türen öffnen – Selbstsicher zum Erfolg in Bewerbungssituationen
Servicestelle Frau und Beruf Regensburg, Tel. 507-4435
Ort: BIC im KÖWE, Dr.-Gessler-Straße 47

- Freitag
9. März 2018
9.00 – 16.00 Uhr
Feierliche Abschlussveranstaltung der Kampagne „Uns geht's ums Ganze“
Ort: W1 – Zentrum für junge Kultur Regensburg
Anmeldungen: Marion Schmid, mschmid@popkultur.bayern
- Samstag
10.3.2018
9.00 – 16.00 Uhr
Radikal umdenken! Frauentag zur Care-Ökonomie
Evangelisches Bildungswerk Regensburg e.V.
Ort: EBW, Am Ölberg 2



Samstag
10.3.2018
10.00 – 14.00 Uhr
Kreatives Papierschöpfen
Bildungswerk des KDFB e.V., Anmeldung: Tel. 597-2224
Ort: Dorfhaus, St. Georgsplatz 3, Großköllnbach

Montag
12.3.2018
15.00 – 18.00 Uhr
Internationales Begegnungscafé für Frauen und Kinder
Evangelisches Bildungswerk Regensburg e.V.
Ort: EBW, Am Ölberg 2

Dienstag
13.3.2018, 19.00 – 21.00 Uhr
Selbstuntersuchung der Brust mit der MammaCare-Methode
pro familia – Anmeldung erforderlich: 704455
Ort: Beratungsstelle pro familia, An der Schergenbreite 1

Mittwoch
14.3.2018
19.00 Uhr

Wir, die Frauen dieser Welt – Unsere Wurzeln und unsere Kulturen
Bildungswerk des KDFB e.V., Anmeldung: Tel. 597-2224
Ort: Pfarrheim, Hauptstraße 15, Ergoldsbach

Donnerstag
15.3.2018
19.15 Uhr

Nein heißt Nein!
Bildungswerk des KDFB e.V., Anmeldung: Tel. 597-2224
Ort: Pfarrheim St. Josef, Bürgerm.-Prechtel-Str. 15, Weiden

Fr., 16.3.2018,
13.00 Uhr bis
Sa., 17.3.2018,
13.00 Uhr

Die Kunst der schönen Schrift: Pinselschrift
Bildungswerk des KDFB e.V., Anmeldung: Tel. 597-2224
Ort: Haus Johannisthal, Johannisthal 1, Windischeschenbach

Sa., 17.3.2018,
14.30 Uhr bis
So., 18.3.2018,
15.00 Uhr

Die Kunst der schönen Schrift: Anglaise
Bildungswerk des KDFB e.V., Anmeldung: Tel. 597-2224
Ort: Haus Johannisthal, Johannisthal 1, Windischeschenbach

Montag
19.3.2018
15.00 – 18.00 Uhr

Internationales Begegnungscafé für Frauen und Kinder
Evangelisches Bildungswerk Regensburg e.V.
Ort: EBW, Am Ölberg 2

Mittwoch
21.3.2018
18.00 – 21.00 Uhr

Der kleine Start – Gründung in Teilzeit
Servicestelle Frau und Beruf Regensburg, Tel. 507-4435
Ort: BIC im KÖWE, Dr.-Gessler-Straße 47

Mittwoch
21.3.2018
18.30 Uhr

Annette von Droste Hülshoff; „Die Judenbuche“
Anmeldung: FAMILIENBILDUNG, Tel. 597-2253
Ort: Bildungshaus St. Emmeram, Emmeramsplatz 3

Kurs 1 x
Sa. 24.3.2018
9.00 – 13.00 Uhr

Hallux valgus – Großzehe auf Abwegen
FrauenGesundheitsZentrum e.V. – Anmeldung: Tel. 81644
Ort: Grasgasse 10 (Rückgebäude)

Kurs 3 x
Mo. 26. bis Mi.
28.3.2018
9.00 – 12.00 Uhr

Selbstbehauptung für Mädchen (9-12 Jahre)
FrauenGesundheitsZentrum e.V. – Anmeldung: Tel. 81644
Ort: Grasgasse 10 (Rückgebäude)

Kurs 2 x Mo./Di.
26./27.3.2018
13.00 – 16.00 Uhr

Selbstverteidigung für Mädchen ab 13 Jahren
FrauenGesundheitsZentrum e.V. – Anmeldung: Tel. 81644
Ort: Grasgasse 10 (Rückgebäude)

Montag
26.3.2018
15.00 – 18.00 Uhr

Internationales Begegnungscafé für Frauen und Kinder
Evangelisches Bildungswerk Regensburg e.V.
Ort: EBW, Am Ölberg 2

Beratungsangebote und ständige Termine

Agentur für Arbeit

Andrea Teichmann, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt
 Tel. 7808-399, regensburg.BCA@arbeitsagentur.de
 www.arbeitsagentur.de www.perspektive-wiedereinstieg.de

Ansprechpartnerin zu folgenden Themen

- Vereinbarkeit von Familie und Beruf
- Wiedereinstieg ins Berufsleben nach der Familienphase
- Berufliche Orientierung
- Bewerbung und Jobsuche
- Mädchen in MINT-Berufen und Girls' Day
- Familienbewusste Personalpolitik

Frauzentrum Regensburg e.V.

www.frauzentrum-regensburg.de

AWO Familienzentrum/Familienstützpunkt

Humboldtstraße 34, Tel: 0941/6985754
 luzgin@awo-ov-regensburg.de, www.awo-ov-regensburg.de

Öffnungszeiten: Montag bis Sonntag individuell – wir haben von morgens früh bis spät abends offen

Unsere Angebote richten sich an alle, bieten für jeden etwas an: für Kinder, Jugendliche, Väter, Mütter, Senioren, Alleinstehende. Wir sind bestrebt, Familien mit ihren Kindern Anregungen und Möglichkeiten zur Freizeitgestaltung zu geben, Treffpunkte zu ermöglichen und durch unsere Aktivitäten Unterstützung für die kreative Entwicklung der Kinder zu leisten. Wir möchten die Erziehungskompetenz der Eltern stärken.

Jugend und Familienzentrum KONTRAST

Vilshofener Straße 14, 93055 Regensburg
 Tel. 280959-83 und 280959-84, Fax: 280959-85
 jugendzentrum@kontrast.kjf-regensburg.de
 familienzentrum@kontrast.kjf-regensburg.de

Das Jugend- und Familienzentrum ist ein Ort der persönlichen Entfaltung und der kulturellen, konfessionellen und altersspezifischen Vielfalt.

Wir bieten:

- Aufenthaltsraum mit Bühne und tägl. Cafébetrieb
- Wickelstation, Eltern-Kind-Raum
- Kletterwand, Bewegungsraum
- Werk-, Computer- und Musikräume
- Eltern-Kind-Gruppen, Spielgruppen, Mädchen- und Frauenangebote und diverse weitere Angebote in sportlichen und musisch-kreativen Bereichen

Familienzentrum/Familienstützpunkt Königswiesen

Dr.-Gessler-Straße 22, 93051 Regensburg, Tel. 948713

- Café mit Kinderbetreuung:
 Montag, Mittwoch, Freitag von 09.00 bis 12.00 Uhr,
 Montag auch von 15.00 bis 18.00 Uhr
- Eltern-Kind-Gruppen, Babytreff, Frühstücksrunden, Gymnastik für Mütter, Frauentreff für Migrantinnen

Familienzentrum beim Ostentor – BWH

Heiliggeistgasse 7, 93047 Regensburg, Tel. 58685-25
 familienzentrum@kjf-regensburg.de

Mo. 9.00 – 12.00 Uhr
 Di. u. Mi. 9.00 – 12.00 Uhr
 Do. 9.00 – 12.00 Uhr

Elternfrühstück, 1 x monatlich
 Kinderpark
 Offener Treff

Gruppen und Kurse
 für Eltern und Kinder:

Eltern-Kind-Turnen
 „Offenes Tragecafé“ – Angebot mit Austausch für
 „Tragebegeisterte“ und interessierte Eltern
 Mensa-Kids – Freizeitgestaltung für Hochbegabte
 Russ. Sprachförderkurs für Kinder
 „Thailändisch für Kinder“
 „Batolata“ – Tschechische Mutter-Kind-Gruppe
 Psychomotorik-Gruppe für Kinder

Kurse f. Erw. am Abend:

Offenes Patchwork-Treffen, Yoga-Kurs

Familienzentrum/Familienstützpunkt Burgweinting: Herztöne e.V.

Kirchfeldallee 2, 93055 Regensburg, Tel. 999270
www.herztoene-ev.de

- Hebammensprechstunde, Beratung in der Schwangerschaft
- Stillberatung, Offene Stillgruppen, Babymassage, kostenlose Säuglingsberatung, Vorträge
- Offener Babytreff, PEKIP, Eltern-Kind-Turnen, Fitness-Kurse für Mütter mit ihren Kindern/Babys
- Eltern-Kind-Gruppen ab 1 Jahr, Musikgarten, Montessori-Gruppe, Kinderbetreuung
- Erste Hilfe und Homöopathie, Ernährung im 1. Lebensjahr und gesunde Kleinkindküche
- Familiencafé: Mo. – Fr. von 9.30 bis 11.30 Uhr, Mo + Mi offene Kinderspiele-Welt während der Cafézeit

Regensburger Eltern-Kind Zentrum REKiZ/Familienstützpunkt Sozialdienst katholischer Frauen

Prüfeninger Schloßstraße 73 e, 93051 Regensburg
Tel. 3078756-4, Fax: 3078756-6, familienzentrum@rekiz-regensburg.de
www.rekiz-regensburg.de, www.skf-regensburg.de

Offener Treff mit Bewegungsangebot: Mi 12.00 – 17.00 Uhr
Offener Treff mit Babyfrühstück: Do 8.30 – 13.30 Uhr

EJSA-Familienzentrum/Familienstützpunkt

Evang. Jugendsozialarbeit
Hemauerstraße 20 a, 93047 Regensburg, Tel. 57068
familienzentrum@ejsa-regensburg.de

FAMILIENTREFF/Familienstützpunkt NORD des SAK e. V.

Tanusstraße 5, 93057 Regensburg, Tel. 6001266
Bürozeiten: Mo. bis Do. von 9.00 bis 13.00 Uhr

Offener Stadtteiltreff für Familien im Stadtnorden:

- Offenes Café mit Spielangeboten: Mo., Di. und Do. von 9.00 Uhr bis 12.00 Uhr
- Kurse, Freizeiten, Gesprächskreise, Vorträge (siehe aktuelles Programm)
- Individuelle Hilfen und Beratung in schwierigen Lebenslagen

Familienstützpunkt Familienwerkstatt e. V.

St.-Veit-Weg 2, 93051 Regensburg, Tel. 46523934
familienstuetzpunkt@familienwerkstatt-regensburg.de
Jenny Außersdorfer, Kirsten Luther

- Offene systemische Beratung
- Informatives Elternfrühstück
- Freizeitpädagogische Angebote
- Soziale Kompetenz-Training
- Elternt raining für Alleinerziehende
- Gruppe für Trennungsgroßeltern
- BASE Babywatching – Empathieschulung

Stadtteilprojekte

Stadtteilprojekt Burgweinting

Friedrich-Viehbacher-Allee 3, 93055 Regensburg
Tel. 507-1765, stadtteilprojekt-bw@regensburg.de

Stadtteilprojekt Humboldtstraße

Humboldtstraße 34, 93053 Regensburg
Tel. 507-4580, stadtteilprojekt-humboldtstrasse@regensburg.de

Stadtteilprojekt Nord

Ostpreußenstraße 3, 93057 Regensburg
Tel. 4645943, stadtteilprojekt-nord@regensburg.de

Stadtteilprojekt Ost

Erbprinz-Franz-Josef-Straße 21, 93053 Regensburg, Tel. 2809 5967
Vilshofener Straße 14, 93053 Regensburg, Tel. 28094157
stadtteilprojekt-ost@regensburg.de

Solwodi Regensburg – SOLidarity with WOMen in DIstress

Maierhoferstraße 1, 93047 Regensburg, Tel: 89966547
regensburg@solwodi.de, www.solwodi.de

Solwodi bietet Beratung und Betreuung für ausländische Frauen in Notsituationen (unabhängig, überkonfessionell, kostenlos und anonym).

Schwerpunkte: Hilfe für Frauen die Opfer sind von

- Zwangsprostitution und Menschenhandel
- Zwangsverheiratung und Bedrohung von „Ehrenmord“
- Heiratsvermittlung und Sextourismus
- Genitalverstümmelung
- Aufenthalts- und Integrationsprobleme
- Gewalt und Probleme in Ehe und Partnerschaft

Das Angebot von Solwodi umfasst im Weiteren anonyme Unterbringung sowie Rückkehrhilfen ins Heimatland.

Babysitter-Vermittlung

Babysitter-Vermittlung Prüfening/St. Bonifaz

ausgebildete Babysitter für Prüfening und Umgebung
Info und Vermittlung:
Susanne Zölch Tel. 32333 + Nelly Schambeck Tel. 35364

Babysitter-Vermittlung Burgweinting

private Babysitter für Burgweinting
Info und Vermittlung:
Stadtteilprojekt Burgweinting, Friedrich-Viehbacher-Allee 3
Tel. 507-1765 oder per E-Mail: stadtteilprojekt-bw@regensburg.de

Stadt Regensburg

Domplatz 3, 93047 Regensburg, Tel. 0941 507-7527
prem.andrea@regensburg.de, www.regensburg.de

Bayer. Gesellschaft für psychische Gesundheit e.V.

Rote-Hahnen-Gasse 6, 93047 Regensburg, Tel. 59935910

Gruppe für Frauen mit Ängsten und Depressionen: In einer geleiteten Gesprächsgruppe treffen sich die Gruppenteilnehmerinnen in 14-tägigem Rhythmus jeweils am Dienstag von 18.00 Uhr bis 20.00 Uhr.

KDFB – Der Frauenbund

Katholischer Deutscher Frauenbund Diözesanverband Regensburg

Obermünsterplatz 7, 93047 Regensburg, Tel. 597-2224
frauenbund@frauenbund-regensburg.de, www.frauenbund-regensburg.de

Wir sind

- gesellschaftspolitisch engagiert, arbeiten überparteilich und vertreten die Interessen von Frauen in Kirche, Gesellschaft und Politik
- ein Bildungsverband, in dem Frauen jeden Alters, in unterschiedlichen Lebenssituationen, mit verschiedenen Interessen Platz haben
- eine große Gemeinschaft von derzeit fast 65.000 Frauen in 473 Zweigvereinen, jungen Frauengruppen und Eltern-Kind-Gruppen in der Diözese Regensburg

Bürozeiten:

Montag bis Donnerstag: 8.30 bis 12.30 Uhr und 13.30 bis 16.00 Uhr
Freitag: 8.30 bis 13.00 Uhr

Katholische Erwachsenenbildung in der Stadt Regensburg e.V. Abteilung FAMILIENBILDUNG UND M.E.H.R.

Obermünsterplatz 7, 93047 Regensburg, Tel. 597-2253
familienbildung.und.mehr@keb-regensburg-stadt.de
www.keb-regensburg-stadt.de
www.facebook.com/keb.familienbildung.und.mehr

- Laufende Eltern-Kind-Gruppen – einsteigen jederzeit möglich
- Eltern-Kind-Gruppen unter Berücksichtigung der Pädagogik Maria Montessoris
- Hormon-Yoga für die Wechseljahre
- Hata-Yoga für Schwangere

Evangelisches Bildungswerk Regensburg e.V.

Am Ölberg 2, 93047 Regensburg, Tel. 59215-0, Fax 59215-23
ebw@ebw-regensburg.de, www.ebw-regensburg.de

Das Angebot von Frauen für Frauen ist ein fester Bestandteil des Programms des Evangelischen Bildungswerkes Regensburg e.V., z. B.

- Kurse für Frauen von Frauen, um sie kompetent und eigenständig zu machen
- Diskussionen / Vorträge / Gesprächskreise z. B. zu politischen und sozialen Themen, die das körperliche und seelische Wohlbefinden von Frauen betreffen

Autonomes Frauenhaus / Beratungsstelle für Frauen

Beratungsstelle für Frauen: Gumpelzhaimerstraße 8 a, 93049 Regensburg
Terminabsprache über Tel. 24000

- Beratung für gewaltbetroffene Frauen zu Trennung und Scheidung, zum Gewaltschutzgesetz

Autonomes Frauenhaus Regensburg (Frauen helfen Frauen e.V.)

Postfach 110244, 93015 Regensburg, Tel. 24000
autonomesfrauenhausregensburg@t-online.de
www.frauenhaus-regensburg.de

- Zuflucht und Schutz für misshandelte und bedrohte Frauen und ihre Kinder

**Frauen- und Kinderschutzhaus
Sozialdienst Katholischer Frauen e.V. Regensburg**

Postfach 11 02 43, 93015 Regensburg
Tel. 562400 (Tag und Nacht erreichbar!), Fax 599 9389

- Zuflucht und Schutz für misshandelte und bedrohte Frauen und ihre Kinder

La Leche Liga Deutschland e.V.

Ortsgruppe Regensburg
Peggy Klemm, Speerweg 9, 93049 Regensburg, Tel. 2802852

Staatl. anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen

Sedanstraße 1, im Landratsamt – Gesundheitsamt, 93055 Regensburg
Tel. 4009-738, -739 oder -755

- Beratung bei allen Fragen im Zusammenhang mit einer Schwangerschaft
- Beratung bei Schwangerschaftskonflikten mit Beratungsnachweis gemäß § 219 StGB
- Vermittlung von Zuschüssen aus der Landesstiftung „Hilfe für Mutter und Kind“
- Beratung vor, während und nach pränataler Diagnostik
- Beratung über Empfängnisverhütung

Termine nach telefonischer Vereinbarung!

**DONUM VITAE in Bayern e.V.
Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen**

Maximilianstraße 13, 93047 Regensburg,
Tel. 595-6490, Fax: 595-6499, regensburg@donum-vitae-bayern.de

- Beratung und Hilfe bei allen Fragen rund um die Schwangerschaft, Geburt und bis zum 3. Lebensjahr des Kindes
- Beratung vor, während und nach vorgeburtlichen Untersuchungen
- Beratung bei Schwangerschaftskonflikten
- Beratung über finanzielle Hilfen (Kinder-/Elterngeld, Unterhalt, Arbeitslosengeld)
- Beratung u. Begleitung bei anonymer Geburt im Rahmen des Projektes „Moses“

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag	8.00 – 12.00 Uhr
Montag und Mittwoch	13.00 – 16.00 Uhr
Dienstag und Donnerstag	13.00 – 19.00 Uhr
Freitag	13.00 – 15.00 Uhr

**PRO FAMILIA Regensburg e.V.
Deutsche Gesellschaft für Sexualberatung und Familienplanung e.V.**

An der Schergenbreite 1, 93059 Regensburg, Tel. 704455, Fax 704690
regensburg@profamilia.de, www.profamilia-regensburg.de

Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen

Beratung rund um Schwangerschaft und Geburt, Vermittlung von finanziellen Hilfen, Schwangerenkonfliktberatung mit Beratungsnachweis nach § 219 StGB, vorgeburtlichen Untersuchungen und vertraulichen Geburt. Paarberatung für Eltern mit Kindern bis zum 3. Lebensjahr, Beratung zu Sexualität und Verhütung, bei unerfülltem Kinderwunsch, zu Sexualität und Behinderung. Sexualpädagogik in Schulen/Einrichtungen.

Telefonzeiten:

Montag u. Freitag	9.00 – 12.00 Uhr
Dienstag u. Donnerstag	9.00 – 12.00 Uhr und 14.00 – 16.00 Uhr
Mittwoch	15.00 – 18.00 Uhr

Beratungen finden auch außerhalb dieser Zeiten statt. Wir beraten kostenlos, weltanschaulich neutral, vertraulich und auf Wunsch anonym. Bitte um telefonische Terminvereinbarung.

Frauengesundheitszentrum e.V.

Grasgasse 10 (Rückgebäude), 93047 Regensburg
Tel. 81644, Fax 893473, fgz-regensburg@gmx.de
www.fgz-regensburg.de

Öffnungszeiten:

Montag	9.00 – 13.00 Uhr und 18.00 – 20.00 Uhr
Mittwoch	14.00 – 17.00 Uhr
Freitag	9.00 – 13.00 Uhr

Beratung zu:

- Endometriose, Brustgesundheit
- Sexualität, hormonfreie Verhütung, Diaphragma-Anpassung
- Ängsten, Depressionen, Krisensituationen, Psychotherapieberatung

Angebote:

Kurse, Vorträge, Selbsthilfegruppen, Frauenärztinnen-Infos, Gesundheitsbibliothek

Beratungsstelle für Essstörungen „waagnis“

Öffnungszeiten:

Dienstag 9.00 – 13.00 Uhr
Mittwoch 9.00 – 13.00 Uhr
Donnerstag 14.00 – 17.00 Uhr

Beratungstermin nach Vereinbarung (Tel. 599 8606).

Die Beratungen sind kostenlos.

Frau und Beruf – Regionalzentrum Regensburg

Volkshochschule der Stadt Regensburg
BiC im Köwe Center, Dr.-Gessler-Straße 47, 93051 Regensburg

**Beratung: Berufliche Orientierung und Qualifizierung, Weiterbildung
Existenzgründungsberatung, Familienfreundlichkeit in Unternehmen**
Doris Baruck, Tel. 507-4435, baruck.doris@regensburg.de

Frauennotruf Regensburg e.V.

Beratungsstelle für Frauen und Mädchen mit sexualisierten Gewalterfahrungen
Alte Manggasse 1, 93047 Regensburg, Tel. 24171, Fax 6987880
frauennotruf-regensburg@r-kom.net, www.frauennotruf-regensburg.de

Bürozeiten: Mo, Di und Mi 10.00 – 14.00 Uhr, Do 14.00 – 20.00 Uhr
Persönliche Beratung nach Vereinbarung

Beratung – Information – Selbsthilfe – Prävention

- telefonische oder persönliche Beratungsgespräche; E-Mail-Beratung
Wir beraten anonym, vertraulich und kostenfrei!
- Begleitung zu Behörden und Ämtern, z. B. bei Anzeigeerstattung, Gerichtsverhandlung
- Unterstützung bei der Suche nach einer Therapeutin, Rechtsanwältin
- Selbsthilfegruppen für Betroffene sexueller Gewalt
- Fortbildungs- und Informationsangebote auf Anfrage, z. B. Vorträge, Seminare

Terre des Femmes – Städtegruppe Regensburg

Treffen an jedem letzten Donnerstag im Monat
Infos: regensburg@frauenrechte.de

Beratung und Begegnung für Alleinerziehende und ihre Kinder Diakonisches Werk Regensburg e.V.

Beratungsstelle für alleinerziehende Mütter und Väter:

Carmen Gollé-Schuh, Am Ölberg 2, 93047 Regensburg
Tel.: 58523-23 (ganztägig montags und mittwochs), c.golle@dw-regensburg.de

- Beratung, Information, Unterstützung und Hilfe für Alleinerziehende
- Treffpunkte/Gruppen für Alleinerziehende (mit Kinderbetreuung)

Arbeitsstelle für Alleinerziehende Bischöfliches Ordinariat Regensburg

Obermünsterplatz 7, 93047 Regensburg
Michaela Wein, Tel. 597-2200, Fax 597-2410
michaela.wein@bistum-regensburg.de, kathrin.hauser@bistum-regensburg.de

Gruppen tun gut!

Wer alleine erzieht, braucht ein gut funktionierendes Kontaktnetz. Gesprächskreise, Treffpunkte, Seminare, Ferienfreizeiten und Beratungsmöglichkeiten informieren und sollen die Möglichkeit bieten, andere Ein-Eltern-Familien kennen zu lernen.

- Erfahrungen auszutauschen
 - Von Hilfsangeboten zu erfahren
 - Kontakte zu ermöglichen
 - Daran zu arbeiten, dass Alleinerziehende mehr Anerkennung in der Gemeinde und in der Öffentlichkeit erhalten
- Die Treffpunkte sind jeweils in einer Pfarrei angesiedelt und arbeiten selbständig. Wenn Sie Interesse an einer Gruppe haben, rufen Sie doch an!

Referat Frauenseelsorge Bischöfliches Ordinariat Regensburg

Obermünsterplatz 7, 93047 Regensburg
Karoline Kammerl, Tel. 597-2243, Fax 597-2410
kkammerl.fs@bistum-regensburg.de

Die Arbeitsstelle Frauenseelsorge im Bistum Regensburg ist eine Fachstelle des Seelsorgeamtes. Bei der Frauenseelsorge sind alle Frauen willkommen: Frauen jeden Alters, Frauen in ihren vielfältigen Lebenssituationen und in unterschiedlicher Nähe zur Kirche.

Frauenseelsorge versteht sich als Begleiterin von Frauen auf ihrem Lebens- und Glaubensweg. Besonders am Herzen liegt uns, den Schatz unserer christlichen Frauentradition für die Spiritualität der Frauen von heute zu heben.

Internationaler Frauentag 2018



Donnerstag, 8. März 2018, 8 – 18 Uhr

Internationaler Frauentag 2018 – Rathaus in Bürgerinnenhand

8 – 18 Uhr: Wechselnde Informationsstände

Regensburger Frauenverbände und -organisationen präsentieren ihre Angebote im Bürger- und Verwaltungszentrum

9 – 16.30 Uhr: Buntes Programm

Frauenfrühstück in der Kantine des Neuen Rathauses, Vorträge, Workshops, Lesungen ... (z. B. „Gender in Kinderbüchern“, „Achtsamkeit im Alltag – Selbstfürsorge und Balance“, „Karriereplanung“, „Frauenpolitik“ und ...) Ein bunter Reigen an Informationen!

Donnerstag, 8. März 2018, 19 Uhr

Empfang der SPD-Landtagsfraktion

Die BayernSPD-Landtagsfraktion lädt in den Andreasstadel ein. Ab 19.30 Uhr wird der Film „Die göttliche Ordnung“ gezeigt.

Donnerstag, 8. März 2018, 19.30 Uhr

Öffentliche Feier im Gewerkschaftshaus

„Zunahme des Antifeminismus im Spiegel der extremen Rechten und der bürgerlich-konservativen Kräfte“
Gewerkschaftshaus, Richard-Wagner-Straße 2

Freitag, 9. März 2018, 9 – 16 Uhr

Feierliche Abschlussveranstaltung der Kampagne „Uns geht’s ums Ganze“



im W1 – Zentrum für junge Kultur Regensburg
Anmeldungen: Marion Schmid, mschmid@popkultur.bayern

Samstag, 10. März 2018, 9 – 16 Uhr

Radikal umdenken! Frauentag zur Care-Ökonomie

Evangelisches Bildungswerk Regensburg e.V.
Ort: EBW, Am Ölberg 2