

Oktober - Programm im Frauen*NachtCafé



07. Oktober
Mittwoch
Ab 18:00

Flamingo e.V. stellt sich vor **Info-Veranstaltung im Frauen*NachtCafé**

Flamingo e.V. ist ein Zusammenschluss von politisch engagierten und aktivistische Frauen* aus unterschiedlichen Bereichen der Unterstützungsarbeit für geflüchtete Frauen* und Kinder. Sie beraten im gesundheitlichen Bereich zu alternativen Heilmethoden, aber auch zu Schwangerschaft und in Rechtsfragen.

Anmeldung gerne persönlich, telefonisch oder per Mail.

10. Oktober
Samstag
19:00 – 21:00

Finissage: **Frau Turtur in der Unsinnlichkeit**

Frau Turtur ist 27, lebt in Marburg und bringt mit Hilfe kleiner Charaktere Emotionen zu Papier. Zwischen Kreide, Aquarell und Gekritzeln erschafft Sie Momentaufnahmen kleiner Frauen*, beschäftigt sich mit Sexismus, dem damit verbundenen Leid, schrecklichen Beziehungen, Diversität, Sorgearbeit, Depression und dem Wiederauferstehen nach der Tristesse.

Selflove is resistance.



14. Oktober **Gemeinsam sind wir stark!**
Mittwoch **Gesprächsrunde über unsere Ressourcen und Stärken**
19:00 – 21:00 **Veranstaltung im Rahmen der Woche der seelischen Gesundheit**

Mit verschiedenen Übungen wollen wir zusammen unsere Stärken und Ressourcen (wieder) entdecken, uns darüber austauschen, was uns in Krisensituationen hilft und welche weiteren Kraftquellen wir uns wünschen würden.

Anmeldung gerne persönlich, telefonisch oder per Mail.

30. Oktober **Gesprächsrunde: Stress besser begegnen**
Freitag
19:00 – 20:00 Was stresst Euch und warum? Was macht Stress mit Euch und wie wirkt sich das auf euer Leben und eure Gesundheit aus? Ist Stress immer schlimm oder gibt es auch guten Stress? Was hilft Euch im Umgang damit? Und gibt es auch Strategien, damit Stress gar nicht erst aufkommt?

Anmeldung gerne persönlich, telefonisch oder per Mail.

Wir freuen uns auf Euch!

*Frauen*NachtCafé – für Frauen*, Trans* & Inter**

Mareschstraße 14, 12055 Berlin-Neukölln

Falls nicht anders angegeben, sind alle Angebote kostenfrei, anonym und ohne Voranmeldung. Das WC ist leider nicht barrierearm.