

Einladung zum Frauen*-Kraft-Nachmittag: Ich bestimme SELBST! für Frauen* mit und ohne Behinderung

Beim Verein Ninlil arbeiten Beraterinnen mit und ohne Behinderung.

Wir unterstützen Frauen* dabei, ihr Leben möglichst selbstbestimmt frei von Gewalt zu leben. Im Workshop schaffen wir einen Ort, an dem wir uns wohlfühlen, und machen uns auf die Suche nach unseren Stärken.



- Welche Stärken haben wir schon?
- Welche können wir neu entdecken?

Wir tanken Kraft und reden darüber, wie wir unser Leben selbstbestimmter gestalten können.

Denn wir bei Ninlil wissen, dass Selbstbestimmung auch gegen Gewalt wirkt!

Zum Schluss entspannen wir gemeinsam mit Übungen aus dem Kraft -Rucksack-Buch (www.kraft-rucksack.at).

Wann?

Am Mittwoch, den 1. Februar 2023

von 15.00 bis 19.00 Uhr

Wo?

In der VHS Simmering

Gottschalkgasse 10

1110 Wien

Kosten

Die Teilnahme ist kostenlos

Für Wen?

Frauen* mit und ohne Behinderung

Anmeldung:

Bitte melden Sie sich für den Workshop an.

E-Mail: simmering@vhs.at

Telefon: 01 89174 111 000

Internet: <https://www.vhs.at/de/k/281637982>

Dieser Workshop ist eine gemeinsame Veranstaltung von der Volkshochschule Simmering und von Ninlil.



Der Verein Ninlil wird finanziert von:

