

Aktiv, motiviert, gesund!

Samstag, 14. März 2009 · 14.00 – 18.00 Uhr



**Landratsamt
altes Gebäude
Dubinaweg 1
Senftenberg**

Infostände

- Arbeitgeberservice der Agentur für Arbeit und Jobcenter Cottbus; regionale Arbeitsplatzangebote und Bewerbungsmappencheck!
- Arbeitslosenverband Deutschland Landesverband Brandenburg – Mehrgenerationenhaus „Ilse“, Großräschen
- Deutsche Rentenversicherung Bund
- DGB Südbrandenburg
- DRK-Geschäftsstelle Senftenberg, Mutter-Kind-Kuren
- Europanorat Wirtschaftsakademie
- Familienladen Senftenberg
- Fraueninitiative „Gleich und Berechtigt“ e. V. (Frauen zentrum, MädchenBude, REKOSI, JuFo-Zentrum)
- Frauen- und Kinderschutzhaus Lauchhammer
- Jugendamt, Landkreis Oberspreewald-Lausitz
- Mehrgenerationenhaus Lauchhammer KooperationsAnstiftung e. V.
- Mini-Job-Zentrale, Cottbus
- Netzwerk Gesunde Kinder, Landkreis Oberspreewald-Lausitz
- Pro Kids – Klinikum Niederlausitz
- Reformhaus Fritsche, Senftenberg
- Seniorenbeauftragte, Landkreis Oberspreewald-Lausitz
- Servicestelle Arbeitswelt und Elternzeit des Ministeriums für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Familie und der Lasa Brandenburg GmbH
- Unsere Welt, eine Welt e. V., Senftenberg
- Wirtschafts-, Entwicklungs- und Qualifizierungsgesellschaft mbH Lauchhammer,

Catering

Kaffee und Kuchen vom Landhof Drochow
Herzhaftes aus aller Welt – Unsere Welt, eine Welt e. V.

Veranstalterinnen

Unterstützt
vom Landkreis
Oberspreewald-
Lausitz



Nachfragen an:

**Netzwerk Chancengleichheit
Fraueninitiative „Gleich und Berechtigt“ e. V.**
Manuela Krengel
Alte Gartenstr. 24, 01979 Lauchhammer
Tel. 03574 464658, Fax 03574 4603914

**Landkreis Oberspreewald-Lausitz
Behinderten- und Gleichstellungsbeauftragte**
Carola Wolschke
Dubinaweg 1, 01968 Senftenberg
Tel. 03573 8701031

Veranstaltungsort und -zeit:

Landratsamt, altes Gebäude
Dubinaweg 1, 01968 Senftenberg

Samstag, 14. März 2009
14.00 Uhr – 18.00 Uhr

**Der Besuch der Infobörse für Frauen ist
kostenfrei.**

Weitere Informationen:

www.infoboersen-fuer-frauen.de

Servicebüro:

c/o neues handeln GmbH
Lindenstraße 20
50674 Köln

Tel. 0221 16082-32

Fax 0221 16082-24

E-Mail mail@infoboersen-fuer-frauen.de

Veranstaltet von:

**Netzwerk Chancengleichheit
des Landkreises Oberspreewald-Lausitz**

Initiiert und unterstützt von:



**Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend**



Vorwort

Liebe Frauen,

jährlich werden Sie im Rahmen der Brandenburgischen Frauenwoche zu unterschiedlichen politischen, kulturellen und Bildungsveranstaltungen eingeladen. In diesem Jahr wollen wir einen Teil dieser vielfältigen Angebote unseres Landkreises unter dem Thema „Aktiv, motiviert, gesund!“ an einem Tag gemeinsam präsentieren.

Wie informiert sind Sie über ihre Rentenvorsorge, was sagt Ihnen der Begriff „Minijob“ oder haben Sie schon einmal eine Stilberatung für sich in Anspruch genommen? Auf der Infobörse können Sie sich informieren, beraten lassen, aktiv einbringen und einen angenehmen Nachmittag verbringen. In einer Talkrunde berichten Frauen aus ihrem täglichen Leben, von Erfolgen und von ganz normalen Schwierigkeiten. Lassen Sie sich anstecken von neuen Ideen, nutzen Sie die Angebote oder frischen Sie alte Bekanntschaften auf. Sie und auch Ihre Familie sind sehr herzlich eingeladen. Für das leibliche Wohl ist gesorgt und Beschäftigung für Ihre Kinder ist ebenfalls vorhanden.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Ihre VeranstalterInnen



„Gleiche Chancen von Frauen und Männern sind ein Ziel, das wir nur gemeinsam erreichen können. Auf dem Weg dahin brauchen wir das Engagement des Staates, der Wirtschaft, der Gesellschaft, aber auch von uns. Ich möchte Sie daher ermutigen, auch in Ihrer Region eine Infobörse zu organisieren oder zu besuchen.“

Ursula von der Leyen
Bundesministerin für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

PROGRAMM

Großer Saal

Moderation des Nachmittags

Anke Blumenthal, Moderation

Musikalische Begrüßung

Ingrid Christgen, Saxophon

Delia Patru, Querflöte

14.00 Uhr Grußwort

Titus Faustmann, Beigeordneter des Landkreises Oberspreewald-Lausitz

Manuela Krengel, Vorsitzende der Fraueninitiative Gleich und Berechtigt e. V.

14.15 Uhr Bauchtanz

Heiderose Branny, Djunazad Orientalischer Tanz

15.30 Uhr Talkrunde

„Aktiv, motiviert, gesund“

Was macht Frauen stark?!

Vier Powerfrauen stehen Rede und Antwort!
Elke Löwe, Beigeordnete der Stadt Senftenberg

Elke Jurisch, Unternehmensberaterin und Verhaltenstrainerin

Renate Fritsche, Unternehmerin und Stadtverordnete, Reformhaus Fritsche

Simone Weber, Geschäftsführerin des Klinikum Niederlausitz

Moderiert von Anke Blumenthal

Für die kleinen Gäste

● **Betreute Bastelstraße für Kinder**
Verein Unsere Welt, eine Welt e. V.

● **Angebot für Technikfreaks**
Fred Hocker, Jugend- forsch- Zentrum Lauchhammer.

● **Und vieles mehr!**

Vorträge · Raum 2

14.30 Uhr „Gut vorgesorgt ist gut versorgt?“

Babypause, Minijob, Scheidung, Riester... umfassende Informationen zu diesen und anderen Themen

Helge Birkigt, Deutsche Rentenversicherung

16.15 Uhr „Ausgebrannt? – Nicht mit mir!“

Dr. Ramona Stettmisch, Fachärztin für Psychiatrie/Psychotherapie

16.45 Uhr Infos rund um den Mini-Job

N.N., Minijobzentrale, Bundesknappschaft

17.30 Uhr Mammographie-Screening – was ist das?

Dr. Klaus Karich, Facharzt für Radiologische Diagnostik, Senftenberg

Im Anschluss an die Vorträge stehen die Expertinnen und Experten für Fragen zur Verfügung.

Gesundheitsinsel

Krankenkassen der Region
Heiderose Branny, Entspannungsübungen leicht gemacht

Karla Luhan, Messung der Stressbelastung durch ein Ein-Kanal-EKG, Rathaus-Apotheke

Ullrich Raschke, Prof. Gurke & Co., RBT-Zentrum für Ernährungsberatung
Anja Lenz, Krankenschwester

Alles rund um den Kompressionsstrumpf, Sanitätshaus Dietrich

Workshops · Raum 1

14.30 Uhr bis 16.30 Uhr Stilberatung & Bewerbungsfotos

Giesela Duy, Dozentin, Trainerin und Fotostudio Schröder

17.00 Uhr bis 18.00 Uhr Schnupperkurse Yoga

Ruth Kanis, Medinatural, Lauchhammer

