



**PVSSY PoRTAL -
Ausstellung und Kunstaktion von Ruth Maria Katharina Jung**
Das begehbare Kunstwerk PVSSY PoRTAL macht uns unser Tor zur Welt, die Vulva, auf sinnlich-künstlerische Weise erfahr- und erlebbar, mit Selfie-Station. Dazu präsentiere ich neue Malereien der Reihe Weibsbilder erstmalig auf dem Frauenfestival. Herzliche Einladung zur überraschenden Begegnung - auch mit dir selbst!

WORKSHOPS

CIRCLE MUSIC RELEASE

Eine musikalische Mitmach-Reise mit kraftvollen Mantrien und einfachen Liedern im Kreis (Circle). Dazu werden kleine Einheiten mit Bewegung/ Körperarbeit angeleitet, die Anspannungen lösen (Release) und uns zu einem feineren Gewahrsein unseres Körpers bringen können.
– Nicole Schweitzer

DIE KUNST DES ZUHÖRENS

„Zuhören. Jemandem sein Ohr schenken. Konzentriert und unabgelenkt. Das ist wirklich ein Geschenk. Eins, nach dem sich fast jeder sehnt. Doch aufmerksame Zuhörer sind oft schwer zu finden.“ (Verfasser unbekannt)
– Christine Wanjura

DIE KRAFT UNSERER AHNINNEN

Auf ganz unterschiedliche Weise können wir unsere Ahninnen um Rat, um Schutz und um Antworten auf unsere Lebensfragen bitten.
– Eva-Marie Ratius

FEEL THE RHYTHM

Mit Stimme und Rhythmus in Bewegung sein, den Flow erleben. – Christine Kukula

FELDENKRAISSEQUENZ

„Zusammenhang Kiefergelenk und Hüftgelenk“ - Erlebe die transformative Kraft der Feldenkrais-Methode – Verena Harig

SO GELINGT DIR JEDES GESPRÄCH

7 Schritte, wie du jeden Dialog zu einem erfolgreichen Ergebnis führst. – Anne-Kathrin Koch

HEILSAMES SCHREIBEN

Du bekommst Impulse, um mit Leichtigkeit und Freude zu schreiben. Du wirst überrascht sein, wie sich schon nach wenigen Minuten deine Gedanken klären und dein Blick weitet.
– Kirsten Dier

INTUITIVES BEMALEN DEINES PERSÖNLICHEN KRAFTSTEINES

Eine Körperwahrnehmungsübung und meditative Harfenmusik führen dich in deine Mitte, um der Stimme deiner Seele zu lauschen.
– Stephanie Petersen

KRAFTQUELLE HERZ - HERZWOHL STÄRKEN

In diesem Workshop lade ich Dich ein, Dich mit Deinem Herzen und damit Deiner Gesundheit zu verbinden und beides zu stärken. – Angela Neuer

MÄRCHEN „DIE SCHÖNE WASSILISSA UND BABA JAGA“ & MAGISCHE PUPPENHERSTELLUNG

Märchen hören und eigene Zauberpuppe herstellen – Erika Maizi

SCHOSSRAUMZEIT - ein erstes Rendezvous

In diesem Workshop lade ich Dich behutsam zu einer Entdeckungsreise zu Deinem Schoßraum ein, die Quelle Deines urweiblichen Seins. Alle Frauen sind willkommen! – Silvia Büttner

Bücher- und Kleiderflohmarkt

Wir freuen uns auf ein Stöbern in Büchern, das Anprobieren von Kleidern, uns schick machen, Neues finden sich von Überflüssigem befreien.



**FRAUENMANTEL -
FRAU IM ZENTRUM E.V.**



5. SAARLÄNDISCHES FRAUENFESTIVAL „FRIEDEN LEBEN“

am 8. September 2024 - an und in der Scheune Neuhaus - ab 11:30 Uhr



WEITERE INFORMATIONEN FINDET IHR AUF
UNSERER INTERNETSEITE
www.frauenmantel-ev.de
Frauenmantel - Frau im Zentrum e.V.
Schenkelbergstr. 22 | 66119 Saarbrücken
mail@frauenmantel-ev.de



PROGRAMM

Liebe Frauen, wir laden euch sehr herzlich ein zum

5. SAARLÄNDISCHEN FRAUENFESTIVAL

an und in der Scheune Neuhaus.

Wir feiern unter dem Motto:

„FRIEDEN LEBEN“

Mit **Workshops** drinnen und draußen und mit leckeren Speisen und Getränken laden wir zum Verweilen, Netzwerken und Genießen ein.

Lasst euch von den verschiedenen Themen inspirieren, knüpft Kontakte, kommt ins Gespräch und sammelt Anregungen.

Dieses Jahr mit einem **Flohmarkt** mit **Büchern** von **Autorinnen** und **Kleidern**, an dem ihr euch gerne beteiligen könnt.

Unser Verein „Frauenmantel-Frau im Zentrum e.V.“ schafft Räume und Zeiten, in denen Frauen ihre Ressourcen stärken, sich selbst und andere wertschätzen können, um kraftvoll als selbstbewusste Frauen in ihrem Alltag zu agieren.

Wir freuen uns auf viele Frauen, die mit uns gemeinsam diesen Tag feiern und genießen, ob mit oder ohne Workshop.
Eure Frauen vom „Frauenmantel-Frau im Zentrum e.V.“

Schirmfrau Ministerpräsidentin Anke Rehlinger

11:30 Uhr Ankommen

12:00 Uhr Begrüßung Frau Staatssekretärin Bettina Altesleben, Ministerium für Arbeit, Soziales, Frauen und Gesundheit - anschließend ein gemeinsames Ritual

12:30 - 18:00 Uhr Bücher- und Kleiderflohmarkt

12:45 - 13:45 Uhr Workshops

13:45 - 14:45 Uhr Relaxen, Gespräche und Essen

15:00 - 16:00 Uhr Workshops

16:15 - 17:15 Uhr Workshops

17:30 Uhr **Gemeinsames Abschlussritual** mit Andrea Michel
Anschließend **geselliges Zusammensein ums Feuer** mit gemeinsamem Singen begleitet von Marion Ritz-Valentin

Kosten:

Eintritt ohne Workshop:	10 € / 8 € Mitfrau
Eintritt + 1 Workshop:	20 € / 15 € Mitfrau
Zusätzlicher Workshop:	8 € / 6 € Mitfrau

Kleiderflohmarkt

Jede Frau, die Kleidung verkaufen möchte, kann sich vor dem Festival eine PDF-Vorlage von unserer Website herunterladen, diese Zettel werden an der Kleidung befestigt. Den Verkauf organisieren wir.
Mehr Infos unter: www.frauenmantel-ev.de

Anmeldung und Organisation:

Keine Anmeldung erforderlich.

Die Workshops können ab 11:30 Uhr am Festivaltag vor Ort reserviert werden.

Ort: Scheune Neuhaus, 66115 Saarbrücken, an der L259

Öffentliche Anfahrt: Saarbahn bis „Heinrichshaus“, von dort sind es 3,3 km zu Fuß.

