

Workshop

Selbstverteidigung

Immer wieder gibt es unangenehme Situationen mit Menschen, in denen es uns schwerfällt einzuschätzen, ob wir in Gefahr sind. Wir werden unsicher in unserem Verhalten, vor allem wenn es sich hierbei um eine uns bekannte Person oder mehrere Personen handelt. Wie signalisiere ich meinem Gegenüber, dass ich zwar nett bin, aber jederzeit dazu in der Lage, mich zu verteidigen? Wie überwinde ich die Hemmschwelle, mich zu wehren, wenn ich angegriffen werde? Handle ich in Notwehr, wenn ich zuerst zuschlage? Konflikte erkennen und rechtzeitig gegensteuern kann in fast 90% der Fälle helfen vorzubeugen. In jedem Alter gibt es Möglichkeiten, sich zu wehren und so Selbstsicherheit zu erlangen.

Referent:

Manfred Grabinski, Justizvollzugsbeamter und Selbstverteidigungs-Experte

Veranstaltungsort:

Pfarrheim Mariä Lichtmess
Friedrich-Lekve-Str.7
31135 Hildesheim-Drispstedt

Termin:

18. August 2018
08:30 Uhr Stehkafee
12:30 Uhr Mittagsimbiss
16:00 Uhr Ende des Workshops

Kosten:

KAB-Mitglieder: 5 € (plus 15 € Kursgebühr)
Gäste: 7 € (plus 15 € Kursgebühr)

Hinweis:

Die Teilnahme ist auf 12 Personen begrenzt

Anmeldeschluss: 1. August 2018

Workshop

Heilkräuter – Rezepte nach Hildegard von Bingen.

Eine Ernährungsweise die schon seit dem Mittelalter zur Stärkung der Gesundheit und zur Linderung von Beschwerden eingesetzt wird. Bis heute hat sie an Aktualität nichts verloren. Viele Menschen besinnen sich auf alte Hausmittel ziehen Kräuter im Garten oder auf der Fensterbank. Die „chemische Keule“ wird all zu oft eingesetzt mit verheerenden Folgen für unsere Gesundheit. Auch in der Natur zeigen sich immer öfter die Auswirkungen von Antibiotika und Co. Deshalb wollen wir heimische Kräuter und ihre Anwendungsmöglichkeiten neu entdecken und ausprobieren. Unter anderem werden wir Tee für die Wintertage zusammenstellen und Salbe für kosmetische Zwecke mischen.

Referentin: Christiane Nusche

Veranstaltungstermin und -ort:

20. Oktober 2018, 9:30 bis ca. 15:00 Uhr

Pfarrheim Mariä Lichtmess, Friedrich-Lekve-Str. 7,
31135 Hildesheim-Drispstedt

Kosten (zuzüglich Materialkosten):

9 € Anfallende Materialkosten werden mit der Kursleiterin abgerechnet (+ Mittagsimbiss)

Hinweis:

Die Teilnahme ist auf 12 Personen begrenzt

Anmeldeschluss: 10. Oktober 2018

KONTAKT

KAB Diözesanverband Hildesheim

Domhof 18-21
31134 Hildesheim

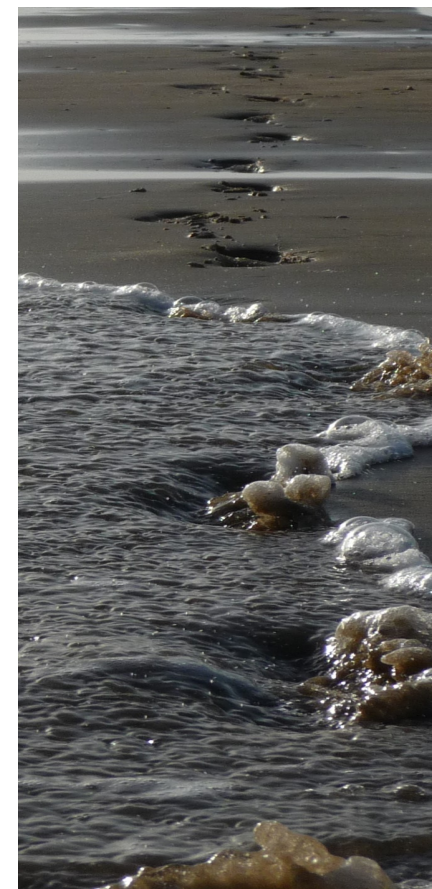
Telefon 05121 307448

E-Mail kab@bistum-hildesheim.de

Website www.kab-hildesheim.de



**KAB Diözesanverband
Hildesheim**



**Diözesanfrauentage
2018**

Vorwort

Liebe KAB-Frauen, liebe Gäste,

„Ein Mann ist keine Altersvorsorge“

Durch verschiedene Lebensumstände ist es immer wichtiger, dass Frauen für die Arbeit, die sie leisten, angemessen bezahlt werden. Sie tragen in Deutschland trotz Erwerbsarbeit am wenigsten zum Familiengeld bei, da sie ihre Arbeitszeiten häufig zugunsten der Familie reduzieren. Frauen, die sich von ihrem Mann unabhängig machen, mussten erleben, dass sie im Rentenalter auf Almosen vom Staat angewiesen sind, obwohl sie ihr Leben lang gearbeitet, sich um die Kinder, Haus und Eltern gekümmert haben. Der Lohn für ihre Lebensleistung, die Rente, reicht nicht, so dass oft der entwürdigende Gang zum Sozialamt als Ausweg bleibt. Dies ist ungerecht und nicht hinnehmbar. Wir von der KAB setzen uns für eine solidarische und sozial gerechte Zukunft der Arbeitsgesellschaft ein. Alle Formen von Arbeit – seien es die Familien, die ehrenamtliche, oder die Erwerbsarbeit – sind für das soziale Leben gleichermaßen unerlässlich und wertvoll. Diese Arbeit von Frauen muss angemessen anerkannt werden, sodass die Frauen im Alter ein auskömmliches Leben führen können. Ein frauengerechteres Familien- und Berufsleben muss durch Politik und Gesellschaft geschaffen werden.

Liebe Frauen, es wäre schön, wenn Ihr durch Euer Mittun und Dabeisein die Arbeit der KAB für ein besseres Leben für Alle unterstützt.

Silvia Scharfenberg

Stellv. Diözesanvorsitzende

Equal Pay Day

Transparenz gewinnt...

... so lautet das Thema des diesjährigen Equal Pay Days. Auch dieses Mal werden wir, die Sozial- und Frauenverbände (KAB, KOLPING, KFD und SKF), wieder eine Aktion in Hildesheim durchführen.

Hundert einflussreiche Top-Managerinnen wurden zum Jahreswechsel laut dem Manager Magazin deutscher Unternehmer vorgestellt, die inzwischen der Forderung der Politik, mehr Aufsichtsratsposten mit Frauen zu besetzen, nachgekommen sind und so 29% von geforderten 30% erreichten. Auf der Vorstandsebene, dort wo die tägliche Führungsarbeit stattfindet, sind nur 6% Frauen vertreten. Diese wenigen Vorstandsmitglieder bekommen allerdings nur 70 Prozent des Gehalts ihrer männlichen Kollegen. Dies ist nur ein Beispiel in dem klar wird: Von Geschlechterparität kann noch lange keine Rede sein. So sind es weiter die Frauen, in deren Geldbörsen die roten Zahlen überwiegen. Auch in diesem Jahr werden wir mit helfen, den Druck zu erhöhen und uns mit einer Aktion für die Gleichstellung von Frauen und Männern einsetzen.

Veranstaltungstermin und Treffpunkt:

Samstag, der 17.03.2018, 11:00 Uhr bis 13:00 Uhr
Andreasstraße/Ecke Hoher Weg, zwischen Modehaus H&M und Reformhaus Bacher.

Hinweis:

Bitte unterstützt unsere Aktion wieder, indem Ihr ein rotes Bekleidungsstück tragt.

Frauenwochenende

„Wasser ist Leben“

Es ist immer verfügbar, sobald wir den Wasserhahn aufdrehen. Wasser ist ein Menschenrecht; es gehört allen und ist Lebensmittel Nr. 1. Allerdings wird es zunehmend zum Wirtschaftsfaktor, das Geschäft damit boomt. Immer öfter werden Quellengebiete, wie zum Beispiel in Afrika, aufgekauft und privatisiert. „Water grabbing“ nennt sich diese perfide Vorgehensweise, bei der Menschen um ihr sauberes Wasser betrogen werden. In Europa wird das Trinkwasser ständig kontrolliert, um eine gute Qualität zu gewährleisten. Dies ist aber längst nicht überall der Fall, sodass verunreinigtes Trinkwasser täglich viele Todesopfer nach sich zieht. Deutschlandweit verbrauchen wir täglich 120l Wasser pro Person.

Hintergründe und Fakten zum Thema Wasser sollen aufzeigen, welche Folgen unser Ernährungs- und Konsumverhalten hat und wie wir mit unserer elementaren Ressource umgehen (sollten).

Veranstaltungsort:

Exerzitien- und Gästehaus Kloster Marienrode, auf dem Gutshof, 31139 Hildesheim

Termin:

Fr., 4. Mai 2018 bis So., 6. Mai 2018

Leitung: Silvia Scharfenberg

Referent: Mechthild Hartmann-Schäfers, Referentin der Stiftung ZASS

Kosten:

KAB-Mitglieder: 115,00 €, Gäste: 125,00 €

Anmeldeschluss: 20. April 2018