

# Konzept des Frauenzentrums FRAUEN-ZIMMER GOETHESTRASSE

## 1. Selbstverständnis und Ziele

Das Frauenzentrum FRAUEN-ZIMMER GOETHESTRASSE wurde 1979 von frauenpolitisch engagierten Frauen gegründet, um einen dauerhaften, geschützten Ort zum Ideen-Austausch unter Frauen und zur Unterstützung benachteiligter Frauen anbieten zu können.

Das FZ ist heute eine niedrighschwellige Anlaufstelle für Frauen jeden Alters und aller Kulturen. Es versteht sich immer noch als geschützter Raum für Frauen.

**Das FZ ist politisch, weltanschaulich und religiös unabhängig.**

Im FZ wird von Beginn an unbezahlte ehrenamtliche Arbeit „von Frauen für Frauen“ geleistet, sowohl in der Einzelberatung, in der Arbeit mit Gruppen als auch in Organisation und Verwaltung unserer **sozialen Einrichtung**. Das Leitungsteam entscheidet im -> Plenum.

**Unser Motto des FZ lautet : „Reden – Informieren – Stärken“.**

**Unsere Ziele sind, die soziale, seelische und physische Gesundheit von Frauen zu fördern und der Isolierung und Vereinsamung entgegen zu wirken.**

Zur Erreichung dieser Ziele gewähren wir unseren Gruppen Freiräume zum Reden und Diskutieren und zur Selbstfindung. Frauen in sozialen oder psychischen Krisensituationen finden bei uns Rat, Begleitung und Gemeinschaft. Viele entdecken neue Wege für sich. So gestärkt übernehmen sie Selbstverantwortung und bauen neues Selbstbewusstsein auf.

Ab 2020 planen wir engeren Kontakt zu Schülerinnen und jüngeren Frauen aufzunehmen und mit ihnen ins Gespräch zu kommen, um gegenseitiges Verständnis unter den Generationen aufzubauen und die Möglichkeiten gemeinsamer Vorhaben zu erkunden.

## **2. Zielgruppen**

Das FZ ist prinzipiell für alle Frauen jeden Alters und aus allen Kulturen offen. Es hat sich in 40 Jahren entwickelt zur Anlaufstelle für viele Frauen.

- 1. Alleinlebende, Witwen, Geschiedene und Rentnerinnen**  
finden neue soziale Kontakte, Freundschaften entstehen, Geselligkeit wird gepflegt
  
- 2. Frauen in sozialen, psychischen oder gesundheitlichen Krisensituationen**  
bieten wir eine Anlaufstelle zum Austausch und zur gegenseitigen Stärkung. Sie erhalten auch praktische Unterstützung bei Behördengängen, Informationen über Therapien und Begleitung zu weiteren Beratungsstellen.
  
- 3. Neubürgerinnen aus anderen Orten oder Bundesländern sowie aus verschiedensten Nationen aus aller Welt**  
finden im FZ Kontakt und Austausch mit anderen Frauen. Es gibt individuelle Patenschaften mit Sprachunterstützung und gemeinsame Teilnahme an kulturellen Angeboten
  
- 4. Erwerbslose und arbeitssuchende Frauen**  
erhalten Informationen und Unterstützung in ihrer aktuellen Situation durch eine erfahrene Fachfrau  
( neues Angebot ab 14. Januar 2020 )
  
- 5. Stadtteilmütter / Frauen mit Migrationshintergrund**  
erhalten Informationen und Austausch zur Stärkung der Integration und gegenseitiger Wertschätzung durch eine erfahrene Fachfrau  
( neues Angebot ab 10. Januar 2020 )
  
- 6. Schülerinnen und jüngere Frauen**  
Kontakt geplant für den Aufbau eines Generationendialogs  
( z. B. Stadtjugendring, Mädchentreff Rote Zora, Kinder- und Jugendbüro, Geschäftsbereich Schule, Jugend, Gleichstellungsreferat)

### **3. Leitungsteam – Fachfrauen**

1. Team-Treffen finden im FZ einmal zu Anfang eines Monats in Form eines **Plenums** statt. Das Plenum ist ein demokratisches Entscheidungsgremium. Es besteht überwiegend aus den Gruppenleiterinnen und ist offen für interessierte Nutzerinnen.
2. Im Plenum werden Erfahrungen aus den Gruppen besprochen, neue Angebote geplant oder von engagierten Frauen vorgeschlagen, Veranstaltungen organisiert, Referentinnen eingeladen, über Zusammenarbeit im Netzwerk beraten.
3. Hier wird auch über unsere Finanzen entschieden.
4. Die Arbeit der verschiedenen Gruppen und die Beratung in Einzelgesprächen werden fachlich begleitet von

**ausgebildeten Gesundheitsberaterinnen  
Pädagoginnen  
einer Sozialpädagogin  
einer erfahrenen Arbeitslosenberaterin  
einer Pädagogin, die die Stadtteilmütter betreut**

#### 4. Regelmäßige Angebote

1. Für neue soziale Kontakte und Austausch :

- Offene Treffs** ( wöchentlich, jeden Montag u. Donnerstag, 15-17 Uhr )
- Sonntags-Frühstück** (monatl., 2. Sonntag im Monat, 10-12 Uhr)
- Singkreis** (monatl., 3. Samstag im Monat, 15-17 Uhr)
- Spiele-Nachmittage** (2. u. 4. Mittwoch im Monat, 15-17 Uhr)  
(4. Sonntag im Monat, 14.30 – 17 Uhr)
- Handarbeitsgruppe** (monatl. , 1. Dienstag im Monat, 15-17 Uhr)

2. Für Frauen aus anderen Kulturen zur Stärkung der Integration :

- Treffen und Austausch im Internationalen Frauenforum** (monatl., 3. Mittwoch im Monat, 15-17 Uhr )
- Lese-Café** (monatl., 1. Mittwoch, 15-17 Uhr)
- Treffen der Stadtteilmütter** (wöchentlich, jeden Freitag, 10-12 Uhr )

3. Dialog zwischen den Generationen ( Generationsdialog ):

- Erzähl-Café - ( seit 2004 - 130 Veranstaltungen )**  
**aktuelle Themen für Jung und Alt** (monatl., 3. Dienstag, 18-20 Uhr)  
( z. B. Thema „Gesundheit“, ab 1/2020 )

**Kooperationen mit dem Stadtjugendring, mit den Geschäftsbereichen Schule und Jugend, mit dem Gleichstellungsreferat** sind geplant ab 2020  
( z. B. Themen „Digitalisierung ( Junge unterstützen Ältere), “Klimaschutz“-Aktionen)

4. Gesundheit – seelische, körperliche und soziale Gesundheit:

- Gesprächskreis : „Frauen finden sich“** (wöchentl., jeden Donnerstag  
-in Gesprächen der eigenen Persönlichkeit (9-12 Uhr)  
auf die Spur kommen und neue  
Sichtweisen gewinnen

**Gesprächskreis zur „Selbsterkenntnis und Spiritualität“** - in der Gruppe die eigenen Stärken entdecken und zu neuem Bewusstsein gelangen (2.+4. Dienstag, 16-18 Uhr)

**Vorträge zum Thema „Gesundheit“** z. B. Erzähl-Café 2020 (3. Dienstag im Monat, 18-20 Uhr)

**Entspannung für Frauen** (4. Samstag im Monat, 15-17 Uhr)

**Gemeinsame Fahrrad-Touren** (ab Frühjahr 2020, selbst organisiert oder in Kooperation mit dem ADFC)

5. Politische Bildung : Information und Diskussion über aktuelle politische Themen

**Kommunaler Stammtisch „Irmela Hammelstein“** (monatl. 1. Sonntag, 10-12.30 Uhr)

6. Einblick in Literatur und Geschichte

**Literaturkreis** (jeden Freitag, 15-17 Uhr)

**Poesie-Café** (monatl. 1. Samstag 15-17 Uhr)

**Historische Frauen-Kostüm-Gruppe** (monatl. 3. Samstag 15-17 Uhr)  
Frauen-Biografien und Mode ihrer Zeit

7. Weiterbildung

**English conversational group** (monatl. 4. Donnerstag, 18.30-20 Uhr)  
Englischkenntnisse auffrischen

**Computer-Kurse für Frauen** (Beginn : 2020)  
Word, Excel, Power-Point

**Smartphone-Schulung für Frauen** (Beginn : 2020)  
unter Anleitung einer jungen Referentin  
( siehe 3. – Generationendialog )

## **5. Netzwerk**

Das Frauenzentrum FRAUEN-ZIMMER GOETHESTRASSE arbeitet mit zahlreichen unterschiedlichen Institutionen zusammen:

- Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Wolfsburg
- 8. März-Bündnis
- Bildungsbüro der Stadt Wolfsburg
- KISS ( Kontaktstelle für Selbsthilfe )
- Frauenhaus Wolfsburg
- Dialog e. V.
- Rote Zora ( Mädchen-Treff )
- ProFamilia
- Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft
- Suchtberatungsstellen
- AWO Wolfsburg
- DRK Ortsverband Wolfsburg
- Ortsrat Stadt Mitte
- Familienservice der Stadt ( lagert Spiel- und Beschäftigungsmaterial im Keller )
- Musikschule
- BUND
- ADFC