



Julia Onken
Schweizerin, Jahrgang 1944
Dipl. Psychologin
Psychotherapeutin
Autorin*

Julia Onken

Vortrag

Mittwoch | 10. März

Die Kunst des Älterwerdens

Wenn die Schatten länger werden, ist es Zeit, inne zu halten und sich Gedanken über das eigene Leben zu machen. In unserer Gesellschaft ist es gerade für Frauen eine große Herausforderung, sich erhabenen Hauptes mit den Veränderungen und dem Prozess des Älterwerdens auseinanderzusetzen, um nicht die Flucht in die Vergangenheit anzutreten und dem Jugendlichkeitswahn zu verfallen.

Wer jedoch begreift, dass es dabei vor allem darum geht, sich von vergangenen Vorstellungen zu lösen und alte Themen loszulassen, wird Raum für ein neues und erfüllendes Bewusstsein schaffen. Schließlich ist der Horizont weiter als wir sehen können.

*Bücher

Herrin im eigenen Haus
Feuerzeichen Frau
Eigentlich ist alles schief gegangen
Zurück ins Gleichgewicht
Altweibersommer

Netzwerk Frauen und Gesundheit

Kontakt über:
Bereich Gleichstellung der Stadt Oberhausen
Ebertplatz 4 | 46045 Oberhausen
Telefon (0208) 82 52 050
gleichstellungsstelle@oberhausen.de

Veranstalterinnen

Bereich Gleichstellung der Stadt Oberhausen
Tanja Nößler

Ev. Familien- und Erwachsenenbildungswerk
Ute Schroer-Wülbeck

Frauenberatungsstelle
Alice Hiltner-Gebauer

Kath. Familienbildungsstelle
Andrea Marganski

pro familia
Dr. Christine Gathmann

Regionale Arbeitsstelle Zuwanderung
Saniye Özkaya



LUST
STATT
FRÜST

Frauen und Älterwerden
Eine Veranstaltungsreihe zum Thema

März 2010



Auftaktveranstaltung | Sonntag | 7. März

ab 11.30 Uhr

Sonntagsmatinee

Französisches Frühstück, Büchertisch

Lichtburg-Foyer

Elsässer Straße 26 | 46045 Oberhausen

12.15 Uhr

Die Herbstzeitlosen

Eine charmante, warmherzige Komödie zum Thema. Ohne belehrenden Zeigefinger lässt uns die junge Schweizer Regisseurin Bettina Oberli erleben, wie Alter auch sein kann. Ein schöner Werbefilm für ein glückliches Altern.

Gloria Kino

Elsässer Straße 26 | 46045 Oberhausen

Eintritt EUR 3,-

Mittwoch | 10. März

19.00 Uhr

Die Kunst des Älterwerdens

Vortrag von Julia Onken

Gemeindehaus der Christuskirche

Nohlstraße 2-4 | 46045 Oberhausen

Einlass 18.30 Uhr



Donnerstag | 11. März

ca. 10.00 Uhr

Studienfahrt zum Beginenhof in Essen

Gemeinsame Fahrt zu diesem generationsübergreifenden Wohnprojekt für Frauen und Kinder. Besichtigung des Beginenhofes und anschließende Gesprächsrunde mit einigen Bewohnerinnen über das Konzept und den Lebensalltag.

*Nähere Informationen bei der **erforderlichen** Anmeldung
Katholische Familienbildungsstätte*

Telefon (0208) 85 99 650

Gebühr EUR 5,-

Dienstag | 16. März

18.00 Uhr

Sexualität im Alter

**Vortrag mit Gespräch
von Dr. Christine Gathmann**

Die Sexualität gehört lebenslang zum Menschsein. Gerade durch die Verknüpfung von Sexualität mit Jugendlichkeit und Schönheit ist es schwer, mit den Veränderungen im Alter – sowohl des weiblichen Körpers als auch der sexuellen Lust – umzugehen und vor allem darüber zu sprechen. Dieser Abend kann Gelegenheit dazu bieten und Anregungen für neue persönliche Entdeckungen enthalten.

pro familia

Bismarckstraße 3 | 46047 Oberhausen

Mittwoch | 24. März

20.00 Uhr

Das süße Brot des Lebens

**Lesung zum Thema in Kooperation mit den
»Salon Löwinnen«**

Von der überraschenden Leichtigkeit des Alters erzählen eine »unwürdige Greisin«, eine »Dame in Blau« und die »Klatschmohnfrau«.

Restaurant Gdanska

Am Altmarkt 3 | 46045 Oberhausen

Eintritt frei

Mittwoch | 31. März

10.00 Uhr

Altwerden in fremder Heimat

Gesprächskreis für Migrantinnen in türkischer Sprache

**Anavatan (yabancı vatan) da Yaşlanmak
Göçmen kadınlar için Psikolog Meral Renz ve Saniye
Özkaya ile Türkçe toplantı**

Göçmenlerin çoğu Türkiye ile Almanya arasında mekik dokuyorlar. Yabancı olmak, köklerimiz, bir yere ait olmak duyguları ve geri dönmek rüyaları zaman içinde değişiyorlar mı? Nerede ve nasıl yaşlanmak istiyorum? Sorulara birlikte cevap bulacağız.

Kayıt için Saniye Özkaya

Regionale Arbeitsstelle Zuwanderung

Mülheimer Straße 200 | 46045 Oberhausen

Telefon (0208) 305 760 18