

FRAUEN 2018

März



Veranstaltungen rund um
den Internationalen Frauentag
in Wiede (Ruhr)



Ihr kostengünstiger Stromversorger vor Ort:

GEMEINDEWERKE WICKEDE (RUHR) GMBH



Bahnhofstraße 2
58739 Wickedede

Internet: www.gwwickede.de
E-Mail: info@gwwickede.de

Telefon (0 23 77) **581**

Telefax (0 23 77) 58 38

Störungsdienst nach Dienstschluss:
(0 23 73) **75 90**



BÜRGER STUBEN

Ihr Restaurant im Herzen von Wickedede (Ruhr)

KIRCHSTR. 4
58739 WICKEDE
TELEFON: 0 23 77 - 8 96 99 72

Liebe Frauen in Wickede (Ruhr) und Umgebung,

wir begrüßen Sie herzlich zum Frauenmärz 2018. Auch für dieses Jahr setzen sich kreative Frauen, Frauengruppen, Vereine und weitere Partner dieser aktiven Tage



zur Information und Begegnungstage dafür ein, interessante und vielseitige Veranstaltungen anzubieten.

Kabarett oder Kino, persönliches Wohlbefinden oder Technikwissen, die Zahl der Einladungen und die Auswahl gemeinsamer Erlebnisse ist wieder einmal groß.

Für dieses große Engagement möchten wir allen Mitwirkenden schon im Voraus ein herzliches Danke sagen. Durch Ihren Einsatz und mit jeder individuellen Veranstaltung bisher und in 2018 ist der „Wickeder Frauen-März“ die beliebte Treffpunktreihe geworden, als die sie heute weit über die Grenzen des Kreises Soest bekannt ist.

Der gute Zuspruch zeigt einmal mehr, dass interessierte, tatkräftige und aufgeschlossene Frauen in Wickede (Ruhr) eine starke und wichtige Kraft für das soziale Leben in unserer Gemeinde sind, der wir viele Impulse verdanken. Miteinander (noch mehr) ins Gespräch zu kommen, auch dazu möchte der Frauenmärz beitragen.

Wir laden Sie ein, Ihre Wahl aus unserem Angebot zu treffen. Natürlich können es – je nach Plätzen und Charakter des Angebotes – auch mehrere Veranstaltungen sein. Denn Ihre Teilnahme ist es, die zum Erfolg des Frauen-März 2018 führt.

Beim Lesen der Broschüre wünschen wir Ihnen viel Vorfreude. Wir freuen uns sehr darauf, Sie bei den Veranstaltungen zu sehen. Ihre

Dorothea Behme

Gleichstellungsbeauftragte der Gemeinde Wickede (Ruhr)

Gertrud Martin

1. stv. Bürgermeisterin

Ellinor Schilling

2. stv. Bürgermeisterin

Impressum

Gemeinde Wickede (Ruhr) · Gleichstellungsbeauftragte · Dorothea Behme (V.i.S.d.P.)
Telefon: 0 23 77 - 915 164 · Fax: 0 23 77 - 915 178 · E-Mail: d.behme@wickede.de

www.wickede.de

Foto: Kreis Soest / Weinstock

Veranstaltungen rund um den internationalen Frauentag im Frauen-März 2018:

Donnerstag	01. März 2018	Herstellen einer Handcreme
Freitag	02. März 2018	Weltgebetstag der Frauen
Samstag	03. März 2018	Frauenfrühstück – Märchen und andere Geschichten
Montag	05. März 2018	Power Workout – Runter vom Sofa ...
Dienstag	06. März 2018	Funktionelle Fitness
Dienstag	06. März 2018	H I I T = High intensity intervall training
Mittwoch	07. März 2018	Stricken & Häkeln für Anfänger
Mittwoch	07. März 2018	Kraft + Step
Donnerstag	08. März 2018	Änne von Drüppelingsen - Kabarett
Sonntag	11. März 2018	Fastenessen
Montag	12. März 2018	Power Workout – Runter vom Sofa ...
Montag	12. März 2018	Hidden Figures – Unbekannte Heldinnen
Dienstag	13. März 2018	Funktionelle Fitness
Dienstag	13. März 2018	H I I T = High intensity intervall training
Mittwoch	14. März 2018	Wir basteln Osternschmuck
Mittwoch	14. März 2018	Kraft + Step
Freitag	16. März 2018	Buchfaltkunst in der BiB
Samstag	17. März 2018	Dreifaltigkeitsprovinz
Montag	19. März 2018	Power Workout – Runter vom Sofa ...
Dienstag	20. März 2018	Herstellung eines Haarshampoos
Dienstag	20. März 2018	Funktionelle Fitness
Dienstag	20. März 2018	H I I T = High intensity intervall training
Mittwoch	21. März 2018	Die Weiblichkeit im Yoga
Mittwoch	21. März 2018	Kraft + Step
Donnerstag	22. März 2018	Kfz-Technik für Alle
Freitag	23. März 2018	Kräuterführung an den Ruhrwiesen ...
Freitag	23. März 2018	Fit im Straßenverkehr
Samstag	24. März 2018	Kräuterführung an den Ruhrwiesen ...
Montag	26. März 2018	Haarverlängerung / Haarverdichtung

Gemeinsame Veranstaltung der Gleichstellungsbeauftragten im Kreis Soest:

Zur gemeinsamen Veranstaltung anlässlich des Internationalen Frauentages laden die Gleichstellungsbeauftragten im Kreis Soest herzlich an:



Samstag, 10. März 2018

19.00 Uhr

Tagungs- und Kongresszentrum

(Eichendorfstraße 2, Bad Sassendorf)

Wir beginnen mit einem gemeinsamen Umtrunk, bei dem Sie die Möglichkeit zum Austausch mit den Gleichstellungsbeauftragten und untereinander haben.

Nach einem Impulsvortrag der Equal-Pay-Beraterin **Beate Kneer** zum Thema „**Entgeltgleichheit**“ erwartet Sie:

Simone Solga: „Das gibt Ärger“

Die Kanzlersouffleuse rechnet endgültig mit ihrer Arbeitgeberin ab, denn was Berlin mit Deutschland macht, das haut den stärksten Gaul um.

VVK: 18,60 € · Abendkasse 19,90 €

Vorverkaufsstellen:

Gäste-Information Bad Sassendorf, Tel. 02921-5014811,
Hellweg Ticket sowie alle Sparkassen im Kreis Soest



Siehe auch Broschüre Internationaler Frauentag Kreis Soest.

Donnerstag, 01. März 2018
19.00 Uhr

Herstellung einer Handcreme



Sie stellen unter fachlicher Anleitung eine pflegende Handcreme nach unserer bewährten Rezeptur selbst her.

Lernen Sie die verschiedenen Herstellungsprozesse wie Wiegen, Mischen, Dokumentieren und Etikettieren kennen.

Abgefüllt in Tuben nehmen Sie diese Pflege für Ihre Hände anschließend mit nach Hause.

Veranstaltungsort: Ruhr-Apotheke, Hauptstraße 73, 58739 Wiede (Ruhr)

Veranstalter: Ruhr-Apotheke

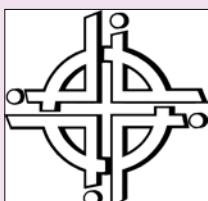
Ansprechpartnerin: Martina Brennecke · Tel.: 02377-3700

E-Mail: ruhr-apotheke-wickede@t-online.de

Sonstiges: Kostenbeitrag: EUR 6,00

Anmeldung erforderlich, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist

Freitag, 02. März 2018 · **Weltgebetstag der Frauen 2018**
17.00 Uhr



Der Weltgebetstag der Frauen wird in diesem Jahr von Frauen aus Surinam vorbereitet. Das Thema des Wortgottesdienstes ist:

„Gottes Schöpfung ist sehr gut!“

Diese Aussage der Frauen aus Surinam trifft uns direkt und unvermittelt und lädt uns zum Nachdenken ein. Frauen aus fünf christlichen Konfessionen haben den Gottesdienst erarbeitet und die Gebete, Lieder und Texte werden am 02. März rund um den Globus wandern.

Die gesammelte Kollekte unterstützt weltweit Frauen- und Mädchenprojekte.



Anschließend Einladung ins Martin-Luther-Haus zum Austausch bei Tee und Keksen.

Veranstaltungsort: Ev. Christuskirche, Jahnstraße, 58739 Wiede (Ruhr)

Veranstalter: Kooperation der katholischen und evangelischen Frauengemeinschaften von Wiede (Ruhr) und der Steyler Missionsschwestern

Ansprechpartnerin: Evangelische Frauenhilfe · Inge Gabrecht · Tel.: 02377 - 2481

Evangelische Kirchengemeinde · Tel.: 02377 - 3153

E-Mail: gemeindebuero@ev-wickede.de

**Samstag, 03. März 2018 · Frauenfrühstück
9.30 Uhr**

Märchen und andere Geschichten

Auch in diesem Jahr lädt die Kolpingfamilie Wickede (Ruhr) wieder alle interessierten Frauen zu einem ausgiebigen Frühstücksbuffet ein. Im Anschluss daran erzählt Frau Magdalena Janotte

„Märchen und andere Geschichten“

über starke, pfiffige und wichtige Frauen rund um die Welt.



Veranstaltungsort: Martin-Luther-Haus, Viebahnstraße 13a, 58739 Wickede (Ruhr)

Veranstalter: Kolpingfamilie Wickede (Ruhr)

Ansprechpartnerinnen: Maria Helmig · Telefon: 02377-2489
Bettina Hannig · Telefon: 02377-7250

Referentin: Magdalena Janotte

Sonstiges: Kosten EUR 8,00 einschl. Frühstück

Anmeldung: umgehend, da die Veranstaltung schnell ausgebucht ist

Montag, 05. März 2018 · „Power Workout“

19.00 Uhr

Runter vom Sofa und ab in die Sporthalle

Cardiotraining (Aerobic / Step / Kantaera) · Kraftausdauer (ohne / mit Geräten und dem Köpereigengewicht) · Workout für den gesamten Körper im Intervallmodus · dein PowerHouse optimieren für eine gesunde Körperhaltung.

Haben wir Dein Interesse geweckt? – Komm vorbei, wir freuen uns auf Dich!



Veranstaltungsort: Sporthalle Melanchthonschule, Friedhofstraße 4, 58739 Wickede (Ruhr)

Weitere Termine: **am 12. März 2018 und am 19. März 2018**

Veranstalter: TV Wickede (Ruhr)

Kursleitung: Annika Taugs

Ansprechpartnerin: Annika Taugs

Sonstiges: Bitte Getränke, Handtuch, Sportsachen und feste Sportschuhe mitbringen.

Achtung: Grundfitness sollte vorhanden sein!

**Dienstag, 06. März 2018 · „Funktionelle Fitness“
19.00 Uhr Effektives Ganzkörpertraining für Jede**

Es wird immer wichtiger, Sport als Ausgleich zum Alltag und Beruf zu betreiben. Die Inhalte moderner Funktionsgymnastik können heute als die Basis vieler Sportprogramme angesehen werden und bieten effektives Ganzkörpertraining.

Der Kurs ist für JEDER geeignet. Das präventive Workout findet mal mit Geräten wie z.B. Aerosteps, Thrabänder, Hanteln, Redondobällen, Flexibars, Brazils oder andere Geräte mit körpereigenem Gewicht statt. Besonders Wert wird auf haltungsgerechte Ausführung der Übung gelegt. Dehnung und Entspannung mit alters- und niveauabhängigen Belastungsformen sind Ziel des Trainings.



Kommt vorbei - wir freuen uns auf Euch!

Veranstaltungsort: Gerken-Sporthalle Spiegelsaal, Hövelstraße 6, 58739 Wickede (Ruhr)

Weitere Termine: am 13. März 2018 und am 20. März 2018

Veranstalter: TV Wickede (Ruhr)

Kursleitung: Laura Taugs

Ansprechpartnerin: Laura Taugs

**Sonstiges: Bitte Getränke, Handtuch, Sportkleidung und feste Sportschuhe mitbringen.
Für Einsteiger geeignet!**

**Dienstag, 06. März 2018 · „HIIT“
20.00 Uhr = High intensity intervall training**

Du powerst dich gerne aus? Dann komm zu unserem neuen Bodyforming Kurs. Bei unseren HIT Kurs ist die Halle trotz des schweißtreibenden, schnellen Trainings immer voll. HIIT – setzt auf kurze intensive Übungsintervalle.

In knackigen Trainingseinheiten gehst Du im Wechsel mit sehr kurzen Erholungsphasen voll an Deine Grenzen. Deine Muskeln werden viel schneller gestärkt und Fett wird eher abgebaut als mit moderaten Workouts. Dieses funktionelle Ganzkörpertraining eignet sich für Einsteiger und Fortgeschrittene mit ein wenig Grundfitness und Jede, die Spaß an einem intensiven Workout hat.

Haben wir Dich neugierig gemacht, dann komm vorbei, wir freuen uns!

Veranstaltungsort: Gerken-Sporthalle Spiegelsaal, Hövelstraße 6, 58739 Wickede (Ruhr)

Weitere Termine: am 13. März 2018 und am 20. März 2018

Veranstalter: TV Wickede (Ruhr)

Kursleitung: Iris Thiergarten

Ansprechpartnerin: Iris Thiergarten

**Sonstiges: Bitte reichlich Wasser, Handtuch und feste Sportschuhe mitbringen.
Achtung: Grundfitness sollte vorhanden sein.**



Wir steuern das!

Wir setzen unser Wissen und unsere Erfahrungen zu Ihrem Vorteil ein und erstellen Ihre

Einkommensteuererklärung

bei Einkünften ausschließlich aus nichtselbstständiger Arbeit, Renten und Versorgungsbezügen. Nur im Rahmen einer Mitgliedschaft.

**Unsere Beratungsstellenleiterin
Gabriela Kimpel
ist gerne für Sie da!**

Beratungsstelle: Gabriela Kimpel

Hövelstraße 14 · 58739 Wickede (Ruhr)
Telefon: (0 23 77) 78 65 68
Gabriela.Kimpel@vlh.de



(kostenloses) **Info-Telefon 0800-181 76 16** • info@vlh.de // www.vlh.de

Thurau



Markus Thurau

- Hauptstraße 13
58739 Wickede
☎ 02377/2841
www.thurau.org
- Kfz-Meister-Fachbetrieb
 - Reifendienst • Unfallinstandsetzung
 - Haupt- und Abgasuntersuchung
 - Elektronik-Computer-Fahrzeugdiagnose

Mittwoch, 07. März 2018 · Stricken & Häkeln für Anfänger

18.00 - 20.00 Uhr



Handarbeiten ist gut für Körper und Seele. Es fördert die Konzentration, regt die Kreativität an und macht sowohl allein, als auch in Gesellschaft Spaß. Schon mit wenigen Grundlagen lassen sich die verschiedensten Projekte realisieren.

In unserem Kurs „Stricken & Häkeln für Anfänger“ können die Teilnehmerinnen selbst entscheiden, ob sie lieber stricken oder häkeln lernen möchten. Anleitungen

zu beiden Handarbeitstechniken können nach Kursende mitgenommen werden. Das Niveau wird auf jede Teilnehmerin angepasst, weshalb die Teilnehmerzahl begrenzt ist. Wer noch Strick- oder Häkelnadeln zu Hause hat oder Wolle, die Sie schon immer mal verarbeiten wollten, kann diese ebenfalls mitbringen. Es besteht aber auch die Möglichkeit passende Materialien direkt vor Ort zu kaufen. (Achtung: nicht jede Wolle passt zu jeder Nadel! Wer sich unsicher ist, kann nach Anmeldung gerne bei uns im Geschäft nachfragen und sich beraten lassen).

Veranstaltungsort: Ladenlokal von Spielwaren und mehr... Reinke,
Kirchstraße 17, 58739 Wickede (Ruhr)

Veranstalter: Reinke - überraschend vielseitig!

Ansprechpartnerin: Corinna Reinke · Telefon: 02377 - 2187 · E-Mail: reinke.shop@gmx.de

Kosten: EUR 5,00

Sonstiges: Anmeldung unbedingt erforderlich

Mittwoch, 07. März 2018 · „Kraft + Step“

19.00 Uhr

Eine runde Stunde Stepaerobic oder auch mal Fitness mit und ohne andere Kleingeräte.

Für Einsteiger geeignet.



Veranstaltungsort: Sporthalle Melanchthonschule, Friedhofstraße 4, 58739 Wickede (Ruhr)

Weitere Termine: **am 14. März 2018 und am 21. März 2018**

Veranstalter: TV Wickede (Ruhr)

Kursleitung: Annika Taugs

Ansprechpartnerin: Annika Taugs

Sonstiges: Bitte Getränke, Handtuch und feste Sportschuhe mitbringen.

Zum Internationalen Frauentag freuen wir uns auf einen Abend mit „Änne aus Dröpplingen“. Der heimischen Gleichstellungsbeauftragten und den stellvertretenden Bürgermeisterinnen ist es gelungen, die mittlerweile aus dem Fernsehen bekannte Komikerin „Änne aus Dröpplingen“ nach Wickede zu holen.



Am Internationalen Frauentag wird Änne ihr Gehwälchen munter über die Bühne des Bürgerhauses schieben. „Nur das Beste!“ lautet der Titel. Ein Mix aus ihren beiden Programmen sowie neue Geschichten aus Ännes Alltag.

In der Kunstfigur steckt Monika Badtke aus Iserlohn. 2012 gewann sie mit „Änne“ einen WDR-Publikumspreis und ist durch ihre TV-Auftritte mittlerweile in ganz NRW bekannt. Als fidele Rentnerin präsentiert sie ihrem Publikum ein Feuerwerk an witzigen Geschichten. Publikumsnah, mit Pointen Schlag auf Schlag.

Ihr Ziel: Lachsalven beim Publikum! Ob kleine Bühnen, große Säle, bisher hat es noch immer geklappt. Dass es dabei hin und wieder ein wenig schlüpferig zugeht, ist typisch für „Änne“. Sie hat nicht nur das Herz auf dem rechten Fleck.

Zu dieser Veranstaltung laden die Gleichstellungsbeauftragte der Gemeinde Wickede (Ruhr) und die stellvertretenden Bürgermeisterinnen im Rahmen des Frauen-Märzes ein.



Veranstaltungsort: Bürgerhaus, Kirchstraße 4, 58739 Wickede (Ruhr)

Veranstalter: Gleichstellungsstelle Wickede (Ruhr) und die Stv. Bürgermeisterinnen

Ansprechpartnerin: Dorothea Behme · Telefon: 02377-915 164 · E-Mail: d.behme@wickede.de

Sonstiges: Eintritt: EUR 8,00

Einlass: ab 18.30 Uhr

Kartenvorverkauf: Bürgerbüro im Rathaus, Hauptstraße 81, 58739 Wickede (Ruhr)

Bücherei im Bahnhof, Bahnhofstraße 2, 58739 Wickede (Ruhr)

**Sonntag, 11. März 2018 · Fastenessen
12.00 Uhr**

„Wir essen heute gemeinsam, damit andere satt werden“.

Unter diesem Motto lädt der Eine-Welt-Kreis um 12.00 Uhr im Martin-Luther-Haus zum Fastenessen ein. Der Erlös ist für Schwester Irene Rother von den Steyler Missionsschwestern in Brasilien bestimmt. Gleichzeitig werden nach dem Fastenessen fair gehandelte Waren wie Kaffee, Tee, Honig, getrocknete Mangos, Schokolade und Kunstgewerbeartikel aus der sogenannten „Dritten Welt“ zum Kauf angeboten. Der Reinerlös kommt ebenfalls Schwester Irene Rother zugute.



Veranstaltungsort: Martin-Luther-Haus, Viebahnstraße 13a, 58739 Wiede (Ruhr)

Veranstalter: Eine-Welt-Kreis

Ansprechpartnerinnen: Maria Helmig · Telefon: 02377-2489

Kath. Pfarramt · Telefon: 02377-2377

Sonstiges: Kosten: Kartoffelcremesuppe mit Einlage: EUR 5,50

Milchreis: EUR 2,50

Anmeldung bis zum 08. März 2018

Reinke
überraschend vielseitig!



Kirchstr. 17, 58739 Wiede (Ruhr)
Tel: 02377-2187
E-Mail: reinke.shop@gmx.de
www.reinke-shop.de

auf das gesamte
Wollsortiment

zum Frauenmärz 2018
gilt nicht für bereits reduzierte Garne

Spielwaren, Handarbeiten, Kurzwaren, Fahrradzubehör
Fahrradwerkstatt, Schreibwaren, Bücher, Goldankauf
Ballondekorationen, Reinigungsannahme, UPS-Access-Point

**Montag, 12. März 2018
19.30 Uhr**

**· „Hidden Figures – Unbekannte Heldinnen“
Kino mit Flair**

Der auf wahren Ereignissen beruhende Film führt uns mitten hinein in den kalten Krieg im Jahre 1962. Die USA und die Sowjetunion kämpfen intensiv auch um die Vorherrschaft im Weltall.

KINO mit FLAIR

Als John Glenn als erster US-Astronaut die Erde umkreist, werden die Ingenieure der NASA überschwänglich gefeiert. Verschwiegen wird aber, dass dieser großartige Erfolg nicht zuletzt auf die Leistungen unbekannter Heldinnen zurückzuführen ist. So sorgt auch ein Team von drei schwarzen Mathematikerinnen mit neuen bahnbrechenden Forschungen dafür, dass die Weltraum-Mission glanzvoll verläuft.

Diesen drei afro-amerikanischen Frauen ist dieser Spielfilm gewidmet. Denn während in den USA intensive Rassenkonflikte tobten und von einer Gleichberechtigung der Geschlechter keine Rede sein kann, entwickelt das Trio – unbeachtet von der Öffentlichkeit und unter nicht gerade wertschätzenden Bedingungen – seine visionären Lösungsansätze. Diese leidenschaftliche Hommage des Regisseurs Theodore Melfi an drei herausragenden Frauen führt eindrucksvoll und überzeugend Geschlechter- und Rassenklischees ad absurdum.

Auch für Männer absolut sehenswert! Zu diesem Kinoabend laden die VHS mit der Gemeinde Wickede (Ruhr) und der Kolpingfamilie im Rahmen des Frauen-Märzes ein.



Veranstaltungsort: Bürgerhaus, Kirchstraße 4, 58739 Wickede (Ruhr)
Veranstalter: VHS Werl-Wickede-Ense, Gemeinde Wickede (Ruhr) und Kolpingfamilie
Ansprechpartnerin: Susanne Modler · Telefon: 02377 - 915 119 · E-Mail: s.modler@wickede.de
Heidi Bertels · Telefon: 02377 - 6172 · E-Mail: heidi-bertels@gmx.de
Eintritt: 5,00 €
Kartenvorverkauf: VHS Geschäftsstelle Werl, Kirchplatz 5, 59457 Werl
Bürgerbüro im Rathaus, Hauptstraße 81, 58739 Wickede (Ruhr)
Bücherei im Bahnhof BiB, Bahnhofstraße 2, 58739 Wickede (Ruhr)

**Mittwoch, 14. März 2018 · Wir basteln Osterschmuck
19.00 Uhr**



Unter Anleitung von Monika Bartmann werden wir kreativ und basteln gemeinsam Osterschmuck.

Veranstaltungsort: Bürgerhaus (Raum: Gut Scheda), Kirchstraße 4, 58739 Wiede (Ruhr)
Veranstalter: Kfd St. Antonius Wiede (Ruhr)
Kursleitung: Monika Bartmann
Ansprechpartnerin: Hildegard Gerk · Tel.: 02377 - 7634 · Handy: 0152-371 85 117
E-Mail: hilde.gerk@unitybox.de
Kosten: Umlage der Materialkosten
Sonstiges: Anmeldung erforderlich, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.
Schere, Klebe etc. ist mitzubringen.

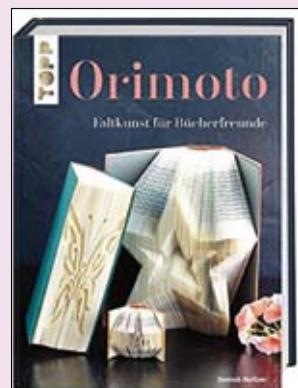
**Freitag 16. März 2018 · Buchfaltkunst in der BiB
18.00 Uhr**

Orimoto „Buch-Origami“, das ist die Kunst, Bücher zu falten (japanisch oru = Falten, moto = Buch).

Mithilfe wohlgezielter Eselsohren entstehen elegante Dekorationsgegenstände. Dreidimensionale Objekte aus Buchseiten, die unter Anleitung in der Bücherei im Bahnhof gefertigt werden.

Orimoto, das sind verblüffende, einzigartige Geschenke zu großen Jubiläen, das perfekte Geschenk zur Taufe oder für ein Brautpaar.

Jeder, der Bücher liebt, findet hier Buchkunst, die begeistert!



Veranstaltungsort: BiB - Bücherei im Bahnhof, Bahnhofstraße 2, 58739 Wiede (Ruhr)
Veranstalter: Team Bücherei im Bahnhof
Ansprechpartnerin: Elena Feldbusch · Tel.: 02377 - 787373 · E-Mail: buecherei@wiede.de
Kosten: 3,00 €
Sonstiges: Anmeldung in der BiB, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.

Samstag, 17. März 2018
15.00 Uhr

Dreifaltigkeitsprovinz
Steyler Missionsschwestern in Deutschland



Im Rahmen des Wickeder „Frauen-März 2018“ sprechen Sr. Aneta Kolodziejczyk und Mitschwestern über die Dreifaltigkeitsprovinz der Steyler Missionsschwestern, Dienerinnen des Heiligen Geistes.

Zu diesem Power-Point-Vortrag und anschließendem Austausch bei Kaffee und Kuchen laden die Steyler Missionsschwestern in Wimbern herzlich in ihr Kloster ein.

Anmeldung erbeten bis Montag, 12. März 2018.

Veranstaltungsort: Heilig-Geist-Kloster, Mendener Straße 26, 58739 Wickedede-Wimbern

Veranstaltet von: Steyler Missionsschwestern

Ansprechpartnerin: Schwester Regina Agnes · Tel.: 02377 - 926 221

E-Mail: regina_agnes@online.de

Schwester Aneta Kolodziejczyk · Tel.: 02377 - 926 100

Schwester Aneta Kolodziejczyk und Mitschwestern

Referentin:

Sonstiges: Spende für Kaffee und Kuchen



INH.: LINDA KALDE
POSTFACH 11 22
58731 WICKEDE (RUHR)

HANDY: 0171 - 2 66 67 98

*...fahr mit
-WIX
passiert Dir nix!*

- Kranken-, Dialyse- und Bestrahlungsfahrten
- Großraumtaxi bis 8 Personen
- Transport von bis zu 4 Rollstühlen

02377 - 2324

**Dienstag, 20. März 2018 · Herstellung eines Haarshampoos
19.00 Uhr**



Stellen Sie unter fachlicher Anleitung ein pflegendes Haarshampoo nach unserer bewährten Rezeptur her.

Lernen Sie die verschiedenen Herstellungsprozesse wie Wiegen, Mischen, Dokumentieren und Etikettieren kennen.

Anschließend nehmen Sie diese Schönheitspflege für Ihr Haar mit nach Hause.

Veranstaltungsort: Löwen-Apotheke, Kirchstraße 16, 58739 Wiede (Ruhr)

Veranstalter: Löwen-Apotheke

Ansprechpartnerin: A. Harnischmacher · Tel.: 02377-910120

E-Mail: info@loewen-apotheke-wickede.de

Sonstiges:

Kostenbeitrag: EUR 8,00

Anmeldung erforderlich, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist

**Mittwoch, 21. März 2018 · Die Weiblichkeit im Yoga
18.30 Uhr**



Yoga aus dem Blickwinkel der neuen Weiblichkeit zu sehen, ist eine Möglichkeit, dass Frauen einen achtsamen Umgang mit sich selbst erfahren können. Durch spezielle Körper- und Atemübungen werden Gelenke und Muskeln gekräftigt, sodass ein harmonischer, selbstbewusster Umgang mit dem eigenen Körper erzielt werden kann.

Veranstaltungsort: Pfarrheim Echthausen, Kirchplatz 2
58739 Wiede (Ruhr)

Veranstalter: Diakonie in der ev. Kirchengemeinde Wiede,
Caritas-Konferenz St. Antonius und Caritas-Konferenz St. Vinzenz

Ansprechpartnerin: Lydia Münstermann · Tel.: 02377 - 7172
E-Mail: lydia.muenstermann@gmx.de

Referentin: Christa Brockmöller

Kosten: Es wird eine Spende z. G. sozialer Projekte der Veranstalter gebeten

Sonstiges: Anmeldung: bis zum 17. März 2018

Teilnehmerinnen: bis zu 13 Frauen

Mit zu bringen sind: bequeme Kleidung, dicke Socken, ein kleines Kissen, eine Decke und evtl. eine Matte.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.



An diesem unterhaltsamen und informativen Abend geht es ums Auto. Folgende Themen werden besprochen:

- Reifen – eine runde Sache
- Scheinwerfer – im rechten Licht
- Bremsen – schneller Halt
- Stoßdämpfer – good Vibration
- Sicherheitsequipment – auf Nummer sicher
- Kindersitz – Baby an Bord
- Beladung – gut gesichert
- HU /AU – für Ihre Sicherheit
- Airbags und Gurtstraffer – fester Halt
- Reifencheck – unter Druck
- Kühlwasser – keep cool
- Scheibenwischwasser – saubere Sicht



- Öl-Check – wie geschmiert
- Batterie – unter Strom
- Scheibenwischer – klare Sicht
- Abschleppen – Spannung halten
- Warnweste – nicht zu übersehen
- Unfallset – Orientierung behalten
- Kopfstütze und Sitz – auf die Einstellung kommt es an

Was heißt eigentlich zum Beispiel:

ABS • AKEK • AKSE • DSP • ESP • GPS • OBD • PA • PDC • RDS ...

Auf Wunsch Check am eigenen Fahrzeug unter Anleitung von Markus Thurau.

Batterie: Ältere Stromspender sind den erhöhten Anforderungen des Winters oft nicht gewachsen. Achten Sie darauf, dass Batteriegehäuse und –kontakte sauber und trocken sind, um Kriechströme zu vermeiden.

Keilriemen: Hier entscheidet die Spannung über den richtigen Antrieb des Generators, der für ausreichende Batterieladung sorgt. Ist diese zu lasch, rutscht der Riemen beim Kaltstart immer wieder kreischend durch. Da hilft nur Nachspannen oder ein Austausch.

Reifen: Profiltiefe und Fülldruck lassen sich leicht selbst kontrollieren.

Beleuchtung: Überprüfung der korrekten Einstellung von Scheinwerfer und Leuchtweiterregulierung.

Motoröl: Ölstand Kontrolle. Welches Öl für welches Auto ?

Waschwasserfrostschutz: Winterkonzentrate vertragen sich nicht immer mit dem Scheibenreiniger für den Sommer.

Kühlwasser: Bei einem wassergekühlten Motor unbedingt den Kühlwasserstand kontrollieren, um schwere Schäden durch Überhitzung zu vermeiden und Frostschäden zu verhindern.

Veranstaltungsort: Thurau Autofit, Hauptstraße 13, 58739 Wickede (Ruhr)

Veranstalter: Thurau Autofit Kfz-Meisterbetrieb

Ansprechpartner: Markus Thurau · Telefon: 02377-2841 · 0172-9179900
E-Mail: mail@thurau.org

Sonstiges: Anmeldung bis zum 19.03.2018

Freitag, 23. März 2018
15.00 Uhr

• „Kräuterführung“
an den Ruhrwiesen von Wickedede (Ruhr)



Raus aus dem Alltag – rein in die Natur!

Mein Ziel ist es den Menschen die Natur wieder etwas näher zu bringen. Hierbei lege ich meinen Fokus, im Rahmen des Frauen-Märzes, auf die Wildkräuter, die an den Ruhrwiesen und Ruhrfern von Wickedede wachsen.

Ich werde Ihnen etwas über die Erkennungsmerkmale der Pflanzen, deren Heilwirkungen und Anwendungen als auch über deren Mythen und Bräuche mit auf den Weg geben.

Die Führung findet bei jedem Wetter statt.

Veranstaltungsort: Treffpunkt Hauptstraße/Shell Tankstelle – Einmündung Ruhrwiesen

Weitere Termine: **am Samstag 24. März 2018 um 14.00 Uhr**

Veranstalter: Kräuterführung-Sauerland

Ansprechpartnerin: Katrin Honisch · E-Mail: khonisch@web.de

Kosten: 8,00 €

Sonstiges: Anmeldung bitte bis zum 20. März 2018

Gemeinde Wickedede (Ruhr), Dorothea Behme · Tel. 02377 – 915 164

E-Mail: d.behme@wickedede.de

Bitte denken Sie an wetterfeste Kleidung und festes Schuhwerk.

Freitag, 23. März 2018
19.00 Uhr

• „Fit im Straßenverkehr“



Im Rahmen des Frauen-März besuchen wir die Fahrschule Deisting in Wickedede (Ruhr) und lassen uns in Punktum Verkehrsregeln fit machen. Was gibt es Neues aus der StVO?

Wie fahre ich umweltbewusst?

Bin ich fit genug für den Straßenverkehr? Diese und

viele andere Fragen können wir in lockerer Runde mit Herrn Deisting besprechen.



Veranstaltungsort: Fahrschule Deisting, Kirchstraße 30, 58739 Wickedede (Ruhr)

Veranstalter: LandFrauenverband Werl – Wickedede (Ruhr)

Referent: Fahrschule Deisting

Ansprechpartnerin: Margret Eckey · Telefon: 02922 - 2492 · E-Mail: ma.eckey@web.de

Kosten: 5,00 € / Mitglieder im LandFrauenverband frei

Sonstiges: Anmeldungen bis zum 15. März 2018 bei Margret Eckey



Ein großes Thema - Haarverlängerung oder Verdichtung.

Was gibt es für Möglichkeiten?

Welche ist für mich optimal und zudem bezahlbar?

Wie hoch sind die Folgekosten oder geht es auch ohne?

Themen, die wichtig sind, sonst wird es teuer.

Wir beraten und klären auf.

Euer Mattzhair-Team



Veranstaltungsort: Mattzhair for friends, Schmitz Hof 2, 58739 Wickede (Ruhr)

Veranstalter: Mattzhair for friends

Ansprechpartnerinnen: Matthias Vollmer · Telefon: 02377 - 3555 · E-Mail: info@mattzhair.com

Referent: Matthias Vollmer

Kosten: 8,00 € pro Teilnehmer

Sonstiges: Anmeldung: bis zum 20. März 2018 · Teilnehmerinnen: 10

ZERRES

Relaxed
by TONI

CECIL

Street One

Schulte
Mode in Wickede

Kirchstraße 15 · 58739 Wickede (Ruhr)
Telefon: 0 23 77 - 73 57

Im Frauenmärz bei uns:
HOSEN-WOCHEN
Reinschauen lohnt sich!

Aktionszeitraum: 1. - 31.03.2018



BENEFIZKONZERT

Schützenbruderschaft St. Johannes Wickede (Ruhr) - Wiehagen e.V.



LUFTWAFFEN- MUSIKKORPS MÜNSTER

AB 19:30 UHR IM BÜRGERHAUS WICKEDE
EINTRITT 15 EUR | KARTEN BEI BEKANNTEN
VVK-STELLEN UND BEIM VORSTAND

DI
06
MÄRZ