

PRESSEMITTEILUNG

Mettmann, im Januar 2024

An die Presse im Kreis Mettmann

„Frauen finden Worte“ – Ein Schreibworkshop für Frauen

Angebot der SKFM-Frauenberatungsstelle für den Kreis Mettmann

Jede Frau hat ihre eigenen Ressourcen und Stärken, die jedoch im stressigen Alltag oftmals in Vergessenheit geraten. Da bietet das Schreiben eine gute Möglichkeit die Gedanken zu ordnen, Gefühle auszudrücken und näher zu sich selber zu kommen.

Der neue Schreibworkshop des SKFM Mettmann e.V. ermutigt die Teilnehmerinnen, die eigenen Potentiale zu aktivieren und neue Fähigkeiten zu entdecken. Als Einstieg werden wir uns über unsere Lieblingsliteratur austauschen. Anschließend wagen wir uns an kreative, angeleitete Schreibübungen, die Selbsterfahrung ermöglichen, neue Impulse anregen und Ausgangspunkt für gemeinsames Reflektieren sind.

Mit dem Angebot bietet der SKFM den Frauen einen Raum, um sich bewusst Zeit zu nehmen, zu neuen Erkenntnissen zu gelangen und Selbstbewusstsein zu steigern.

Das Angebot startet am Donnerstag, 11.01.2024, und findet an drei Terminen, jeweils von 17:00 - 18:30 Uhr, im SKFM-statt Laden, Neanderstraße 68-72 in 40822 Mettmann, statt.

Anmeldung und weitere Informationen:

SKFM Mettmann e.V.
Allgemeine Frauenberatungsstelle
für den Kreis Mettmann
Tel: 02104 1419-232
Mail: frauenberatung@skfm-mettmann.de

SKFM Mettmann e.V.
Neanderstraße 68-72
40822 Mettmann
Tel. 02104 1419-0
www.skfm-mettmann.de

Anfragen von Journalisten an:
Lilo Löffler
Geschäftsführender Vorstand
Tel. 02104 1419-110
geschaeftsstelle@skfm-mettmann.de

Der SKFM Mettmann e.V. engagiert sich mit aktuell rund 170 Mitarbeiter*innen für Menschen in seelischer oder existentieller Not. Umfassende Hilfen leistet der SKFM im gesamten Kreis Mettmann im Rahmen der Schwangerschafts- und Väterberatung, der Allgemeinen Frauenberatungsstelle sowie im Rahmen der Gewaltschutz-Einrichtungen. Dazu gehören die Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt, die Interventionsstelle gegen häusliche Gewalt, das Frauen- und Kinderschutzhaus sowie Schutzwohnungen für betroffene Frauen. Als Träger des Sozialpsychiatrischen Zentrums (SPZ) für Mettmann, Erkrath und Haan begleitet und unterstützt unser Verein psychisch erkrankte Menschen und deren Angehörige. In Mettmann und Wülfrath fördert der SKFM die Beschäftigung und Qualifizierung Arbeitsloser, führt gesetzliche Betreuungen in seiner Funktion als anerkannter Betreuungsverein sowie Vormundschaften und Pflegschaften für Minderjährige. Zudem unterhält der SKFM Angebote der Frühen Hilfen, wie das Eltern-Café MeKi, und engagiert sich in der Integration und Unterstützung von Flüchtlingsfrauen.