

Veranstaltungen für **FRAUEN** Herbst 2020



Weitere Infos zu allen Veranstaltungen auf www.kokon-frauen.com

September 2020

Dienstag, 01.09.2020, 18:30 Uhr – Pongau & Pinzgau

Start Online-Frauenchat „Die Dienstagsfrauen“ mit Raum für Austausch, Gespräche und Fragen. Der Chat wird von unserer Psychologin Mona Spannberger begleitet.

Der Frauen-Chat findet immer jeden ersten Dienstag im Monat statt. Die jeweiligen Einwahldaten für Zoom finden Sie immer aktuell auf unserer Homepage. Die Teilnahme ist kostenlos.

Freitag, 25.09.2020, 14:30 Uhr – Pongau

Start DIGITAL.Aktiv Mentoring. Die Chance für alle Frauen (Mentorinnen), die ihr digitales Know-how erweitern bzw. auffrischen wollen, um es dann an andere Frauen (Mentees) weiterzugeben. Und ebenso für Frauen (Mentees), die ihre ersten Schritte in die digitale Welt wagen wollen (ohne Vorkenntnisse). Ein Programm von Frauen für Frauen – ohne Berührungsängste und Scheu Fragen zu stellen. Gerade die vergangenen Monate haben gezeigt, wie wichtig das Beherrschen digitaler Angebote und Kommunikation sind.

Die Mentorinnen werden sowohl vor Ort als auch Online geschult, um ihr Wissen dann bei individuellen Terminen an weitere Frauen (Mentees) weiterzugeben. Das Programm dauert gut 2 Monate. Die Teilnahme ist kostenlos und bei Bedarf stellen wir kostenlos ein Tablet zur Verfügung.

Freitag, 25.09.2020 / Samstag 26.09.2020 – Pongau & Pinzgau & Lungau

Start Frauen-Politik-Training „Frauen gestalten: Gesellschaft und Zukunft 2020/21“.

Themen wie Konfliktmanagement, Kommunikation und Medientraining sind Inhalte der 7 Module, die den Weg in den politisch-öffentlichen Alltag ebnen bzw. erleichtern – und auch abseits der Politik gut zu gebrauchen sind.

Das Training findet abwechselnd in St. Johann im Pongau und in Maishofen im Pinzgau statt.

Die Teilnahmegebühr für das gesamte Training beträgt 245,- €

Dienstag, 29.09.2020 von 18:30 bis 20:00 Uhr - Pinzgau

Vortrag „Schlaf und Schlafstörungen – schlafen Frauen anders?“ mit Dr.in Elisabeth Brandauer. Unterschiedlicher Schlaf von Frauen und Männern. Wie klärt man Schlafstörungen ab? Welche Therapiemöglichkeiten gibt es bei Schlafstörungen?

Ort: Pfarrsaal Zell am See, Pfarrgasse 5

Die Teilnahme ist kostenlos

Oktober 2020

Dienstag, 06.10.2020, 18:30 Uhr – Pongau & Pinzgau

Online-Frauenchat „Die Dienstagsfrauen“ mit Raum für Austausch, Gesprächen und Fragen.

Die jeweiligen Einwahldaten für Zoom finden Sie immer aktuell auf unserer Homepage.

Die Teilnahme ist kostenlos

Anmeldungen: info@kokon-frauen.com und 0664 /20 49 151

Veranstaltungen für **FRAUEN** Herbst 2020



Weitere Infos zu allen Veranstaltungen auf www.kokon-frauen.com

Dienstag, 13.10.2020, 18:30 Uhr – Pongau

DIALOG.FRAU – Kurzvorträge und Raum für Austausch, Fragen und Diskussionen zu Themen, die bewegen. Eine Pause vom Alltag, entschleunigen, zuhören, austauschen, gemütlich beisammensitzen und gemeinsam lachen.

Wir starten die Reihe mit dem **Thema „Was ist Frauengesundheit? Der kleine Unterschied und seine Folgen“** mit Mag.a Aline Halhuber-Ahlmann vom Frauengesundheitszentrum Salzburg. Weitere Abende sind für 2021/22 geplant.

Ort: Hilfswerk St. Johann, Hauptstraße 67

Die Teilnahme ist kostenlos

Donnerstag, 22.10.2020 um 19:00 Uhr – Pinzgau

Vortrag und Gesprächsrunde „Ich bin so viele - warum es so schwer ist, bei sich zu bleiben“

mit Mag.a Maria Embacher.

Ort: Bildungszentrum Saalfelden

Die Teilnahme ist kostenlos

November 2020

Dienstag, 03.11.2020, 18:30 Uhr – Pongau & Pinzgau

Online-Frauenchat „Die Dienstagsfrauen“ mit Raum für Austausch, Gesprächen und Fragen.

Die jeweiligen Einwahldaten für Zoom finden Sie immer aktuell auf unserer Homepage.

Die Teilnahme ist kostenlos

Freitag, 20.11.2020, 14:00 bis 20:00 Uhr - Pongau

Tanz-Workshop für Frauen „Tanz aus der Reihe“ – für mehr Bewegung und Lebenslust.

Ort: Physiotherapie-Praxis Hofer, St. Johann i. Pg.

Teilnahmegebühr: 20,- €

Dezember 2020

Dienstag, 01.12.2020, 18:30 Uhr – Pongau & Pinzgau

Online-Frauenchat „Die Dienstagsfrauen“ mit Raum für Austausch, Gesprächen und Fragen.

Die jeweiligen Einwahldaten für Zoom finden Sie immer aktuell auf unserer Homepage.

Die Teilnahme ist kostenlos

Anmeldungen: info@kokon-frauen.com und 0664 /20 49 151