

## Einladung Frauenseminar

<b>Wann:</b>	<b>23.05.2025 bis 25.05.2025</b>	
<b>Wo:</b>	<b>Bildungshaus St. Bernhard An der Ludwigsfeste 50, 76437 Rastatt</b>	
<b>Thema:</b>	<b>Frau. Frei. Selbstbestimmt.</b>	
<b>Referent(in):</b>	<b>Gisela Koop, ehem. Rehaklinik Lindenhof</b>	
<b>Leitung:</b>	<b>Nicole Schlimm-Leyer</b>	
<b>Kosten:</b>	<b>Kreuzbundmitglieder</b>	<b>80,00 €</b>
	<b>Gruppenmitglieder</b>	<b>100,00 €</b>
	<b>Gäste</b>	<b>120,00 €</b>

Liebe Weggefährtinnen, liebe Weggefährten,

zu diesem Seminar laden wir recht herzlich ein. Das Seminar beginnt am Freitagabend um 18:00 Uhr mit dem gemeinsamen Abendessen und endet am Sonntag nach dem Mittagessen um ca. 13:00 Uhr.

Anmeldungen werden entgegengenommen vom 01.03.2025 bis zum 17.03.2025.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt!

Mit freundlichen Grüßen



Bernd Galowski  
1. Vorsitzender

Anmeldungen per E-Mail an [seminare@kreuzbund-dv-freiburg.de](mailto:seminare@kreuzbund-dv-freiburg.de)

## Seminarbeschreibung



„Dass mir ja keine Klagen kommen“ hat Mama früher immer gesagt, wenn du jemand besuchen wolltest. Und heute? Bist du immer lieb und nett und achtest im Alltag genau darauf, dich normkonform zu verhalten? Denn was sollen bloß die anderen denken?

Wir Frauen sind darauf getrimmt, uns anzupassen. Erziehung, überbrachte Glaubenssätze und gesellschaftlicher Druck sorgen dafür, dass uns die Meinung anderer viel wichtiger ist als das, was wir uns selbst wünschen.

Macht uns das zufrieden? Macht uns das glücklich? Warum ist Fremdbestimmung ein Thema?

Wie lernen wir, uns wieder auf uns selbst zu fokussieren, auf unserer inneren Stimme zu hören und selbstbewusst zu werden?

All dies möchten wir in unserem Seminar in Kleingruppen und in Rollenspielen betrachten und lernen.

Diese erlernten Mechanismen können eine dauerhafte Abstinenz sichern. Dies fördert die Weiterentwicklung des Einzelnen und seines Umfeldes, sowohl beruflich als auch privat.

## Anfahrt

	<p>Aus dem Süden kommend die A5 an der Ausfahrt "Rastatt Süd" verlassen. Am Ende der Autobahn-Abfahrt rechts, in Richtung Rastatt abbiegen. Dem Straßenverlauf folgend befindet sich nach fast 5km das Mercedes-Benz-Kundencenter auf der linken Seite. An der darauffolgenden Ampelkreuzung rechts abbiegen. Nach 800m liegt das Bildungshaus St. Bernhard auf der linken Seite.</p> <p>Aus dem Norden kommend die A5 an der Ausfahrt "Rastatt Nord" verlassen. An der großen Ampelanlage geradeaus Richtung Mercedes Benz, auf der Umgehungsstraße durch den Tunnel, danach an der ersten Ampel links abbiegen. Dann immer geradeaus; nach ca. 1,5 km ist auf der linken Seite das Bildungshaus St. Bernhard.</p> <p>Kostenfreie Parkplätze sind im Hof vorhanden. Die Zufahrt zu den Parkplätzen befindet sich in der Zaystraße, zwischen Hausnummer 10 und 12.</p>
	<p>Ab dem Bahnhof Rastatt besteht die Möglichkeit mit dem Taxi, dem Bus oder zu Fuß St. Bernhard zu erreichen.</p> <p>Mit dem Bus 231 Richtung Wintersdorf bis zur Haltestelle "Am Hasenwäldchen", in der Fahrtrichtung des Busses der Zaystraße folgen und nach 50 Meter zur linken Seite steht das Bildungshaus St. Bernhard.</p> <p>Zu Fuß geht es in Richtung Stadtmitte bis zur ersten Ampelanlage, dann rechts der Beschilderung Krankenhaus folgen, nach 900m erscheint auf der rechten Seite St. Bernhard.</p>