



Ort: **Itzehoe**, Lehrküche in der Auguste-Viktoria-Schule,
Große Paaschburg

Leitung: Karin Lewandowski, Maren Schlotfeldt

Anmeldung: Karin Lewandowski, Gleichstellungsbeauftragte
Stadt Itzehoe, karin.lewandowski@itzehoe.de
Tel. 0 48 21- 603 362

Nächste Termine: 28.04. / 26.05. /23.06. /25.08. /29.09.20

Jeden letzten Freitag im Monat: Frühstück und Gespräch

Für alle Frühstücke gilt:

Zeit: 9 - 11 Uhr

Ort: **Elmshorn**, Gemeindehaus bei der Stiftskirche,
Friedensallee 35

Anmeldung: Andrea Potten, Telefon: 0 41 21- 829 64

Leitung: Maren Schlotfeldt

Kosten: 3 Euro

THEMEN DER FREITAGSTREFFEN:

Fr. 27.03.20 Pränataldiagnostik

Ist es richtig, dass die Krankenkassen die Kosten für die Untersuchung des ungeborenen Kindes übernehmen? Darüber wird leidenschaftlich diskutiert. Informieren wir uns. Ein persönliches Plädoyer mit Informationen von Antje Hachenberg (A.Ha-Effekte: Texten & Wirken für mehr Miteinander)

Fr 24.04.20 Mehr Zuversicht ins Leben

Wie kann es gelingen, die eigene Einstellung zu Ereignissen zu bedenken und Wege zu finden, mit mehr Zuversicht das Leben zu gestalten?

Fr 29.05.20 70 Jahre Müttergenesungswerk

Vor 70 Jahren gründete Elly Heuss-Knapp das Müttergenesungswerk. Mittlerweile finden Mütter, Väter, Kinder und pflegende Angehörige in 80 Kurkliniken und 1.200 Beratungsstellen Beratung und Stärkung.

Fr 26.06.20 Frauen und Sucht

Wie sieht das Suchtverhalten von Frauen aus? Was sind die Ursachen für eine Sucht? Was hilft Frauen, die ihre Abhängigkeit überwinden wollen?

Fr 28.08.20 Was bedeutet „Heilsein“?

Welche Bilder von einem "heilen Menschen" haben wir im Kopf? Wie werden die biblischen Heilungsgeschichten gedeutet? Wie umfassend kann Heilsein oder Heilung verstanden werden?

Fr 25.09.20 Kleine Schritte für das Klima

Jede und jeder kann im Alltag Gewohnheiten ändern, bewusster einkaufen und entdecken, dass umweltbewusster zu leben allen zu Gute kommt.

Sa 18.04.20 Pilgern – unterwegs sein mit Gott

Sich Zeit nehmen, gemeinsam in der Natur unterwegs sein, stärkende Worte hören, zu sich finden, Gott suchen.

Zeit: 15 - 16.30 Uhr, für alle Geschlechter

Ort: **Itzehoe**, Große Tonkuhle, Parkplatz

Wegbegleiterin: Maren Schlotfeldt

Anmeldung: Maren Schlotfeldt, Maren.Schlotfeldt@kk-rm.de
oder Tel. 0160 847 5694

Sa 16.05. bis So 17.05.20

Auszeit für mich – mit den Perlen des Glaubens

Sie lernen die „Perlen des Glaubens“ kennen und was sie für das eigene Leben bedeuten können. Sie haben Zeit für sich, für das Gespräch mit anderen, für Kreatives, draußen und drinnen. Nach der Anmeldung erhalten Sie nähere Informationen, auch in Hinblick auf mögliche Fahrgemeinschaften.

Zeit: Sonnabend 15 Uhr bis Sonntag 14 Uhr

Ort: **Plön**, Akademie am See, Koppelsberg 7

Leitung: Maren Schlotfeldt

Kosten: 40 bis 80 Euro

Anmeldung: Maren Schlotfeldt, Maren.Schlotfeldt@kk-rm.de
oder Tel. 0160 8475694

Do 28.05.20 Energie für Engagierte

– Treffpunkt Frauenarbeit im Kirchenkreis

Nach einem kleinen Imbiss geht es um einen Erfahrungsaustausch darüber, wie es zu schaffen ist, die vielen unterschiedlichen Anforderungen des Alltags zu bewältigen – und dabei noch positive Energie zu bewahren? Besonders die Ansprechpartnerinnen für Frauenarbeit aus den Kirchengemeinden sind eingeladen.

Zeit: 20 - 21.30 Uhr

Ort: **Elmshorn**, Kirchliches Zentrum, Kirchenstraße 1

Anmeldung: Maren Schlotfeldt, Maren.Schlotfeldt@kk-rm.de
Tel. 0160 847 5694

Sa 06.06.20 Deinen Körperempfindungen kannst du vertrauen

Einen Tag Zeit, um den eigenen Körper wahrzunehmen und auf seine Botschaften acht zu geben. Eindrücke des Körpers werden in das Bewusstsein gebracht. Theorie und Austausch ergänzen die Übungen.

Zeit: 10 - 18 Uhr

Ort: **Hamburg**, Dorothee-Sölle-Haus, Königstraße 54

Referentinnen: Britta Matthias, Anja Escherich
Trainerinnen für Gewaltfreie Kommunikation

Leitung: Irene Pabst, Frauenwerk der Nordkirche, Julika Koch,
Arbeitsstelle Ökumene

Anmeldung: seminare@frauenwerk.nordkirche.de
Tel. 0431-557 79100

Kosten: 70 Euro bis 31.03.20, danach 80 Euro

Sa 27.06.20 Sommerfest des Frauenwerks auf dem Hof Basten

Das Sommerfest wird in diesem Jahr auf dem Hof Basten gefeiert, einem landwirtschaftlichen Betrieb in weitläufiger Landschaft. Sie sind herzlich eingeladen zu Andacht, Kaffee und Kuchen, Gespräch, Swingolf spielen. Fahrgemeinschaften sind möglich.

Zeit: 15-18 Uhr, für alle Geschlechter

Ort: **Itzehoe**, Hof Basten, Kieler Landstraße 34

Anmeldung: Maren.Schlotfeldt@kk-rm.de, Tel. 0160 8475694

Kosten: 8 Euro (Anmeldung bis 15.06.20)

Do 03.09.20 Die Kunst des Neinsagens und der Achtsamkeit für sich

Viele Aufgaben füllen den Tag aus. Da ist oft wenig Zeit, um auf sich selbst Acht zu geben. Wie kann es gelingen, sich öfter mit einem Nein zu Aufgaben Freiräume zu schaffen, ohne schlechtem Gewissen.

Zeit: 19 Uhr

Ort: **Kollmar**, Gemeindehaus, Große Kirchreihe 7

Mitwirkende: Charlotte Israelsen-Kruse, Maren Schlotfeldt

Sa 26.09.20 Frühstück und Mehr: Die Suche nach dem Glück

Was ist das Glück? Wie ist es zu finden? Wie ist es möglich, auch im Schwere Gründe zum Glücklichsein zu finden? Wie hilft der Glaube zum Glück? Nach einem guten Frühstück und Impulsvortrag sind Sie eingeladen zum Austausch an den Tischen. Mit Kinderbetreuung.

Zeit: 10 - 12 Uhr, für alle Geschlechter

Ort: **Itzehoe**, Cafe-Restaurant Himmel & Erde,
Kirchenstraße 5

Anmeldung: Maren.Schlotfeldt@kk-rm.de, Tel. 0160 847 5694

Leitung: Maren Schlotfeldt

Kosten: 8 Euro

Die Veranstaltungen im Überblick

06.03.20 Gottesdienste zum Weltgebetstag
08.03.20 Gottesdienst am Internationalen Frauentag
08.03.20 Weltmusik zum Weltfrauentag mit CouerBalla
09.03.20 Frühstück der Nationen
09.03.20 Beten mit Leib und Seele (Weitere Termine)
10.03.20 Selbstpflege – „Jetzt geht es mal um mich...!“
11.03.20 Ökumene-Kino (Weitere Termine)
13.03.20 Auch Papier verändert die Welt
14.03.20 Mit neuer Kraft in den Frühling
17.03.20 Equal Pay Day
21.03.20 Schwierigkeiten werden zu Möglichkeiten
24.03.20 Internationales Kochen (Weitere Termine)
27.03.20 Pränataldiagnostik
18.04.20 Pilgern – Unterwegssein mit Gott
24.04.20 Mehr Zuversicht ins Leben
16.-17.05.20 Auszeit für mich – mit den Perlen des Glaubens
28.05.20 Energie für Engagierte
29.05.20 70 Jahre Müttergenesungswerk
06.06.20 Deinen Körperempfindungen kannst du vertrauen
26.06.20 Frauen und Sucht
27.06.20 Sommerfest des Frauenwerks auf dem Hof Basten
28.08.20 Was bedeutet „Heilsein“?
03.09.20 Kunst des Neinsagens und der Achtsamkeit
25.09.20 Kleine Schritte für das Klima
26.09.20 Frühstück und Mehr: Die Suche nach dem Glück

Der Beirat des Frauenwerks:

Ulrike Borowski aus Horst
Gabriele Heibrock aus Kremperheide
Charlotte Israelsen-Kruse aus Kollmar
Irmgard Johannsen aus Lägerdorf
Karin Lewandowski aus Wilster
Susanne Rebehn-Harders aus Krempe
Ingrid Reitz aus Elmshorn
Marina Rohde aus Raa-Besenbek
Maren Schlotfeldt aus Elmshorn



Für alle Anfragen und Ideen zu unserer Arbeit wenden Sie sich an Pastorin Maren Schlotfeldt.
Ev. Frauenwerk Kirchenkreis Rantzeu-Münsterdorf
Kirchenstraße 1, 25335 Elmshorn
Pastorin Maren Schlotfeldt erreichbar unter:
Mobil: 0160 847 5694
Büro: 0 41 21 - 262 5692
Maren.Schlotfeldt@kk-rm.de
www.frauenwerk-rantzeu-muensterdorf.de
www.facebook.com/FrauenwerkRantzeuMuensterdorf
Informationen Kirchenkreis Rantzeu-Münsterdorf: www.kk-rm.de
www.frauenwerk.nordkirche.de

Steh auf und geh!

Das ist das Motto des diesjährigen Weltgebetstags aus Simbabwe. Diese Aufforderung sagt Jesus zu einem Mann, der seit 38 Jahren krank ist und der keine Möglichkeit sieht, aufzustehen und sein Leben selbst in die Hand zu nehmen. Bevor Jesus den Menschen heilt, fragt er ihn nach seinem Willen: „Willst du gesund werden?“

Diese Frage, willst du gesund werden, können wir an uns gerichtet hören: Willst du aus deinen vertrauten Entschuldigungen, dass doch die Umstände schwer sind, aufstehen? Willst du innerlich erstarrt bleiben, weil das schwere Schicksal, das dich getroffen hat, zu schwer zu ertragen ist. Willst du deine Partnerin oder deinen Partner weiterhin dafür verantwortlich machen, dass du nicht glücklich bist? Willst du weiterhin Gewohnheiten fortsetzen, die dir körperlich und seelisch nicht gut tun?

Welche Krankheit der Mann gehabt hat, wird in der biblischen Geschichte nicht gesagt. Darum kann jeder Mensch ihr/sein eigenes Unheilsein in diese Geschichte hineinlegen und überlegen, wo sie oder er Heilung bedarf. Das Heilwerden geht in dieser Geschichte von Jesus aus. Er ermöglicht es dem Kranken, aufzustehen, seine Matte zu nehmen, seine eigene Geschichte mitzunehmen, und doch neue Wege zu gehen.

Trauen wir unserem Glauben zu, dass Jesus heilen kann, wo wir Heilung bedürfen, so dass wir – zaghaft und stolpernd zunächst – Neues wagen, neue Gedanken denken, neue Gefühle zulassen?

In dieser Geschichte geschieht ein Zusammenspiel von Jesu Wirken und eigenem Handeln. Der Mann wagt es, aufzustehen. Er ist derjenige, der geht. Aber Jesus gibt den Anstoß und die Kraft. Öffnen wir uns für Heilung, die der Glaube uns schenken will? Und sind wir bereit, an unseren Gedanken und Gefühlen zu arbeiten und ins Handeln zu kommen?

Die Frauen aus Simbabwe beziehen die Geschichte von diesem Mann auf ihre schwierigen Lebensbedingungen. Sie fühlen sich von Jesus aufgefordert, aufzustehen, um das gesellschaftliche Leben in ihrem Land mitzugestalten und zu verändern. Auch in unserem Land kann jede und jeder Aufgaben finden, die das gesellschaftliche Klima verändern.

Im Frauenwerk finden Sie Angebote zu persönlichen und gesellschaftlichen Aufbrüchen. Sie sind herzlich eingeladen, mit zu denken, mit zu reden, mit zu handeln und mit zu beten.

Herzlich grüßen Sie die Frauen aus dem Beirat und Maren Schlotfeldt

Fr 06.03.20 Gottesdienste zum Weltgebetstag – auch in Ihrer Nähe, für alle Geschlechter

Zu dem Motto „Steh auf und geh!“ haben in diesem Jahr Frauen aus Simbabwe den Gottesdienst vorbereitet. Sie sind herzlich eingeladen, das Leben und den Glauben von Menschen aus diesem afrikanischen Land kennenzulernen. Der Gottesdienst macht Mut, mit eigener Kraft und mit Gottes Hilfe Veränderungen im persönlichen und im gesellschaftlichen Leben anzupacken. Im Kirchenkreis laden viele Kirchengemeinden zum Gottesdienst und Beisammensein mit landestypischen Köstlichkeiten ein.

Brande-Hörnerkirchen

19 Uhr Gemeindesaal, Kirchenstraße 4

Brokdorf

19 Uhr St. Nikolaus-Kirche, Kirchducht

Elmshorn

18 Uhr Evangelisch-Freikirchliche Gemeinde, Kaltenweide 83 mit Gemeinden aus Elmshorn und Horst und Frauenwerk

Glückstadt

19 Uhr Stadtkirche, Am Markt, mit Katholischer Gemeinde

Hemdingen

18 Uhr Christus-Kapelle, Bilsener Weg 29

Hohenaspe

18.30 Uhr St. Michaelis-Kirche, Hauptstraße 31

Hohenlockstedt

18 Uhr Katholische Kirche St. Marien, Finnische Allee, mit Evangelischer Gemeinde

Itzehoe

16 Uhr Dietrich-Bonhoeffer Gemeinde, Schauenburger Str. 33

Kollmar-Neuendorf

18.30 Uhr Einsingen, 19 Uhr Gottesdienst, Kirche zu Kollmar, Große Kirchreihe 7

Kremperheide

18 Uhr Gemeindezentrum, St. Johannesplatz

Krummendiek-Mehlbek

19 Uhr St. Georg Kirche, Dorfstraße 7

Münsterdorf

19.30 Uhr St. Anschar Kirche, Kalandstr. 1

St. Margarethen

17 Uhr Gemeindehaus, Hauptstr. 9

Süderau

19 Uhr, St. Dionysius Areopagita Kirche, Kirchenstraße 1, mit Herzhorn, Kiebitzreihe, Krempe

Wewelsfleth

18 Uhr, Trinitatiskirche, Schulstraße

So 08.03.20 Gottesdienst am Internationalen Frauentag

Glaubenthemen und Anliegen des Internationalen Frauentags passen zusammen. Herzliche Einladung, um das zu entdecken.

Zeit: 10 Uhr, für alle Geschlechter

Ort: **Itzehoe**, St. Laurentii-Kirche, Kirchenstraße

Mitwirkende: Dr. Thomas Bergemann, Propst des Kirchenkreises, Karin Lewandowski, Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Itzehoe, Maren Schlotfeldt, Frauenwerk

So 08.03.20 Weltmusik zum Weltfrauentag mit der Band CoeurBalla

Ungewöhnliches, Exotisches, zu Herzen Gehendes. Voller Leidenschaft und Spielfreude präsentiert CoeurBalla einen Weltmusikmix aus temperamentvollen Balkanrhythmen, mitreißender Gypsymusik, skandinavischen Tangos, Walzern und eigenen Stücken.

Zeit: 19 Uhr

Ort: **Elmshorn**, Haus 13, Adolfstraße 13

In Kooperation mit: Heidi Basting, Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Elmshorn

Eintritt: 15 Euro

Mo 09.03.20 Frühstück der Nationen zum Internationalen Frauentag

Bei einem Frühstück und Gedanken zum Internationalen Frauentag können Sie Frauen aus vielen Ländern kennenlernen. Wenn wir mehr voneinander wissen, dann gelingt unser Zusammenleben besser.

Zeit: 10 -12 Uhr

Ort: **Itzehoe**, Kreishaus/ Kreistagssaal, Viktoriastraße

Verantwortlich: Frauennetzwerk Kreis Steinburg

Anmeldung: Karin Lewandowski, Gleichstellungsbeauftragte Stadt Itzehoe, karin.lewandowski@itzehoe.de Tel. 0 48 21- 603 362, Eintritt frei

Mo 09.03.20 Beten mit Leib und Seele

Möchten Sie zu Ihren Quellen der Ruhe und Kraft finden? Nach einem geistlichen Impuls wird zweimal zwanzig Minuten in der Stille gegessen, dazwischen ein paar Schritte meditativ gegangen. Mit Musik klingt der Abend aus.

Zeit: 19 - 21 Uhr, für alle Geschlechter

Ort: **Elmshorn**, Stiftskirche, Friedensallee 35

Leitung: Heike Ehmke, Margit Mannherz

Information: Margit Mannherz, margit.mannherz@gmail.com

Weitere Termine: 23.03. / 20.04. / 04.05. / 18.05. / 15.06.20

Weitere Termine erfragen Sie bitte im Gemeindebüro: info@emmausgemeinde-elmshorn.de oder Tel. 0 41 21 - 839 00

Di 10.03.20 Selbstpflege – "Jetzt geht es mal um mich!"

Die Pflege eines Angehörigen in der Familie ist für pflegende Angehörige oder ehrenamtlich Pflegende eine besondere Situation und oft mit starker Belastung verbunden. Wie schaffe ich mir Freiräume, wie schütze ich mich vor Überlastung, welche weiteren Unterstützungsangebote gibt es?

Zeit: 18 - 21 Uhr, für alle Geschlechter

Ort: **Itzehoe**, Kreistagsgebäude, Muschelzimmer, Viktoriastr. 16 -18

Durchführende: DIE ANGEHÖRIGENSCHULE, Hamburg

Anmeldung: Pflegestützpunkt Kreis Steinburg info@pfligestuetzpunkt-steinburg.de oder Tel. 0 48 21 - 956 8799 kostenfrei, begrenzt auf 12 Teilnehmende

Mi 11.03.20 Ökumene-Kino

An jedem 2. Mittwoch im Monat werden Filme gezeigt, in denen die großen weltweiten Themen persönlich werden. Diese Filme rütteln auf und machen Mut. Um 19 Uhr beginnt ein Mitbring-Büffet, um 19.30 der Film. Aus rechtlichen Gründen werden die Filmtitel nur per Mail bekannt gegeben. Sie können sich unverbindlich in den Newsletter eintragen lassen und erhalten dann die Informationen zum nächsten Film.

Zeit: 19 - 21 Uhr, für alle Geschlechter

Ort: **Elmshorn**, Kirchliches Zentrum, Kirchenstraße 1

Informationen: horst.pohl@loitokitok.de

Veranstalter: Jens Haverland, Pastor für Ökumene im Kirchenkreis

Nächste Termine: 08.04. / 13.05. / 10.06. / 08.07. / 12.08. / 09.09.20

Fr 13.03.20 Auch Papier verändert die Welt

Ein Tag rund um Papier und was der bewusste Umgang damit mit Umweltschutz zu tun hat. Nach einem Vortrag gibt es einen klimafreundlichen Imbiss und danach eine Führung durch die Papierfabrik Steinbeis. Bitte festes Schuhzeug mitbringen und gerne öffentliche Verkehrsmittel nutzen oder Fahrgemeinschaften bilden.

Zeit: 10 - 15.30 Uhr, für alle Geschlechter

Ort: **Glückstadt**, Glückstädter Werkstätten, Stadtstr. 34

Veranstaltende: Infostelle Klimagerechtigkeit, Arbeitsstelle Weitblick, Ökumenische Arbeitsstelle im Kirchenkreis

Referentin: Evelyn Schönheit, Diplom Umweltwissenschaftlerin

Anmeldung: Judith Meyer-Kahrs j.meyer-kahrs@nordkirche-welt-weit.de oder Tel. 040 - 881 813 31

Sa 14.03.20 „Cappuccino für die Seele“: Mit neuer Kraft in den Frühling

Nach dem Winter bricht die Natur wieder hervor. Wie kann es gelingen, im eigenen Leben Kräfte zu mobilisieren und den Mut zu spüren, etwas Neues zu wagen. Ein gutes Frühstück, ein Vortrag, Gespräche und Austausch erwarten Sie.

Zeit: 9.30 Uhr

Ort: **Horst**, Gemeindehaus, Bahnhofstraße 1

Referentin: Maren Schlotfeldt

Anmeldung: Frau Mielke, st.juergen.horst@gmail.com Tel. 0 41 26 - 938 3133

Kosten: 7 Euro

Di 17.03.20 Internationaler Aktionstag: Equal Pay Day – Gleiche Bezahlung für gleiche Arbeit

In diesem Jahr müssen Frauen ein Jahr und bis zum 17. März länger arbeiten bis sie denselben Lohn wie die Männer in einem Jahr erarbeitet haben. Veranstaltungen zu diesem Thema entnehmen Sie bitte den Internetseiten der Gleichstellungsbeauftragten und der örtlichen Presse.

Sa 21.03.20 Schwierigkeiten werden zu Möglichkeiten

Es kommt manches mal anders und schwieriger als gedacht. Wie lässt sich mit Schwierigkeiten umgehen, und wie ist es möglich, daraus neue Möglichkeiten zu entwickeln? Nach einem guten Frühstück folgt ein Vortrag und Gespräche.

Zeit: 10 -12 Uhr

Ort: **Elmshorn**, Evangelisch-Freikirchliche Gemeinde, Kaltenweide 83

Referentin: Beate Bösche, Theologin, Gemeindeentwicklerin

Anmeldung bis 18.03.20 bei: Evelyn Hector mail@efg-elmshorn.de oder Tel. 0 41 21 - 715 21

Di 24.03.20 Internationales Kochen – Begegnung beim Essen

Sie können beim Kochen und gemeinsamen Essen Frauen aus Malaysia, der Türkei, dem Iran, aus Deutschland und anderen Ländern kennenlernen, ihre Speisen, ihre Lebenswege. Bitte bringen Sie Zutaten (Menge für zwei Personen) für das Gericht, das zubereitet werden soll, mit. Dann entsteht eine bunte Vielfalt.

Zeit: 18 - 21 Uhr