



Wo treffen wir uns?

Im Kulturzentrum Pavillon
Lister Meile 4
30161 Hannover
**(für Rollstuhlfahrerinnen
geeignet)**

Wann treffen wir uns?

Wir treffen uns immer an
einem Mittwoch.

Von **17.00—19.00** Uhr

Für die Gruppe müssen Sie
kein Geld bezahlen.

Termine 2019 bis zur Sommerpause

16.01.2019
30.01.2019
13.02.2019
27.02.2019
13.03.2019
27.03.2019
10.04.2019
24.04.2019
08.05.2019
29.05.2019
12.06.2019
29.06.2019

Wie erfahren Sie mehr über die Gruppe?

Sie können Helena Behrens
anrufen. Oder ihr eine Mail
schreiben.

Die Telefon-Nummer ist:
0511—332112

Die Mail-Adresse ist:

[h.behrens@frauennotruf-
hannover.de](mailto:h.behrens@frauennotruf-hannover.de)

Jetzt komme ich!

Ich bin richtig — ich bin wichtig!

Eine Gruppe für Frauen mit Beeinträchtigungen.

vom **Frauennotruf Hannover e.V.**

Was machen wir in der Gruppe?

Wir wollen:

- unser Selbstbewusstsein stärken
- das machen, was wir gut können
- selbstbestimmt sein
- voneinander lernen
- miteinander reden
- lachen und Spaß haben
- Gemeinsamkeiten erkennen
- und auch über schwierige Themen sprechen.

Was ist uns wichtig:

- Wir sagen Nein, wenn uns etwas nicht passt.
- Wir sagen unsere Meinung.
- Wir sagen nichts weiter.
- Wir können uns vertrauen.
- Wir fühlen uns wohl in der Gruppe.

Wer leitet die Gruppe?

Die Gruppe leiten Helena
Behrens und Sina Rimpo.

Beide Frauen arbeiten
beim Frauen-Notruf in
Hannover.

