

BILDUNG, KULTUR

Regelmäßige offene Angebote

Offener Computer- und Internet-Treff für Seniorinnen

Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat
von 10.00 – 12.00 Uhr

Fem*Jam

jeden 3. Samstag im Monat

Feministisches Filmforum

jeden 4. Donnerstag im Monat

Frauenfußball

jeden Dienstag

Weitere Angebote Termine auf Anfrage

Feministischer Lesezirkel

Community Brunch

Kreativer Sonntag

Kwierer Kaffeeklatsch

(Queer) Feministische Mutter-Kind Gruppe

Workshops, Vorträge, Feste ...

Aktuelle Informationen auf
unserer Internetseite, Instagram oder
Facebook

KONTAKT

Montag bis Donnerstag von
9.00 bis 13.00 Uhr



06131/22 12 63



fz@frauenzentrum-mainz.de



www.frauenzentrum-mainz.de



www.facebook.com/FrauenzentrumMainz



www.instagram.com/frauenzentrummainz

Sie finden uns in der
Kaiserstraße 59 - 61 | 55116 Mainz

Bushaltestelle:
Kaisertor / Stadtbibliothek

Parkhaus: Rheinufer
Parkplätze: Kaiserstraße / Mittelinsel

Spendenkonto:
Mainzer Volksbank
IBAN: DE 21551900000330822016
BIC: MVBMD55

Gefördert mit Projektmitteln des Ministeriums für
Familie, Frauen, Kultur und Integration

Das Frauenzentrum Mainz e.V. ist Mitglied in
der LAG anderes lernen e.V. und
der Heinrich Böll Stiftung RLP

FRAUENZENTRUM MAINZ E.V.

01 ZIELE

- Frauen durch Bildungs- und Kulturangebote, sowie durch unterschiedliche Beratungs- und Gruppenangebote stärken
- Frauen unterschiedliche Identifikationsmöglichkeiten aufzeigen
- Unsere Angebote für alle Frauen offen und zugänglich machen
- Mit frauenpolitischen Aktivitäten auf Benachteiligungen von Frauen aufmerksam machen und ins öffentliche Bewusstsein bringen



02 GRUPPEN

Golden Girls

- Für Lesben Ü 50
- Jeden 3. Freitag im Monat ab 19 Uhr

Depression und Zuversicht

- Selbsthilfegruppe für Frauen mit Depressionen
- dienstags in den ungeraden Kalenderwochen 18 - 20 Uhr

Midlife Circle

- jeden 2. Mittwoch im Monat ab 18 Uhr

BERATUNG

Wir beraten persönlich face to face, online oder telefonisch und auf Wunsch anonym.

Beratung zu Essstörungen

- Bulimie, Anorexie, Binge-Eating-Disorder oder einem gestörtem Essverhalten
- Beratung für Betroffene und Angehörige

Psychosoziale Beratung

- Hilfestellung bei einer Krise, allgemeinen Lebensfragen oder einer Umbruchphase

Rechtsberatung

- Einzelgespräche zu rechtlichen Fragen rund um die Themen Trennung und Scheidung

Lesbenberatung

- Gespräche zu Themen wie Coming-Out, Partnerschaft, Familie

Formular-Sprechstunde

- Unterstützung beim Ausfüllen von Formularen und Anträgen wie z.B. Wohngeld, Kindergeld, BaFöG

Bewerbungshilfe

- Hilfe beim Erstellen, Prüfen und Verschicken von Anschreiben, Lebenslauf und Co

