

Evangelische **Frauenhilfe** in Westfalen e.V.

Reisen

März - Juni 2026

Norderney – Zwischen Ebbe und Flut den eigenen Kurs finden. Eine Reise für Frauen in Zeiten des Überganges

Bildungsreise für Frauen

Samstag, 07.03. – Freitag, 13.03.2026 BR 01

Haus am Weststrand, Am Weststrand 1, 26548 Norderney

Wenn sich im Leben etwas verändert – der Übergang vom Beruf in die Rente, ein Stellenwechsel, das Ende familiärer Aufgaben oder einfach das Gefühl: Es ist Zeit für etwas Neues – dann braucht es einen Moment zum Innehalten.

Diese Studienreise lädt Frauen ein, die sich neu orientieren, Altes loslassen möchten und offen für neue Wege sind. In einer achtsamen und geschützten Atmosphäre erhalten Sie Anregungen, Impulse und Methoden, um Ihren inneren Kompass neu auszurichten, und können sich mit Frauen in ähnlicher Lebenssituation austauschen und Gemeinschaft erfahren.

Unterkommen werden Sie im Haus am Weststrand, direkt an der Strandpromenade. Zum Ortskern, der zum Bummeln und Verweilen einlädt, mit seinem Wellen- und Thalassobad, dem Conversationshaus mit Kurpark, sind es nur ein paar Schritte. Die Vollpension bietet frisch zubereitet, gesunde und vielseitige Vollwertkost, auf Wunsch auch vegetarische oder Diätkost.

Zielgruppe	Frauen
Kosten	900,00 € pro Person im Einzelzimmer 70,00 € Zimmer mit Seeblick (optional)
Verantwortlich	Jana Pickette Bildungsreferentin
Leitung	Hildegard Blanke Sozialpädagogin

Euskal Herria – das Baskenland Eine Studien- und Begegnungsreise für Frauen

Sonntag, 03.05. – Sonntag, 10.05.2026 BR 02

Klischees über die autonome Region im Norden Spaniens gibt es viele: rückständige Bergregion, Heimat eines besonders traditionsbewussten Volkes. Diese Rundreise richtet sich an Frauen, die sich für den Blick hinter die Stereotype interessieren. Das Baskenland ist eine Region mit eigener Sprache (Euskara), tief verwurzelten demokratischen Traditionen, einer starken Zivilgesellschaft und einer reichen kulturellen Identität, die sich über Jahrhunderte entwickelt hat. Auch die Rolle von baskischen Frauen lässt sich weder auf die Figur der mächtigen Königin noch auf die der anonymen Bäuerin reduzieren. Vielmehr war ihr Wirken vielfältig – politisch, sozial und kulturell.

Die Reise führt in eine Region, die landschaftlich vielfältig und unendlich schön ist, reich an Kultur und Tradition und die sich nach dem Niedergang der Schwerindustrie erstaunlich neu erfunden hat. Wir besuchen Bilbao und das Guggenheim Museum, erleben San Sebastian, treffen lokale Fraueninitiativen und entdecken traditionelle baskische Dörfer.

Zielgruppe	Frauen
Kosten	Preis auf Anfrage
Verantwortlich	Jana Pickette Bildungsreferentin
Leitung	Antje Lütke-meier Pfarrerin

Zur Vorbereitung der Reise wird im Vorfeld ein Länderseminar online stattfinden.

Ggf. können sich die Reisedaten noch um +1/-1 Tag verändern.

Finde den Mut zu leben! Techniken und Ansätze um Neues zu wagen und Veränderungen zu navigieren.

Wanderreise für Frauen BR 03

Sonntag, 31.05. – Donnerstag, 04.06.2026

St. Antoniushaus, Klingenhausen 6, 59377 Vechta

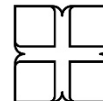
Was ist Mut und wovon hängt er ab?

Wir wollen uns den vielfältigen Facetten der Mut-Fragen mit ihren Wagnissen, Wundern, Ausbrüchen und Neuanfängen nähern. Draußen in der Natur sein, macht den Kopf frei und das Herz weit. Atmen Sie durch! Kommen Sie mit auf "achtsame Spaziergänge" durch die Wälder und Wiesen rund um Vechta. (5 km). Ein Ausflug zum Mut-Weg in Dinklage kann uns den Sinn für unsere MUT-Kraft öffnen. Geleitet wird die Wanderreise von der erfahrenen Sozialpädagogin Hildegard Blanke.

Teilnehmerinnen werden durch Reflektions- und Achtsamkeitsübungen Wege aufgezeigt, den Mut, ein authentisches Leben zu führen, auch im Alltag zu finden.

Unterkommen werden wir im schönen St. Antoniushaus in Vechta. Um den Alltag zurücklassen und sich Zeit zu nehmen für Bildung, Begegnung und Besinnung ist die Tagesstätte der ideale Ort. Im Haus finden Sie nicht nur modern ausgestattete Tagungsräume, sondern alles, was Sie noch benötigen: zeitgemäßen Komfort in den Zimmern sowie Rückzugsorte wie eine kleine Bibliothek, die Hauskapelle und einen herrlichen Garten. Lassen Sie sich auch von der Kunst im St. Antoniushaus inspirieren. Um Ihr leibliches Wohl sorgt sich das Haus natürlich auch. Die hauseigene Küche verpflegt Sie täglich mit vier Mahlzeiten, falls Sie es wünschen auch vegetarisch

Zielgruppe	Frauen
Kosten	560,00 € pro Person im Einzelzimmer inkl. Vollpension
Verantwortlich	Jana Pickette Bildungsreferentin
Leitung	Hildegard Blanke Sozialpädagogin



Evangelische **Frauenhilfe** in Westfalen e.V.

TEILNAHME-BEDINGUNGEN

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Allgemeine Geschäftsbedingungen zu unseren Reisen finden Sie im Internet unter www.reise-frauenhilfe.de

Information (Mo - Fr: 09:00 - 12:00 Uhr)

Jana Pickette, Tel. 02921 371 233

Auf Anfrage schicken wir Ihnen die Einzelausschreibungen zu, sobald sie erstellt sind.

Einzelausschreibungen

Evangelische Frauenhilfe in Westfalen e.V. | Sabine Falcone

Feldmühlenweg 19 | 59494 Soest | Fax 02921 371 399

Tel.: 02921 371 230

falcone@frauenhilfe-westfalen.de | www.reise-frauenhilfe.de

An:

Evangelische Frauenhilfe in Westfalen e.V. | Sabine Falcone | Feldmühlenweg 19 | 59494 Soest | Fax 02921 371 236 | falcone@frauenhilfe-westfalen.de

Reisen März – Juni 2026

Name

Vorname

Straße

PLZ, Ort

Telefon

Mail

Geb.-Datum

Bitte schicken Sie mir unverbindlich den/die angekreuzten Flyer:

☐ per Mail ☐ per Post

☐ **Norderney – Zwischen Ebbe und Flut den eigenen Kurs finden – eine Reise für Frauen in Zeiten des Überganges**
07.03. – 13.03.2026, BR 01

☐ **Euskal Herria – das Baskenland**
03.05. – 10.05.2026, BR 02

☐ **Finde den Mut zu leben! Techniken und Ansätze um Neues zu wagen und Veränderungen zu navigieren.**
31.05. – 04.06.26, BR 03

☐ Ich stimme zu, dass meine Daten veranstaltungsbezogen elektronisch erfasst und gespeichert und für die Zusendung von Veranstaltungsinformationen der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen e.V. verwendet werden. Meine Einwilligung kann ich jederzeit widerrufen.

Ort, Datum,

Unterschrift



Die evangelische Erwachsenenbildung der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen e.V. ist Regionalstelle des Ev. Erwachsenenbildungswerkes Westfalen und Lippe, der anerkannten Einrichtung der Weiterbildung nach dem Weiterbildungsgesetz NRW im Trägerverein Ev. Erwachsenen- und Familienbildung Westfalen und Lippe e.V.

