

Stärker durch Zusammenhalt

In Wennnigsen hat sich die Deister Frauenbande gegründet. Die beiden Initiatorinnen wollen ein neues Netzwerk schaffen.

Wennnigsen. Julia Heinelt und Britta Kühl haben sich gemeinsam zum Ziel gesetzt, Frauen besser miteinander zu vernetzen. Heinelt war lange Zeit im Bereich der Eltern-Kind-Interaktion aktiv, ist jetzt als selbstständige Stillberaterin tätig und hatte schon seit geraumer Zeit mit dem Gedanken gespielt, eine Selbsthilfegruppe für Frauen zu gründen. Bei Kühl, zertifizierter Coach, stieß sie damit auf offene Ohren. Ihre Idee eines Frauennetzwerks nahm Formen an – und nun hat die Deister Frauenbande ihr Gründungstreffen hinter sich.

Um das Eis zu brechen und miteinander ins Gespräch zu kommen, haben die beiden Netzwerkgründerinnen Zutaten für acht verschiedene Köstlichkeiten eingekauft. In Teams machen sich die Frauen, von denen sich die meisten vorher nicht kannten, an die Zubereitung verschiedener Dips und Snacks. Der Raum summt schon bald von den einsetzenden Gesprächen.

Eine, die mitmacht, ist Annalisa Hoellfritsch. Sie erzählt, dass sie durch Kühl von der Gründungsveranstaltung erfahren habe. „Ich finde das sowieso cool, wenn Menschen sich verbünden“, meint sie. Als Sozialpädagogin in der schulischen Sozialarbeit beobachte sie die zunehmende Vereinsamung. „Besonders seit Corona sind die Leute nur noch für sich“. Die „digitalen Freunde“ könnten das Analoge jedoch nicht ersetzen. Daher suche sie für sich nach Möglichkeiten, neue Kontakte zu knüpfen.

Wunsch nach mehr Kontakten

Auch bei anderen steht der Wunsch nach Kontakten zu Frauen im Vordergrund – für Unternehmungen, Sport, Spiel und Gespräche. Hanna Becker-Foss, die vor vier Jahren nach Wennnigsen gezogen ist, sucht gezielt den Kontakt zu anderen Frauen. „Ich arbeite in männerdominierten Branchen“, erzählt sie. Vom neuen Netzwerk erhoffte sie sich auch eine gegenseitige Stärkung. „Ich verliere nichts, wenn ich anderen helfe, sondern erschaffe Neues und Großes.“

Anni Rahmeyer sieht für sich die Möglichkeit, weitere Frauen kennenzulernen und sich gegenseitig zu unterstützen. Auch der direkte Austausch ist ihr wichtig. „Gerade weil so viel online kontaktet und connected wird, finde ich ein Treffen wie dieses hier um so schöner.“

Manu Teubner ist auf der Suche nach Inspiration. „Ich sauge viel auf, weil ich mich beruflich umorientiere“, erklärt sie. Sie sei ein Mensch, der gern Neues ausprobieren, Ideen und Kreativität umsetzen. Sie hoffe, bei der „Frauenbande“ auf Gleichgesinnte zu stoßen. „Teilt uns eure Ideen und Wünsche mit, wir gestalten sie mit euch gemeinsam“, fordert Gründerin Heinelt die Anwesenden auf. Auf einem Computerbildschirm sammeln sich bald die Vorstellungen der anwesenden 18 Frauen. Mehr hätten nicht in den vom Verein Wir in Wennnigsen angemieteten Raum gepasst, erklärt Heinelt. Sie betont, dass die Deister Frauenbande sich



Neue Menschen kennenlernen: Die 20 Frauen beim Gründungstreffen der „Deister Frauenbande“ kannten sich vorher größtenteils nicht. Erfahren hatten sie davon durch Instagram, Mundpropaganda oder durch eine der beiden Gründerinnen.

FOTO: MAKE DEL RIO

nicht als Business-Netzwerk verstehe. „Wir möchten voneinander lernen, durch Selbstreflexion“, erläutert Kühl.

Workshops und Vorträge

Auf diversen Kärtchen haben die beiden Gründerinnen die Ziele und Inhalte ihres Frauennetzwerks umrissen. Heinelt berichtet, dass sie gefragt worden sei, ob man auch kommen könne, wenn man kein beson-

deres Talent habe. „Es muss nicht jede etwas einbringen. Ihr als Frauen seid uns wichtig“, betont sie. Auf ihrem Flyer steht zu lesen: „Frauennetzwerk für Verbindung, Inspiration und Empowerment in und um Wen-

nigsen“. Geplant seien monatliche Treffen sowie offene Veranstaltungen in Form von Workshops oder Vorträgen.

Das nächste Treffen der Deister Frauenbande findet am 16. Januar im Hygge Hus Degersen

statt. Dieses bietet Platz für weitere Interessierte. Informationen sind zu finden auf Instagram, unter www.frauenbande.online oder nach einer Aufnahme in den E-Mail-Verteiler, die an frauenbande@web.de möglich ist.

Medizin

ANZEIGE

Thema: Rheumatische Schmerzen in Gelenken, Muskeln und Knochen

Starkes Duo bei Gelenkschmerzen

Perfektes Duo behandelt Gelenkschmerzen natürlich von innen und außen

Im Kampf gegen Gelenkschmerzen setzen zahlreiche Verbraucher auf die Apotheken-Qualitätsmarke Rubaxx! Rubaxx Arznetropfen und Rubaxx Schmerzgel (rezeptfrei) bilden zusammen eine ideale Kombination, um rheumatische Gelenkschmerzen wirksam von innen und außen zu behandeln.



Gelenkschmerzen zählen zu den größten Volkskrankheiten in Deutschland: Millionen Menschen leiden sogar chronisch darunter. Immer mehr Schmerzgeplagte vertrauen auf die wirksame Rubaxx-Kombination von innen und außen. Rubaxx Arznetropfen für die orale Einnahme in Kombination mit dem Rubaxx Schmerzgel zur gezielten äußerlichen Behandlung der rheumatischen Schmerzen.

Besonderer Arzneistoff überzeugt

Forscher entdeckten in Nord- und Südamerika einen besonderen Arzneistoff, der die Kriterien einer wirksamen Schmerzbekämpfung erfüllt: Rhus toxicodendron! Dieser Arzneistoff wirkt nicht nur schmerzlindernd bei rheumatischen Schmerzen in Gelenken, Muskeln, Sehnen und Knochen. Auch bei Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen verschafft er Linderung. In der Kombination von Tropfen und Gel wirkt Rhus toxicodendron gezielt von innen und außen gegen den Schmerz!



Wirksamkeit kombiniert mit guter Verträglichkeit

Rubaxx Tropfen und das Rubaxx Schmerzgel bieten in Kombination wirksame Hilfe aus der Natur. Schwere Neben- oder Wechselwirkungen sind nicht bekannt. Dank der guten Verträglichkeit ist Rubaxx auch für die Anwendung bei chronischen Schmerzen geeignet.

Vorteile in Wirkung und Anwendung

Rubaxx Arznetropfen können individuell und je nach Stärke der Schmerzen dosiert werden. Durch die Darreichungsform

als Tropfen wird der Wirkstoff direkt über die Schleimhäute aufgenommen und kann seine schmerzlindernde Wirkung ohne Umwege entfalten. Während die bewährten Rubaxx Arznetropfen Gelenkschmerzen von innen bekämpfen, ist Rubaxx Schmerzgel für die praktische und gezielte Behandlung der betroffenen Stellen von außen geeignet. Zusammen bilden sie eine ideale Kombination zur Bekämpfung schmerzender Gelenke!

Rubaxx Tropfen und Rubaxx Schmerzgel sind rezeptfrei in jeder Apotheke erhältlich.

Für Ihre Apotheke:
Rubaxx Tropfen
(PZN 13588561)



Rubaxx Schmerzgel
(PZN 18709526)

Stark gegen den Schmerz, sanft zum Körper!



RubaXX