

GRUPPEN

SPRACHTREFF „ZU GAST BEI MASI“



Der Sprachtreff mit Masoumeh ist ein Ort des sprachlichen Austausches. Willkommen sind Besucherinnen, deren Muttersprache nicht deutsch ist und die ihre Sprachkenntnisse verbessern wollen sowie für Muttersprachlerinnen, die beim Sprachenlernen unterstützen möchten. Jeden 2. + 4. Freitag im Monat von 15.00 - 16.30 Uhr

INTERKULTURELLER FRAUENTREFF



Im interkulturellen Frauentreff tauschen sich Frauen verschiedener Sprachen, Kulturen, Nationen und Altersstufen in vertrauter Atmosphäre aus. Sie erfahren Unterstützung zu Themen wie Schulsystem, Rechts- und Gesundheitssystem, Sprachförderung und weiteren Themen. Jeden 1. + 3. Freitag im Monat von 15.00 bis 16.30 Uhr

FRÜHSTÜCK BEI PAULA



Beim „Frühstück bei Paula“ treffen sich Frauen um sich auszutauschen und sich gegenseitig zu informieren. Wir bitten die Teilnehmerinnen, eine Kleinigkeit zum Frühstück mitzubringen. Kaffee und Tee gibt es vor Ort. Jeden Dienstag von 10:00 bis 12:00 Uhr

REDECLUB FÜR FRAUEN „REDEN WIE ROSA“



Mit unserem Frauenredeclub „Reden wie Rosa“ möchten wir Frauen stärken, selbstbewusster die öffentlichen Bühnen zu betreten. Inspiriert von dem bekannten Prinzip der Toastmasters-Clubabende bieten wir bei Paula Panke regelmäßige Treffen an, in denen Frauen ihre Fähigkeiten zur freien Rede, aber auch Moderations- und Führungskompetenzen entwickeln können. Jeden 2. Donnerstag im Monat von 19:00 bis 21:00 Uhr

THEATERGRUPPE



Bei Paula gibt es seit 2012 eine Theatergruppe, unterschiedliche Stücke zu gesellschaftlichen Problemen eigenständig erarbeitet. Seit 2016 nennt sie sich „Altweibersommer“. Interessentinnen sind herzlich willkommen!

OFFENER SPIELEABEND „DOPPELKOPF & CO.“



Eine Gruppe für alle Frauen, die Spaß am Spielen haben, v.a. Doppelkopf. Wer Lust hat, kommt einfach vorbei. Jeden 1. Mittwoch im Monat ab 19:00 Uhr

KRABELGRUPPE



Schwangere und Mütter mit Kindern bis zu 3 Jahren tauschen sich zu Mutterschaft, Erziehung, Berufstätigkeit, den eigenen Körper und andere Themen aus. Jeden Freitag von 10:00 bis 12:00 Uhr

GRUPPEN/BERATUNGEN

POLITISCH-PHILOSOPHISCHER DIALOG



Die offene Gruppe, lädt ein, eigenes Hintergrundwissen zu erweitern und sich zu politisch-philosophischen Fragen auszutauschen. Themen und Literatur werden gemeinsam ausgewählt.

NÄHTREFF „MINI – DECKI“



Mit kleinen Decken unterstützen wir die Aktion „Welcome Baby Bags“. Die Decken werden aus gespendeten Baumwollstoffen hergestellt und über Spenden finanziert. Eine Nähanleitung und Material sind vorhanden. Alle interessierten Frauen sind herzlich willkommen! Jeden 3. Samstag 14:00 bis 18:00 Uhr

FEMINISTISCHER LESEZIRKEL



Die Gruppe trifft sich einmal im Monat, um ein gemeinsam ausgewähltes Buch zu besprechen.

YOGA



Bewegung + Entspannung – Hatha-Yoga mit Gabi Schmarr. Jeden Montag von 18:00 bis 19:30 Uhr

OFFENE SPRECHSTUNDE FÜR ALLEINERZIEHENDE

In unserer offenen Sprechstunde für alleinerziehende FLINTA* (Frauen, Lesben, intergeschlechtliche, nichtbinäre, trans und agender Personen). Wir beraten zu Themen wie Geburt, Trennung, Unterhalt, Wechselmodell, Kita- und Schulplatzsuche oder den Umgang mit pubertierenden Kindern. Die Beratung findet alle 14 Tage statt. Die Termine findet ihr auf der Webseite. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

BERATUNG FÜR FRAUEN MIT FLUCHTHINTERGRUND

Unser niedrigschwelliges Angebot ist eine grundlegende Beratung und Unterstützung bei alltäglichen Anliegen wie: • Fragen und Problemen zum Jobcenter • Unterstützung bei der Suche nach spezifischen Angeboten wie Sprachkursen und Bildungsangeboten • Unterstützung bei der Wohnungssuche • Begleitung bei Arztbesuchen • Hilfe beim HomeSchooling Sprachen: Deutsch, Persisch (Farsi und Dari) Telefonische Terminvereinbarung: Di 10:00 – 12:00 Uhr unter 030 485 47 02 oder gruppen@paula-panke.de

RECHTSAUSKUNFT

Unsere Anwältin berät zu Familien-, Arbeits-, Miet-, Sozial- und Aufenthaltsrecht. Telefonische Anmeldung zu unseren Sprech- und Telefonzeiten unter 030 485 47 02.

BERATUNGEN

SOZIALBERATUNG

In der Sozialberatung werden Frauen bei sozialen und finanziellen Problemen beraten: • bei Fragen und Anträgen zu Wohngeld, Elterngeld und Kindergeld • in wirtschaftlichen Notlagen • zu Fragen rund um die Schwangerschaft
Anmeldung: 030 485 47 01 beratung@paula-panke.de

LEBENSBERATUNG

Du hast den Eindruck, in deinem Leben, in deiner Partnerschaft oder im Beruf in einer Krise zu stecken, die du alleine nicht bewältigen kannst? Bei uns erhältst du Unterstützung und Begleitung beim Finden von neuen Perspektiven und Lösungswegen.
Anmeldung unter: 030 485 47 01 oder beratung@paula-panke.de

BERATUNGEN FÜR FRAUEN IN GEWALTSITUATIONEN

Anonyme Beratung für Frauen, die von Gewalt betroffen sind, über Probleme sprechen möchten und Unterstützung suchen. Termine nach telefonischer Vereinbarung unter: 030 495 47 01 oder zufluchtwohnung@paula-panke.de
In Notfällen bitte die B.I.G. Hotline wählen: 030 611 03 00 (täglich von 8-23 Uhr erreichbar)

ZUFLUCHTSWOHNUNGEN

Unsere anonymen Zufluchtswohnungen bieten Schutz für Frauen mit und ohne Kinder, die von Gewalt bedroht oder betroffen sind und in Trennungs- oder Scheidungssituationen leben. Paula Panke bietet ebenso geflüchteten Frauen und ihren Kindern, die von Gewalt betroffen sind, Schutz. Für die Wohnungen wird ein befristeter Untermietvertrag abgeschlossen, damit betroffene Frauen ihre Situation in Ruhe überdenken und eine andere Lebensperspektive entwickeln können. Dabei beraten und unterstützen unsere Sozialarbeiterinnen.
Telefon: 030 485 47 01 oder zufluchtwohnung@paula-panke.de

FRAUENLADEN WEISSENSEE

FRAUENLADEN Paula in Weißensee Ein Kiezprojekt des Frauenzentrums Paula Panke e.V. Der Frauenladen ist ein Kommunikations-, Selbsthilfe- und Beratungstreffpunkt in Weißensee für Frauen aller Altersgruppen. **Kontakt:** FRAUENLADEN Paula | Langhansstraße 141 | 13086 Berlin Telefon: **030 960 637 61** | E-Mail: frauenladen@paula-panke.de **Unsere Sprech- und Telefonzeiten:** Mo 14:00 – 16:00 Uhr | Di 15:00 – 17:00 Uhr | Do 10:00 – 12:00 Uhr



UNSERE SPRECH- UND TELEFONZEITEN:

Mo 10:00 – 12:00 Uhr
Di 16:00 – 18:00 Uhr
Do 10:00 – 12:00 Uhr

TEL.: 030 485 47 02

ADRESSE:

Frauenzentrum Paula Panke e.V. | Schulstraße 25 | 13187 Berlin (S-U-Bahn Pankow, 5 min)

E-MAIL: frauenzentrum@paula-panke.de

WEBSEITE: www.paula-panke.de

Ihr erreicht uns auch auf:

Facebook @FrauenzentrumPaulaPanke
Instagram @paula.panke.ev
Twitter @Frauenpolitik
Youtube Paula Panke

Projektmanagerin: Kathrin Möller, leitung@paula-panke.de, Telefon: 030 480 99 845
Projektkoordinatorin: Nadja Bungard kommunikation@paula-panke.de, Telefon: 030 480 99 846
Gruppenkoordinatorin: Lilly Granitz lilly.granitz@paula-panke.de, Tel.: 030 480 99 846

Wir sprechen Englisch, Französisch, Farsi, Dari, Italienisch.

SPENDENKONTO:

Frauenzentrum Paula Panke e.V. | Deutsche Kreditbank AG
BLZ 120 300 00 | KTO 182 49 276
IBAN: DE 62 12030000 00 18249276 | BIC: BYLADEM 1001

WIE FINANZIEREN WIR UNS?

Das Frauenzentrum Paula Panke e.V. erhält Zuwendungen von der Senatsverwaltung für Wissenschaft, Gesundheit, Pflege und Gleichstellung, vom Bezirksamt Pankow und von der zgs consult GmbH. Paula Panke e.V. arbeitet aktiv mit vielen anderen Projekten im Berliner Frauennetzwerk (BFN) und im Arbeitskreis Pankower Frauenprojekte zusammen.

Barrierefreiheit: Für die Stufe am Hauseingang bietet das Frauenzentrum eine mobile Rampe. Der weitere Zugang ist barrierefrei und für die meisten E-Rollstuhlnutzer*innen passierbar. Unsere schmalste Tür ist ca. 80cm breit. Unsere Toilette ist rollstuhlgerecht.

FRAUEN, DIE SICH IN GEWALTSITUATIONEN BEFINDEN, WÄHLEN BITTE 030 485 47 01.

Frauenzentrum
PAULA PANKE
e.V.

Programm

02 | 03 | 04 | 05

2023

VERANSTALTUNGEN

Liebe Besucher*innen, unsere Angebote sind kostenfrei, wir bitten um Spenden. Alle Veranstaltungen/Gruppen finden, wenn nicht anders angegeben, ohne Anmeldung + bei uns vor Ort statt.

JEDEN	FREITAG	14:00 - 15:30 UHR	📍	♀
-------	---------	-------------------	---	---

WärmeCafé - Berliner Netzwer der Wärme

Wir öffnen unsere Räume für alle zum Aufwärmen in der kalten Jahreszeit. Es gibt Tee, Kaffee und Zeit zum Austausch und für Fragen. Einfach klingeln.

FR	03	FEBRUAR	19:00 UHR	📍	♀
----	----	---------	-----------	---	---

Vernissage der Ausstellung "Ans Licht" - mit Almut Koch

Almut Koch bringt die Bilder ihrer Urgroßmutter Margarethe Freudenberg ans Licht – in der Stadt, in der sie vor gut 120 Jahren entstanden sind. Bis zu ihrem 24. Lebensjahr malte und zeichnete Freudenberg intensiv. Ab ihrer Eheschließung 1901 widmete sie sich ausschließlich der Familienarbeit. Die Ausstellung "Ans Licht", zeigt nicht nur eine kleine Auswahl der Arbeiten, sie zeichnet auch die biografischen Linien der Künstlerin, die in der Familie überliefert sind. Zur feierlichen Eröffnung stellt Almut Koch das Werk ihrer Urgroßmutter vor. Dazu spielt die Cellistin Anne Müller.



Foto: © Almut Koch

MI	08	FEBRUAR	18:00 - 20:00 UHR	📍	♀
----	----	---------	-------------------	---	---

Finanz-Workshop für Frauen: Nachhaltig investieren - aber wie? – mit Birgit Ladwig von der Entwicklungsgenossenschaft Oikocredit

Was macht meine Bank eigentlich mit meinem Geld? Wie funktionieren Geldanlagen? Wie kann mein Geld Positives bewirken und den Zielen der Nachhaltigkeit dienen? Immer mehr Menschen stellen sich diese Fragen und wollen Verantwortung für die Auswirkungen ihrer Geldanlage übernehmen. Birgit Ladwig von der Entwicklungsgenossenschaft Oikocredit wird eine Einführung zum Thema Finanzen und Nachhaltigkeit sowie konkrete Anregungen zum Handeln geben.

Vorkenntnisse im Bereich Geldanlagen und Finanzen sind nicht nötig. Anmeldung erforderlich: programm@paula-panke.de | 030 485 47 02

FR	10	FEBRUAR	19:00 - 21:00 UHR	📍	♀
----	----	---------	-------------------	---	---

Offene Winter-Lesebühne: "Was uns wachsen lässt..." 10 Autorinnen lesen je maximal 10 Minuten Selbstverfasstes und Unveröffentlichtes

Geh auf die Bühne und lies deine eigenen Texte! Triff auf ein neugieriges, freundlich-aufgeschlossenes Publikum. Lesezeit: maximal 10 Minuten pro Autorin. Wir freuen uns über alles, was berührt, provoziert und neue Blickwinkel herausfordert. Alle, die lesen möchten, bitten wir um Anmeldung. Anmeldung erforderlich: programm@paula-panke.de | 030 485 47 02

VERANSTALTUNGEN

FR	17	FEBRUAR	16:00 - 18:00 UHR	📍	♀
----	----	---------	-------------------	---	---

Mal-Workshop: Florale Kompositionen – mit Katja Schütt

Inspiziert von der Ausstellung „Ans Licht“ geht es in diesem Workshop um florale Motive. Unter Anleitung der Künstlerin Katja Schütt sammeln Teilnehmerinnen Assoziationen für ein eigenes Motiv und erhalten einen Überblick zeichnerischer Techniken. Sie beschäftigen sich mit Fragen wie: Was ist eine Impression? Wie fängt man eine Stimmung, einen Charakter ein? Wie entsteht eine lebendige Komposition?

Anmeldung erforderlich: programm@paula-panke.de | 030 4854702

DO	23	FEBRUAR	18:00 UHR	📺	📍	♀
----	----	---------	-----------	---	---	---

Nachbarschaftsgespräch: "Geschlechtergerechte Verhütung" – mit Rita Maglio und Jana Pfenning von Better Birth Control e.V.

Am 1. Juni 1960 kam die erste Antibabypille in den USA auf den Markt. Seitdem wurden viele hormonelle und nicht-hormonelle Verhütungsmittel entwickelt - ausgerichtet auf den weiblichen Körper. Für Männer gibt es dagegen keine reversiblen und marktfähigen Langzeitverhütungsmittel. Warum gibt es dieses Ungleichgewicht? Und wann wird es die Pille für den Mann geben? Mit den beiden Gründerinnen von Better Birth Control diskutieren wir, warum wir immer noch wie in den 1960er Jahren verhüten und wie eine geschlechtergerechte Verhütung möglich ist.



Foto: © betterbirthcontrol

DI	07	MÄRZ	19:00 UHR	📺	📍	♀
----	----	------	-----------	---	---	---

Women in Dialogue „Frauen mit Flügel“ - ein musikalisch-literarischer Abend mit Friederike Möckel und Iris Gold

Wild, laut, frei... Am Vorabend des Weltfrauentags haben wir zwei Frauen mit Instrumenten zu Gast. Sie räumen auf mit Rollenbildern und Vorstellungen wie die von der Schuldhaftigkeit von Eva oder Pandora.

MI	08	MÄRZ		📍	♀
----	----	------	--	---	---

Internationaler Frauentag

Frauen/FLINTA* - kommt heraus zum 8. März! Heute wie damals ist es wichtig, für unsere Rechte zu demonstrieren. Lasst uns zusammen auf die Straße gehen! Treffpunkt und Uhrzeit bitte kurz vorher erfragen über programm@paula-panke.de

FR	10	MÄRZ	16:00 - 20:00 UHR	📍	♀
----	----	------	-------------------	---	---

Forum: Feministische Perspektiven auf Gesundheit – Auftakt zur neuen Bildungsreihe "Stark - Feministisch - Gesund. Wie gut geht's uns eigentlich?"

Gesundheit denken, Gesundheit aktivieren, Gesundheit feiern - gemeinsam mit euch und Akteur*innen aus unserem Netzwerk

VERANSTALTUNGEN

möchten wir unsere neue Bildungsreihe starten. In drei Gesprächsrunden geht es um:

- medizinische Perspektiven auf Gesundheit,
- Rassismus und Gesundheit sowie
- Auswirkung von prekärer Arbeit auf Gesundheit.

Anschließend wollen wir bei einem gesunden Mitbring-Bufferet zusammenkommen und feiern.

DO	23	MÄRZ	18:00 - 20:00 UHR	📍	♀
----	----	------	-------------------	---	---

Wochen gegen Rassismus "Ich bin doch nicht rassistisch!?" – Rassistischen Strukturen spielerisch auf die Spur kommen. Für alle weißen u.a. interessierten Frauen

Im Rahmen der diesjährigen Wochen gegen Rassismus wollen wir als weiße Frauen den Blick auf uns selbst richten. Wir würfeln, ziehen Fragen und unterhalten uns, wie viel Rassismus in uns bzw. unserer (weißen) Gesellschaft steckt. Die Spielrunde wird angeleitet und moderiert.

Anmeldung erforderlich: programm@paula-panke.de | 030 485 47 02

FR	31	MÄRZ	18:00 - 20:00 UHR	📍	♀
----	----	------	-------------------	---	---

Theater-Premiere "In den Kleidern meiner Mutter" – Das neue Stück der Theater AG bei Paula Panke e.V.

Wie wollen wir leben, lieben und arbeiten? Eine szenische Auseinandersetzung zu den Themen Frau-, Mutter-, Tochter-, Schwestersein. In ihrem neuen Stück beleuchtet die Theatergruppe "Altweibersommer" diese Rollenmuster sowohl im privaten als auch im gesellschaftlichen Kontext.

FR	14	APRIL	AB 19:00 UHR	📺	📍	♀
----	----	-------	--------------	---	---	---

Paula Talk "Andersdenkerinnen - Annäherungen an Helene Nathan, Anna Seghers und Hannah Arendt" Vorstellung der Graphic Novel von und mit Anna Faroqhi. Moderation: Ulrike Hempel

Die Filmemacherin und Zeichnerin Anna Faroqhi erzählt in ihrer Graphic Novel aus der Perspektive von drei jungen Menschen der Gegenwart die Lebens- und Fluchtgeschichten dieser drei jüdischen intellektuellen Frauen, die in NS-Deutschland nicht leben konnten.

FR	21	APRIL	16:00 - 18:00 UHR	📍	♀
----	----	-------	-------------------	---	---

Schreib-Workshop: "Ich muss noch so viel schreiben" – mit Fritz Jarmatz begleitend zur aktuellen Ausstellung "Ans Licht"

Warum schreiben wir? Und wann und warum kommen wir (nicht) dazu? Denkend, fühlend, schreibend nähern wir uns dem Raum, in dem Mit-Teilen möglich ist. Bitte bringt mit: Heft und Stift, die euren Händen gefallen.

Anmeldung erforderlich: programm@paula-panke.de | 030 485 47 02

VERANSTALTUNGEN

FR	28	APRIL	18:00 UHR	📍	♀
----	----	-------	-----------	---	---

Nachbarschaftsgespräch: Gedenken an Femizid in Pankow vor einem Jahr - mit Politiker*innen und Akteur*innen aus Berlin

Ein Jahr nach dem Mord auf offener Straße an einer Pankowerin wollen wir ihr gedenken und das Gespräch zum Thema geschlechtsspezifische Gewalt weiterführen. Welche Hilfsangebote sind notwendig und was wird auf politischer Ebene aktuell getan? Wir laden zu einem Gespräch mit Politiker*innen und Akteur*innen aus dem lokalen Netzwerk ein.

DO	04	MAI	19:00 UHR	📺	📍	♀
----	----	-----	-----------	---	---	---

Lesung Sexualität von Menschen mit Vulva - mit Vivien Schlitter

Das Buch "Orgasmic Women" informiert zum aktuellen Stand der Genitalien-Anatomie, klärt über die Forschung der Erregung auf, zeigt die Vielfalt von Körpern und sexuellen Mustern. Es lädt Menschen zum Entdecken ihrer eigenen Wünsche ein, um ihre Selbstbestimmung zu fördern.



Foto: © edelbooks

SA	06	MAI	14:00 - 15:30 UHR	📍	♀
----	----	-----	-------------------	---	---

Paula unterwegs: Auf den Spuren berühmter Frauen in Pankow – mit AG SpurenSuche

Wer ist die Autorin von „Leise Peterle leise...“? Welche Frau hat sich zu Beginn des 20. Jahrhunderts mit einem selbst finanzierten Mütter-Hospiz für obdachlose, ledige Schwangere und Mütter in Pankow engagiert? Und von wem ist die kleine Trümmerfrau in der Ossietzkystraße? Erfahrt mehr über diese und andere berühmte Frauen in Pankow bei unserem Spaziergang.

Treffpunkt: Frauenzentrum Paula Panke, Schulstr. 25

Anmeldung erforderlich: programm@paula-panke.de | 030 485 47 02

MI	10	MAI	18:00 - 20:00 UHR	📍	♀
----	----	-----	-------------------	---	---

Paula Talk: Kann eine feministische Zukunft nur vegan gedacht werden? - mit Lea Marignoni von fembi e.V.

Trotz schwerwiegender Auswirkungen auf Menschen, Tiere und den Planeten steigt der weltweite Fleischkonsum weiterhin. Doch zeigen Studien, dass nicht alle Menschen den gleichen Umgang mit Fleisch und dessen Konsum pflegen. In diesem Vortrag wollen wir uns damit auseinandersetzen, wie hoher Fleischkonsum mit patriarchalen Strukturen und toxischer Männlichkeit zusammenhängt und ob eine feministische Zukunft nur vegan gedacht werden kann.

VERANSTALTUNGEN / GRUPPEN

MI	24	MAI	17:00 - 19:00 UHR	📍	♀
----	----	-----	-------------------	---	---

Tag der offenen Tür - Gruppen bei Paula Panke stellen sich vor

Bei Paula Panke gibt es ein umfangreiches Angebot an (Selbsthilfe-) Gruppen, angefangen beim Frauen-Redeclub, über unseren feministischen Lesezirkel, das Sprachcafé bis hin zum Interkulturellen Frauentreff. An diesem Tag stellen sich die Gruppen vor. Es ist nichts Passendes dabei? Dann kommt und erzählt uns, was fehlt. Wir freuen uns auf euch!

DO	25	MAI	19:00 UHR	📍	♀
----	----	-----	-----------	---	---

Workshop - Leichtigkeit durch Loslassen

Kreatives Loslassen: Collagen gestalten – mit Gabi Rimmel

Wer besitzt sie nicht: Stapelweise Zeitschriften, die zu schade sind zum Wegwerfen – aber dennoch nie wieder gelesen werden. Warum also nicht gemeinsam kreativ werden und daraus Collagen gestalten: Geburtstagskarten, Wandbilder, Geschenkpapier. Beim gemeinsamen Basteln können wir uns außerdem wunderbar über das Loslassen unterhalten, Tipps austauschen und vor allem Spaß haben.

Anmeldung erforderlich: programm@paula-panke.de | 030 485 47 02

GRUPPEN	📍	♀
---------	---	---

Information und Anmeldung für alle Gruppen: anmeldung@paula-panke.de

NEU	KREATIVES SCHREIBEN	📍	♀
-----	---------------------	---	---

Viele Frauen haben große Freude am Schreiben und würden es gern regelmäßig tun. Ohne Inspiration von außen und allein zu Hause fällt es ihnen jedoch oft schwer, etwas zu Papier zu bringen. Unter der Anleitung von Antje Remke treffen sich monatlich Frauen, um mit Hilfe von Impulsen den eigenen Schreibfluss zu aktivieren. Auf Wunsch gibt es wohlwollende Resonanz. Vorerfahrungen sind nicht nötig. Antje Remke leitete bereits eine Schreibgruppe und hat zwei Bücher mit eigenen Texten veröffentlicht. Leitung: Antje Remke
Jeden 4. Dienstag im Monat - 19:00-21:00 Uhr

NEU	GRUPPE FÜR HOCHSENSIBLE	📍	♀
-----	-------------------------	---	---

Viele hochsensible Frauen sind introvertiert und in ihrem privaten und beruflichen Umfeld stark gefordert. Sie verstecken sich oft mit ihren Talenten. Die Gruppe bietet Raum, sich im geschützten und überschaubaren Rahmen auszutauschen, zu inspirieren und zu stärken. Die Leiterin Antje Remke ist selbst hochsensibel und erfahren im Leiten von Gruppen.
Jeden 1. Dienstag im Monat - 19:00-21:00 Uhr