

### **"Manchmal kommt ´s dicke"**

Vom 18.03.2006

iz. IDSTEIN Über 50 Angebote zum Thema "Frauen in Balance - durch dick und dünn" bietet der dritte Idsteiner Frauentag am Samstag und Sonntag, 25. und 26. März im Gerberhaus. Veranstalterinnen sind Beate Oehl, Trainerin für Personalentwicklung, und die Gleichstellungsbeauftragte Heidi Göbel.

Nach einem Grußwort von Prof. Dr. Gudrun Neises von der Europa Fachhochschule Fresenius wird Imageberaterin Lilli Wilken den Eröffnungsvortrag "Hand auf ´s Herz... manchmal kommt es wirklich dicke" halten.

Zahlreiche Beratungs- und Informationsangebote sind zu den vier Themenbereichen Kunst und Kultur, Gesundheit und Fitness, Beauty und Wellness sowie Beruf und Familie am Samstag, 25. März, von 14.30 Uhr bis 18.30 Uhr und am Sonntag, März, von 11 bis 18 Uhr auf drei Etagen im Idsteiner Gerberhaus zu finden.

"Mit allen Sinnen" ist das Motto der oberen Etage, wo es um sehen, hören, schmecken, riechen und fühlen, geht: Mode für "Problemfiguren", Image und Auftreten, gesunde Haut und gesunder Rücken sowie Kommunikation und "Gutes" für die Nase können erfahren und erlebt werden. Ausgesuchte Spezialitäten laden im Zwischengeschoss im Bistro "Balance" zu einem weiteren Sinneserlebnis ein.

Viele interessante Vorträge und Workshops über Gesundheit, Familienrecht, Kommunikation, neue Lebensabschnitte, Selbstbehauptung- und Selbstverteidigung, Übungen für die Stimme, meridiane Energietechnik und über die Signale unserer Körpersprache bis zur Aufforderung "Entrümpeln Sie Ihren Lebens- und Berufsalltag" geben Denkanstöße.

Ein Parcours für die "grauen Zellen" hält Überraschungen bereit. Riitta Soini stellt ihre Bilder aus. Der Eintritt ist frei; die Teilnahme an den vier Workshops kostet 15 bis 25 Euro.

Ein besonderes Highlight ist am Samstag, 19.15 Uhr eine Lesung von Peter Lückemeier, der mit seinen "Herzblatt-Geschichten" den Frauen hilft "Männer zu verstehen" (Eintritt zehn Euro).

Das ausführliche Programm findet sich auf der Homepage [www.idsteiner-frauentag.de](http://www.idsteiner-frauentag.de).