

HERZLICHE EINLADUNG STIMM- UND MUSIKWORKSHOP

STIMME FINDEN STIMME HABEN STIMME SEIN

Worum geht's?

Die eigene Stimme finden und sie zu nutzen ist eine Frage von Ruhe, Zeit und Kraft. Nur wer die Zeit dafür hat und sie sich nimmt oder nehmen kann, hat auch die Macht, etwas zu verändern. Nur wer Zeit und Ruhe hat, kann bei Bedarf auch laut werden und die Stimme kraftvoll erheben, um genau dies zu tun. Frauenbiografien fehlt es meist an Zeit und Ressourcen. Denn oft stehen gesellschaftliche Erwartungen an Frauen dem Eintreten für eigene Bedürfnisse und Interessen entgegen.

Durch die Stille-, Stimm- und Musikübungen führt der Gesangspädagoge Henry Prediger. Sonja Essers und Karin Reisige moderieren anschließend durch Fragen des Wollens und Forderns sowie Anliegen von gesellschaftlicher Verteilungsgerechtigkeit und Lebensqualität für Frauen.

Wann? 25.11.2025 von 10 bis 16 Uhr

Wo? Nell-Breuning-Haus, Wiesenstraße 17 52134 Herzogenrath

Die Veranstaltung ist kostenlos und inklusive Getränke, Mittagessen und Snacks.



Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen

