

## MACHWATT IM BEGINENHOF

### SPIELETREFF IM MACHWATT

Bekannte und neue Gesellschaftsspiele  
für MitspielerInnen von 8 - 88,  
jeden 2. Montag im Monat von 18.00 -23.00 Uhr

### GOOD NIGHT LADIES

Singen mit Ilse –von der Arie bis zur Mundorgel  
Jeden letzten Montag im Monat von  
19.00-20.30 Uhr, Ladies only!

### VERFLIXT UND ZUGENÄHT!

Gemeinsam geht es besser! Ein ganzer Tag zum  
Nähen mit gegenseitiger Unterstützung!  
Sonntag, 22.10.2017 von 11 - 18 Uhr  
Anmeldung und Info: claudiabellok@yahoo.com

### ERZÄHLCAFÉ FÜR FRAUEN

Zum Kennenlernen und Ausprobieren der deut-  
schen Sprachkenntnisse für neue Nachbarinnen  
Jeden 2. und 4. Freitag im Monat von 17.30 -19.30

### KOCHABENDE MIT GEFLÜCHTETEN

Ehrenamt Agentur Essen  
Jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat, 17 - 21 Uhr.  
Kontakt: Viktorija Mousa, 0201-839 14 90

### VON GÄNSEBLÜMCHEN BIS BRENNNESSEL

Für Menschen, die zusammen das Wesen von  
(Heil-)Pflanzen erkunden wollen  
Freitag, den 06.10.2017 von 18.30-20.00 Uhr

### GROSSMÜTTERKREIS

Für alle Frauen, die sich mit Weisheit und Humor  
über das Altwerden austauschen wollen  
Sonntag, den 08.10. von 15.00 - 18.00 Uhr

## 01.-31.10.2017 PUBLIKUMSVOTING

### ENGAGEMENTPREIS NRW 2017

Seit einigen Jahren würdigt das Land NRW und die  
NRW-Stiftung Naturschutz, Heimat- und Kulturpflege  
jedes Jahr besonders gelungene und inspirierende Pro-  
jekte mit dem Engagementpreis NRW.

Der Preis steht in diesem Jahr unter dem Motto  
»Generationen schaffen Möglichkeiten – gemeinsam  
Engagement gestalten«

Unser Beginenhof ist für uns eine Realität gewordene  
Möglichkeit der Gestaltung, ein Zuhause für alle Ge-  
nerationen, mit einer Vielfalt an Möglichkeiten, sich  
gemeinsam zu engagieren, für Geflüchtete, für Natur  
und Umwelt, für Nachbarschaft und einen Generatio-  
nendialog. Hier finden Frauen Raum für ihr soziales  
Engagement und für Kunst, Kultur und Kurse.

Ende 2016 erfuhren wir, dass unsere Bewerbung er-  
folgreich war und wir tatsächlich zu den 12 Nominier-  
ten gehören. Als erstes Projekt wurden wir im Januar  
2017 auf der Website des Landes NRW vorgestellt.  
Nun kommt der nächste Schritt. Vom 1. bis zum 31.  
Oktober 2017 wird mit einer Online-Abstimmung der  
Träger des Publikumspreises zum »Engagementpreis  
NRW 2017« ermittelt. Am 7. Dezember 2017 wird  
im Rahmen einer feierlichen Veranstaltung in Düssel-  
dorf das Siegerprojekt bekanntgege-  
ben.

**Bitte unterstützen Sie uns mit Ihrer Stimme!  
Weitere Informationen und den  
Link zur Stimmabgabe finden Sie auf  
[www.engagiert-in-nrw.de/](http://www.engagiert-in-nrw.de/)  
[publikumsvoting-engagementspreis-nrw-2017](http://publikumsvoting-engagementspreis-nrw-2017)**



BEGINENHOF  
ESSEN e.V.

## VERANSTALTUNGEN IM OKTOBER 2017

Beginenhof Essen, Frauenkultur an der Ruhr e.V.  
Goethestr. 63-65, 45130 Essen  
Telefon und Fax: 0201/714512  
E-Mail: [info@beginenhof-essen.de](mailto:info@beginenhof-essen.de)  
[www.beginenhof-essen.de](http://www.beginenhof-essen.de)  
[www.facebook.com/machwatt](https://www.facebook.com/machwatt)

## KURSE UND WORKSHOPS

### **KLANGMEDITATION**

Harmonische, obertonreiche Klänge von Klangschalen und Gong führen zu angenehmer und bewusster Entspannung in einem Bad aus Klängen.

Dienstag, 10.10.2017, 11.00-12.00 Uhr

Cordula Prions, 0201/71 69 34

oder [energieklangoase@gmx.de](mailto:energieklangoase@gmx.de),

Kosten 8 €

### **STIMMBILDUNG:**

#### **KLINGENDE RESONANZRÄUME**

In diesem Workshop geht es um das Öffnen der Resonanzräume des Kopfes und der Brust. Nur wenn die Resonanzräume mitschwingen, kann die Stimme das eigene Timbre entfalten. Lautstärken lassen sich müheloser variieren, so dass auch das leise Singen mit weiter Einstellung passieren kann.

Anfänger und Fortgeschrittene sind gleichermaßen willkommen.

Sonntag, 15.10.2017, 15.00-19.00 Uhr

Kerstin Gennet, 0178/4060040 oder

[Kerstin@gennet.de](mailto:Kerstin@gennet.de)

Mehr Infos: [www.kerstin-gennet.de](http://www.kerstin-gennet.de)

Kosten 40 €

## FRAUENZIMMER

### **DAS IST DAS LETZTE!**

einer langen Reihe von Frauenzimmern im Saal des Beginenhofs. Fast unmittelbar, nachdem die Handwerker ihre Arbeit getan hatten, ging es los, einmal im Monat mit entspannten Gesprächen zu spannenden Themen. Hier wurden Frauen vorgestellt, die bekannte Namen tragen wie Elisabeth-Kaiserin von Österreich-Ungarn, und andere, die über ihre Talente und Lebenswege in der Gegenwart berichteten: Heilerinnen, Wandergesellinnen, Literaturwissenschaftlerinnen, Frauen, die sich in Afghanistan oder auf dem Balkan für die Rechte und den Schutz von Frauen einsetzen. Jetzt schließt das Frauenzimmer seine Tür, nicht ohne sich zu verabschieden von Gestalterinnen und Besucherinnen, die Vielfalt und Kreativität dieser besonderen Veranstaltung zu würdigen und zu feiern- wie immer mit kleinem Imbiss und in dem Wissen, dass, wenn eine Tür geschlossen wird, eine andere sich öffnen kann, irgendwann.

Freitag, den 13.10.2017

Einlass 19.30 Uhr zu einem kleinen Imbiss,

Beginn 20.00 Uhr, der Eintritt ist frei!

## REGELMÄSSIGE TERMINE

### **INFORMATION UND FÜHRUNG**

Am 1.Samstag jeden Monats (außer in den Ferien), Nächster Infotermin am 02.09.11.00 Uhr  
Treffpunkt Haupteingang

### **MEDITATION**

#### **ZUM WOCHENANFANG**

Jeden Montag von 7.00-7.30 Uhr  
im Raum der Stille, nur für Frauen

### **MITBRINGFRÜHSTÜCK**

FLiP Frauenliebe im Pott e.V.

Jeden 4. Sonntag im Monat ,  
11.00 - 14.00 Uhr im Saal

### **GEMEINSAMES MITTAGESSEN IM MACHWATT**

Gutes Essen in netter Gesellschaft und immer auch ein vegetarisches Gericht!

Jeden Dienstag und Donnerstag  
von 12.00-13.30 Uhr

### **MACHWATT MIT SAHNE: KUCHEN UND MEHR**

Treffpunkt zum Quatschen, Spielen, Schmökern,  
Tauschen und mehr!

Jeden 1. Mittwoch im Monat ab 15 Uhr