



Mit Herz und Verstand ...

Samstag
20. Juni 2026

Evangelische Markuskirche
Porz-Eil

Mit Herz und Verstand ...

Anmeldung
bitte bis **12. Juni 2026**
schriftlich

Kontakt & Anmeldung

Ute Verch
Evangelisches Frauenreferat
Wuppertaler Str. 21a, 51067 Köln
Tel.: 0221/278561-93 (Fax: -08)
E-Mail: ute.verch@ekir.de

Teilnahmebeitrag

18 Euro für Verpflegung & Programm
(bei Bedarf gesonderte Regelung möglich)

Bitte überweisen auf das Konto

Kirchenkreises Köln-Rechtsrheinisch

IBAN DE79 3506 0190 1010 9250 17 (KD-Bank Duisburg)

Verwendungszweck:

Frauentag – Name der Teilnehmerin

Veranstaltungsort:

**Evangelisches Gemeindezentrum
Markuskirche**

Martin-Luther-Str. 38
51145 Köln (Porz-Eil)

Anreise:



Es sind sowohl eigene Parkplätze als auch weitere kostenfreie Parkmöglichkeiten in der näheren Umgebung vorhanden.



Diverse S-Bahnen oder RB fahren bis zum Bahnhof Porz oder alternativ mit der Linie 7 bis Porz Markt und umsteigen.



Bus Linie 151, 152 oder 160, Haltestelle „Im Falkenhorst“ (+ 4 Minuten Fußweg).



Liebe Frauen,

herzliche Einladung zum **6. Frauentag im Kirchenkreis Köln-Rechtsrheinisch** unter dem Motto „Mit Herz und Verstand...“! In ökumenischer Weite feiern wir gemeinsam einen fröhlichen und inspirierenden Tag. Wir starten mit einem Impuls, genießen ein leckeres Mittagessen und freuen uns danach auf ein besonderes Konzert – eine kleine Revue durch die 20er Jahre.

Im Mittelpunkt des Tages stehen acht verschiedene Workshops für Herz und Verstand: Hier können Sie Neues ausprobieren, Erfahrungen sammeln, Besonderes hören und erleben. Sie haben die Möglichkeit, zwei Workshops nach Ihren Interessen auszuwählen, einen für den Vormittag und einen für den Nachmittag. Bitte geben Sie je eine Alternative an, falls ein Angebot bereits belegt sein sollte. Die Beschreibungen finden Sie umseitig.

Durch den Tag und beim gemeinsamen Abschlussgottesdienst begleitet uns ein biblischer Text aus der Apostelgeschichte (Apg. 16, 11-15), der von Lydia, einer Purpurwollhändlerin erzählt ...

Seien Sie dabei – wir freuen uns auf Sie und euch!

Im Namen des gesamten Vorbereitungsteams grüßt herzlich
Ute Verch

Anmeldung zum 6. Frauentag am 20. Juni 2026

Auch per Fax: 0221/278561-08

oder per

E-Mail: ute.verch@ekir.de

An

Ute Verch

Evangelisches Frauenreferat

Wuppertaler Str. 21a

51067 Köln



Mit Herz und Verstand ...

Workshops I

1 Geh aus, mein Herz, und suche Freud ... in dieser lieben Sommerzeit!

Joanna Lenk Kantorin

Es geht um die Freude am gemeinsamen Singen – Vorerfahrung ist nicht nötig. Wir tauchen in die Welt der Herzenslieder ein: Schlager über die Liebe, Songs über Herzschmerz oder Gesangbuch-Klassiker bilden die bunte Mischung: bekannte, neue, geistliche, weltliche, ein- und mehrstimmige Lieder.

3 Herzensbox Manuela Lamp

Inhaberin von Mapurna, Gartenatelier in Köln

In diesem Workshop gestaltest du eine Herzensbox für deinen Alltag – ausdrucksstark und richtig praktisch. Mit Kreidefarben und kleinen Botschaften entsteht ein persönliches Stück, das dich begleitet. Beim Vorbeigehen, Inhalieren oder Durchatmen schenkt dir deine Box einen liebevollen Impuls.

2 HerzensAnliegen – Worte finden für das, was ich liebe

Antje Rinecker Studienleiterin
Melancthon-Akademie

Wie sage ich, woran ich glaube, was mich bewegt, was ich liebe? „HerzensAnliegen“ macht Lust, dem auf die Spur zu kommen und die richtigen Worte zu finden – gegenüber sich selbst, gegenüber anderen und gegenüber Gott. Je besser wir kommunizieren, desto klarer bringen wir unsere Werte, Ideale und Sehnsüchte in die Gesellschaft ein.

4 FrauenHerzgesundheit

Referentin angefragt

Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind die häufigste Todesursache bei Frauen – noch vor Brustkrebs. Viele Frauen unterschätzen ihr persönliches Risiko, besonders rund um die Wechseljahre. Dabei verändern sich in dieser Lebensphase Körper, Hormone und Herzgesundheit deutlich. Nach einem Vortrag ist Zeit für Austausch und Fragen.

Pause 12.00 Mittagspause & Essen

Workshops II

5 „Politik ist angewandte Liebe zum Leben.“

Susanna dos Santos Herrmann

Beraterin für strategische Kommunikation

Der Satz der Philosophin Hannah Arendt ist Motto und Motivation für gesellschaftliches und politisches Engagement in unserem Gemeinwesen – unabhängig von Parteipolitik. Die beste Idee ist nichts wert, wenn sich niemand aufmacht, sie umzusetzen. Der Weg vom „Man müsste mal“ zum „Wir machen es“ wird interaktiv beleuchtet!

6 Gemeinsam Herzen tanzen lassen Sonia Fontana

Dipl. Tanzpädagogin

Gemeinschaft, Verbundenheit, Wärme – das alles und noch mehr kann man im gemeinsamen Tanz erleben. Ein kostbares Erlebnis, das berührt und unsere Herzen tanzen lässt. Lasst uns mit Leichtigkeit einfache Schrittfolgen erlernen, Tanz mit Freude & Genuss erleben und die Sonne in unseren Herzen spüren!

* Vorkenntnisse nicht erforderlich, bequeme Kleidung & Stoppersocken mitbringen

7 herzUNDverstand

Ingrid Kibilka Pfarrerin i.R.

Frauen - mehr Herz als Verstand? Wer kennt diese Floskel nicht? Herz und Verstand: theologisch betrachtet.

8 Herzensorte - unterwegs auf einem Mini-Pilgerweg

Manguela Fokuhl Presbyterin, Eiler Anwohnerin

Ulrike Plath Synodalbeauftragte für Frauenarbeit

Wir gehen raus und suchen Herzensorte in Eil: ein kleiner Pilgerweg rings um die Markuskirche mit Informationen und geistlichen Impulsen, wenn wir innehalten. Wir gehen langsam und machen Pausen.



Ablauf

- 9.30 Uhr **Ankommen, Stehkafee/-tee**
- 10.00 Uhr **Begrüßen & Einsteigen Impuls**
- 10.30 Uhr **Workshops 1 – 4**
- 12.00 Uhr **Mittagspause & Essen**
- 13.00 Uhr **Konzert als Dessert**
- 14.00 Uhr **Workshops 5 – 8**
- 15.30 Uhr **Abschlussgottesdienst**
- 16.30 Uhr **Verabreden & Verabschieden**



13.00 Uhr

KONZERT ALS DESSERT

Lassen Sie sich mitnehmen ins Berlin der zwanziger Jahre! Die Goldenen Zwanziger werden sie genannt, rauschende Partys wurden gefeiert, Kabarets und Revuen boomten. Ein neuer Musikstil entstand, wild, frei und vielfältig.

Die Chansons spiegeln den Zeitgeist wider. So entstand z.B. auch ein neues Frauenbild: Selbstbewusst, frech und humorvoll besang Claire Waldoff den Feminismus, sprach aber auch soziale Missstände oder Tabuthemen provokant an.

Annette Goebel (Sängerin) und **Klaus Gerling** (Klavier) erheitern das Publikum mit einigen Beispielen.

15.30 Uhr Frauengottesdienst // Mit Herz und Verstand ...

Anmeldung zum 6. Frauentag Köln-Rechtsrheinisch // Sa. 20. Juni 2026 // Ev. Markuskirche Porz-Eil

Name, Vorname: _____

Adresse: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

Gemeinde: _____

Anmerkung: _____

- Den Tagungsbeitrag in Höhe von 18 Euro habe ich überwiesen auf das Konto des Kirchenkreises Köln-Rechtsrheinisch
KD-Bank Duisburg, IBAN DE79 3506 0190 1010 9250 17 // Verwendungszweck: Frauentag – Name der Teilnehmerin
- Ich interessiere mich vormittags für Workshop Nr. ____ und nachmittags für Workshop Nr. ____ .
- Alternativ wähle ich vormittags Nr. ____ und nachmittags Nr. ____ .



Datum _____ Unterschrift _____

>> **Anmeldung bitte bis 12.6.2026** schriftlich per Post, Fax oder E-Mail an Ute Verch, Evangelisches Frauenreferat, Kirchenkreis Köln-Rechtsrheinisch