



# INTERNATIONALER FRAUENTAG

## Visionboard-Workshop

*Christella Blomen, Wortrausch kulturpuls*

**8. März 2026  
9.30 - 17 Uhr**



*Cottage  
An der Kirche, Obertiefenbach*



Kreativität, Inspiration, Intuition:  
Vom Wunsch zur Wirklichkeit

Tag zum Innehalten und Gestalten:  
Was will ich wirklich?

Visionen für die Zukunft  
selbstwirksam kreieren

**Kosten: 60 Euro**  
incl. Snacks und Getränke

Anmeldung unter:  
[geschaefsstelle@kvhs-rhein-lahn.de](mailto:geschaefsstelle@kvhs-rhein-lahn.de)

## **Internationaler Frauentag 2026: Kreativer Tag für Frauen**

**Wünsche, Ziele, Visionen – Frauen gestalten ihre Zukunft: Vision-Board-Workshop am Sonntag, 8. März 2026, von 9.30 bis 17 Uhr im Cottage in Obertiefenbach**

Anlässlich des Internationalen Frauentages lädt das „FrauenNetz des Rhein-Lahn-Kreises“ zu einem besonderen Angebot ein: Einem Tag der Kreativität, Intuition und Inspiration in der gemütlichen Atmosphäre des kleinen „Cottage“ in Obertiefenbach. Vom Wunsch zur Wirklichkeit: Viele Frauen stehen heute vor der Herausforderung, Familie, Beruf, persönliche Entwicklung und gesellschaftliches Engagement zu vereinen. Neben Selbstbestimmung, Gleichberechtigung, Achtsamkeit und persönlicher Entfaltung geht es in ihrem Leben auch um berufliche oder materielle Ziele, um innere Balance, Lebensfreude und den Mut, neue Wege zu gehen.

Der Workshop bietet Frauen einen geschützten Raum, um innezuhalten und sich zu fragen: Was will ich wirklich? Was ruft mich? Was will noch in mein Leben geholt werden?

Die Teilnehmerinnen erwarten ein wohltuendes Ambiente, das Raum für Selbstdürsorge und Kreativität bietet. Mit diesem Angebot möchten die Organisatorinnen des „FrauenNetzes Rhein-Lahn“ Frauen darin bestärken, ihre Lebensläufe zu würdigen, ihre Visionen für die Zukunft selbstbewusst zu gestalten und neue Impulse zu setzen.

Ein Vision-Board ist eine handgemachte Collage aus Bildern, Worten und Symbolen, die persönliche Wünsche und Lebensziele sichtbar macht. Es dient als tägliche Inspiration und Erinnerung daran, was sich aus dem Inneren heraus noch ins Leben hinein gestalten möchte. „Dein eigenes SIGN als ausdrucksstarkes persönliches Unikat-Plakat setzt enorme Wirkkraft und Freude frei und bringt Ordnung in den Raum der Möglichkeiten. Wenn wir unsere Ziele visualisieren, aktivieren wir nicht nur unsere Vorstellungskraft, sondern auch unsere innere Motivation“, erklärt die Workshop-Anbieterin Christella Blomen von Worrausch kulturpuls aus Bad Ems. „Das Vision-Board ist eine Art Kompass für die eigene Zukunft.“ Dabei ist ein Vision-Board kein kurzfristiges Projekt, sondern begleitet über Monate oder Jahre. Viele Teilnehmerinnen berichten, dass die intuitiv-kreative Arbeit mit dem Vision-Board eine „tiefgehende Wirkung“ hat – sie stärkt das Selbstvertrauen, inspiriert zu neuen Projekten und schafft Zugang zu den eigenen Ressourcen und Potentialen. Das eigene Vision-Board erinnert täglich daran, dass jede Frau die Gestalterin ihres Lebens ist. So wird aus einem analogen Cut-Up-Projekt ein Instrument zur Persönlichkeitsentwicklung und nachhaltigen Lebensgestaltung.

Diese Veranstaltung ist eine Kooperation des FrauenNetzes Rhein-Lahn und wird organisiert von der Gleichstellungsbeauftragten des Rhein-Lahn-Kreises, Dorothee Milles-Ostermann, der Referentin für gesellschaftliche Verantwortung und Bildung des Evangelischen Dekanats Nassauer Land, Beate Schmittel und der Leiterin der Kreisvolkshochschule, Katharina Kunz. Leiterin des Workshops ist Christella Blomen, Autorin & Poesiepädagogin, Worrausch kulturpuls, Bad Ems.-Die Kosten für den gesamten Workshop-Tag betragen 60 Euro inklusive Snacks und Getränken. Die Teilnehmerinnenzahl ist begrenzt. Veranstaltungsort ist das „Cottage“, An der Kirche in 56357 Obertiefenbach. Anmeldung richten Sie bitte an die Kreisvolkshochschule [www.kvhs-rhein-lahn.de](http://www.kvhs-rhein-lahn.de) oder [geschaefsstelle@kvhs-rhein-lahn.de](mailto:geschaefsstelle@kvhs-rhein-lahn.de).