



ÜBER PLANB

PLANB Ruhr gGmbH, gegründet 2011, ist ein anerkannter Träger der Kinder- und Jugendhilfe, organisiert unter dem Dach des Paritätischen NRW. Unsere interkulturelle soziale Arbeit schafft Zukunftsperspektiven für Kinder, Jugendliche, Frauen und Familien – unabhängig von ethnischer, sozialer und kultureller Herkunft, Weltanschauung oder sexueller Orientierung. Unsere rund 450 Mitarbeiter:innen in der Trägergemeinschaft mit *Vielfalt im Ruhrgebiet gGmbH (ViR)* sprechen mehr als 30 Sprachen und Dialekte. Wir sind im gesamten Ruhrgebiet wie auch in ganz NRW vertreten. Unsere Kompetenzbereiche sowie die Qualität unserer Arbeit sind auf stetige Weiterentwicklung ausgelegt.

- ✓ Interkulturelle ambulante Erziehungshilfen
- ✓ Pflegefamilien und stationäre Erziehungshilfen für Kinder
- ✓ Stationäre Erziehungshilfen für Jugendliche
- ✓ Stationäre Hilfen für unbegleitete minderjährige Flüchtlinge (UMF)
- ✓ Bildung und Prävention
- ✓ Migrations- und Integrationsarbeit
- ✓ Kindertageseinrichtungen

KONTAKT

Interkultureller Frauentreff für Bildung, Beratung und Begegnung

📍 Meybuschhof 45 | 45327 Essen

☎ 0201 61448937

📠 0201 61574806

✉ frauentreff-essen@planb-ruhr.de

Sprechzeiten:

Montags bis freitags 9 bis 13 Uhr, nachmittags nach Vereinbarung



Roseline Kouatchet

Projektleitung

Politikwissenschaften (B. A.)

Sprachen: Französisch, Englisch, Deutsch#

📞 0178 5756318



Hejaye Nouman

Studentische Hilfskraft

Sprachen: Deutsch, Kurdisch, Arabisch, Englisch

Gefördert durch



PLANB
Interkulturelle Soziale Arbeit
für Kinder, Jugend, Frauen und Familien

Geschäftsstelle Bochum
Alleestr. 46
44793 Bochum
☎ 0234 459669-0
📠 0234 459669-99

✉ info@planb-ruhr.de
🌐 www.planb-ruhr.de

Stand: November 2025

ESSEN

Interkultureller Frauentreff

für Bildung, Beratung und Begegnung



МІСЦЕ ЗУСТРІЧІ ДЛЯ ЖІНОК

A MEETING PLACE FOR WOMEN

Un lieu de rencontre pour les femmes

یک محل دیدار برای خانم ها

EIN TREFFPUNKT FÜR FRAUEN

Wir sind neu im Viertel und möchten uns gerne vorstellen: Unser Interkultureller Frauentreff bietet einen geschützten Raum für Frauen vor allem aus Katernberg und dem Stadtbezirk Zollverein. Wir richten uns an Frauen mit und ohne Migrationshintergrund.

Was ist das Ziel?

Der Interkulturelle Frauentreff ist ein Stützpunkt für Frauen, ein gemütlicher Raum für Begegnung, Gespräche, Austausch, Vernetzung sowie individuelle Information und Beratung. Wir möchten Sie auf Ihrem Weg der Eigenständigkeit unterstützen und begleiten.

Was bieten wir an?

- **Sprachcafé:** voneinander und miteinander Deutsch lernen
- **Frühstücks- und Kochtreff:** andere Frauen kennenlernen, sich austauschen über alltägliche Themen und Hürden
- **Freizeitaktivitäten:** gemeinsam etwas unternehmen, Spaß haben und Freundinnen finden
- **Förderung der Mutter-Kind-Beziehung:** Spielgruppe, Workshops
- **Bildungsförderung:** Computer- und Bewerbungstraining, Hausaufgabenhilfe
- **Sportangebote:** Aquatraining, Aerobic, Yoga
- **Allgemeine Sozialberatung:** Hilfe beim Ausfüllen von Formularen, Unterstützung bei der Suche nach einer Wohnung, einem Kita-Platz oder einem Job
- **Verweisberatung:** erfahren, wer Ihnen bei konkreten Hürden sonst noch weiterhelfen kann
- **Einzelfallberatung** bei aufenthaltsrechtlichen sowie behördlichen Anliegen
- **Einzelfallberatung** für zugewanderte Frauen mit multiplen Benachteiligungserfahrungen

Was könnten wir gemeinsam machen? Welche Ideen und Wünsche haben Sie? Ihre Vorschläge sind willkommen! Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

PLANB
Ruhr gGmbH

Interkulturelle Soziale Arbeit
für Kinder, Jugend, Frauen und Familien

www.planb-ruhr.de

UKRAINISCH

МІСЦЕ ЗУСТРІЧІ ДЛЯ ЖІНОК

Ми новачок у цьому районі та хочемо представити себе: наше міжкультурне місце зустрічі для жінок пропонує захищений простір для жінок, особливо з Катернберга та району Цольферайн. Ми звертаємося до жінок з міграційним походженням і без нього.

Яка мета зустрічі?

Міжкультурна жіноча зустріч — це добра можливість для жінок, зустрітись у затишному місці, для розмов, спілкування, дискусій, а також отримати індивідуальну інформацію та поради. Ми хочемо підтримувати та супроводжувати вас на шляху до незалежності та самостійності.

Що ми пропонуємо?

- **Мовне кафе:** Вивчаймо німецьку мову разом у дружній атмосфері
- **Сніданки та кулінарні зустрічі:** Знайомся з іншими жінками, спілкуйся про повсякденні теми та ділися своїм досвідом
- **Дозвілля:** Проводьмо час разом, розважаймося та знаходьмо нових подруг
- **Підтримка стосунків між мамою та дитиною:** Ігрові групи та тематичні майстер-класи
- **Освітня підтримка:** Курси комп'ютерної грамотності, тренінги з написання резюме та допомога з домашніми завданнями
- **Спортивні заняття:** Аквафренування, аеробіка, йога
- **Загальна соціальна підтримка:** Допомогаємо заповнювати документи, шукаємо разом житло, місце в дитячому садку чи роботу
- **Консультації-направлення:** Пояснюємо, до кого ще можна звернутися за допомогою у вирішенні конкретних питань
- **Індивідуальні консультації:** Підтримка у питаннях міграційного статусу, справах з державними установами та в особистих ситуаціях
- **Підтримка для жінок-мігранток:** Допомога жінкам, які стикаються з різними труднощами та дискримінацією

Що ми могли б зробити разом? Які у вас є ідеї та побажання? Ваші пропозиції вітаються! Ми з нетерпінням чекаємо на ваш візит! Ви можете зв'язатися з нами з понеділка по п'ятницю з 9:00 до 13:00 і після обіду за попереднім записом.

ENGLISH

A MEETING PLACE FOR WOMEN

We are new to the district and would like to introduce ourselves: Our intercultural women's meeting place offers a protected space for women, mainly from Katernberg and the Zollverein area. We cater for women with and without a migration background.

What is the aim?

The Intercultural Women's Centre is a support point, a friendly space for meetings, discussions, exchanges, contacts, information and individual advice. We want to support and accompany you on your way to autonomy.

What do we offer?

- **Conversation Café:** Learn German together with other women
- **Breakfast and cooking meetups:** Get to know other women and exchange ideas about everyday topics and challenges
- **Leisure activities:** Share moments, have fun and make friends
- **Strengthening the Mother-Child Bond:** Playgroups and workshops
- **Promoting Education:** computer training, job search support and homework assistance
- **Sports offers:** Aquagym, aerobics and yoga
- **Administrative support:** Help with filling out forms, assistance in finding housing, daycare spots or employment
- **Guidance to competent services:** Discover who else can support you with specific challenges
- **Advice and support** for immigration questions
- **Individual assistance** for immigrant women experiencing multiple forms of discrimination

What could we do together? What are your ideas and wishes? We welcome your suggestions! We look forward to your visit! You can reach us Monday to Friday from 9 am to 1 pm and in the afternoon by appointment.



FRANZÖSISCH

UN LIEU DE RENCONTRE POUR LES FEMMES

Nous sommes nouvelles dans le quartier et nous aimerions nous présenter: Notre lieu de rencontres interculturelles pour femmes offre un espace protégé aux femmes, principalement de Katernberg et du secteur de Zollverein. Nous nous adressons aux femmes avec ou sans passé migratoire.

Quel est l'objectif?

Le centre de rencontres interculturelles pour femmes est un point d'appui, un espace convivial de rencontres, de discussions, d'échanges, de mises en contact, ainsi que d'informations et de conseils individuels. Nous souhaitons vous soutenir et vous accompagner sur le chemin de l'autonomie.

Que proposons nous?

- **Café de conversation:** Apprendre l'allemand ensemble entre femmes
- **Rencontres petit-déjeuner et ateliers de cuisine:** Faire connaissance avec d'autres femmes, échanger sur les sujets et les problèmes du quotidien
- **Activités de loisirs:** Partager des moments, s'amuser et se faire des amies
- **Renforcement du lien mère-enfant:** Groupes de jeux et ateliers
- **Promouvoir l'éducation:** Cours d'initiation à l'informatique, formation à la recherche d'emploi et aide aux devoirs scolaires
- **Offres sportives:** Aquagym, aérobic et yoga
- **Démarches administratives:** Aide pour remplir des formulaires, soutien dans la recherche de logement, d'emploi et place en crèche
- **Orientation vers des services compétentes:** Découvrez qui peut encore vous aider en cas de problèmes concrets
- **Conseil et assistance** pour des questions d'immigration
- **Assistance Individuelle** aux femmes immigrées victimes de discriminations multiples

Que pourrions-nous faire ensemble? Quelles sont vos idées et vos souhaits? Vos suggestions sont les bienvenues! Nous nous réjouissons de votre visite! Vous pouvez nous joindre du lundi au vendredi de 9h à 13h et l'après-midi sur rendez-vous.



PERSISCH

یک محل دیدار برای خانم ها

ما تازه وارد محله شده ایم و میخواهیم خودمان را معرفی کنیم: مرکز ملاقات زنان ما یک فضای محافظت شده برای خانم ها به خصوص از منطقه کاتنبرگ و منطقه Zollverein است. ما برای خانم هایی با و بدون سابقه مهاجرت طراحی شده ایم.

هدف ما چیست؟

مرکز ملاقات زنان یک پایگاه برای خانم ها، یک فضای دوستانه برای دیدار، گفتگو، تبادل، ارتباط و اطلاعات و مشاوره فردی است. ما میخواهیم در مسیر استقلال شما را همراهی کنیم و از شما حمایت کنیم.

ما چه خدماتی ارائه می‌دهیم؟

- کافه زبان: یادگیری زبان آلمانی از یکدیگر و با یکدیگر
- برنامه صبحانه و آشپزی: آشنایی با زنان دیگر، تبادل نظر درباره موضوعات و مشکلات روزمره
- فعالیت‌های تفریحی: انجام کارهای مشترک، لذت بردن و پیدا کردن دوستان جدید
- تقویت رابطه مادر و کودک: گروه بازی و کارگاه‌های آموزشی
- تقویت تحصیلی: آموزش کار با کامپیوتر، آموزش نگارش درخواست شغل و کمک در انجام تکالیف مدرسه
- فعالیت‌های تفریحی: انجام کارهای مشترک، لذت بردن و پیدا کردن دوستان جدید
- ورزش: تمرینات آبی، ایروبیک، یوگا
- مشاوره‌ی اجتماعی عمومی: کمک در پر کردن فرم‌ها و پشتیبانی
- در جستجوی مسکن، مهدکودک و کار
- ارجاع به مراکز تخصصی: آگاهی از اینکه چه سازمان‌ها و افرادی می‌توانند در حل مشکلات مشخص کمک کنند
- مشاوره‌ی فردی در امور اقامتی و اداری
- مشاوره‌ی فردی برای زنان مهاجر با تجارب متعدد تبعیض و مشکلات اجتماعی

چه فعالیتهایی میتوانیم با هم انجام دهیم؟ چه ایده‌ها و آرزوهایی دارید؟ پیشنهادات شما ورد استقبال ماست! ما منتظر حضور شما هستیم! شما میتوانید در روزهای دوشنبه تا معه از ساعت ۹ تا ۱۳ بعد از ظهر با ما باشید