

**Zeitschrift:** Emanzipation : feministische Zeitschrift für kritische Frauen  
**Herausgeber:** Emanzipation  
**Band:** 9 (1983)  
**Heft:** 9

**Rubrik:** [Veranstaltungen]

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 22.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Casa Balena

Casa Balena

**Internationale Frauenschule für Handwerk, Kultur und Lebenskünste, Spoleto/Umbrien**

Programm Herbst '83:

20.11. - 25.11.83

Workshop VI: Transformation von erotischen und sexuellen Schwingungen zur Reinigung und Heilung des Körpers

Tagesablauf: Yoga-, Atem- und Do-in-Übungen, Schweigestunden und Meditation, Dauerlaufen durch die umbrischen Hügel, Nachmittags ver-

schiedene Massagetechniken (Polarität, psychische Massage, Fussreflexzonen, Do-in). Abends Bildreisen in die Tiefe des Unterbewusstseins und Transformationsübungen. Wir bereiten selbst unser Essen und lernen dabei, italienisch zu kochen.

Dozentin: Doris Schmakowski (Casa Balena)

Kursgebühr: 40.000 Lire (68.— DM)

26.11. - 2.12.83

Workshop VI: Video — Technik, Handhaben, Gestalten

Wir veranschaulichen die technischen Vorteile der Videoanlagen — von der Steckdose bis zum Monitor. Wir experimentieren mit Kamera und Aufnahmegeräten, erarbeiten uns ein Thema, spielen selbst o. suchen uns die dazugehörigen Bilder und stellen einen Videofilm her.

Dozentin: Ulrike Zimmermann (Frauenmedienladen 'Bildwechsel', Hamburg)

Kursgebühr: 40.000 Lire (68.— DM)

Anmelden bei:

Casa Balena  
c/o Andrea Simon  
Elsholzstr. 7  
D-1000 Berlin 30  
0049/30/2165783

## BERATUNG

Frauenhaus AARGAU  
Postfach 267  
5200 Brugg / 056/42'19'90

INFRA Basel  
Lindenbergs 23  
4058 Basel / 061/32'90'64  
Mo: 15-20 h / Mi: 12-16 h

Haus für geschlagene Frauen  
Basel  
Tel: 061/54'18'80

INFRA Baden  
Bäderstr. 9  
5400 Baden / 056/22'33'50

INFRA Bern  
Monbijoustr. 10  
3011 Bern / 031/25'20'53  
Di: 18-20 h / Sa: 14-17 h

INFRA Luzern  
Löwenstrasse 9  
6004 Luzern / 041/51'15'40  
Mo: 14-16 h / Do: 19-21 h

Frauenberatungsstelle OFRA Olten  
Hammerallee 23  
4600 Olten / 062/21'20'36  
Donnerstag 19-21 h

INFRA Meilen  
Sterneggweg 3  
8706 Meilen / 01/923'06'00  
Do: 16-21 h

INFRA Schaffhausen  
Neustadt 45  
8200 Schaffhausen / 053/4'80'64  
Mi: 16-20 h

INFRA St. Gallen  
Löwengasse 3  
9000 St. Gallen / 071/22'44'60  
Mi: 14.30-20 h

INFRA Winterthur  
Wieshofstrasse 38  
8400 Winterthur / 052/25'90'70  
Do: 16- 21 h

INFRA Zürich  
Mattengasse 27  
8000 Zürich / 01/44'88'44  
Di: 14.30-20 h

Nottelefon für vergewaltigte Frauen Zürich  
Tel: 01/42'46'46  
Mo, Mi. und Fr. 18-20 h.

## KONTAKTE

**Sekretariat OFRA-Schweiz**  
Quartiergasse 17  
3013 Bern / 031/42'04'06  
Mo.-Fr.: 10-12 h

**AARGAU**  
c/o A. Hochstrasser  
Entfelderstr. 19  
5000 Aarau

**BADEN**  
Postfach 1036  
5401 Baden / 056/22 05 95

**BASEL**  
Lindenbergs 23  
4058 Basel / 061/32'11'56  
Di-Fr. 13-15 h

**BASELLAND**  
Postfach  
4410 Liestal

**BERN**  
Quartiergasse 17  
3013 Bern / 031/42'04'06  
Mo: 15-17 h

**BIEL**  
Obergasse 23  
2502 Biel

**Initiativgruppe FRIBOURG**  
c/o A. Daendliker  
12, ch. du Monsejour  
1700 Fribourg

**GENEVE**  
Case postale 230  
1211 Geneve 12

**GRENCHEN**  
c/o M. Gugger  
Gibelstr. 17  
2540 Grenchen / 065/9'19'35

**Initiativgruppe LAUSANNE**  
case postale 205  
1000 Lausanne 17

**LUZERN**  
Donnerstag, 8.30 - 11.30 Uhr,  
Löwenstr. 9, Tel. 041/51'15'40.

**OLTEN**  
Schürmatt 22  
4600 Olten / 062/32'33'53  
Do: 16.30-19.00 h  
Sa: 13.30-16.00 h

**SCHAFFHAUSEN**  
Postfach 509  
8201 Schaffhausen / 053/5 50 14

**SOLOTHURN**,  
Postfach 280  
4500 Solothurn

**ST. GALLEN**  
Löwengasse 3  
9000 St. Gallen

**ZÜRICH**  
Postfach 611  
8026 Zürich