

INFOTAG



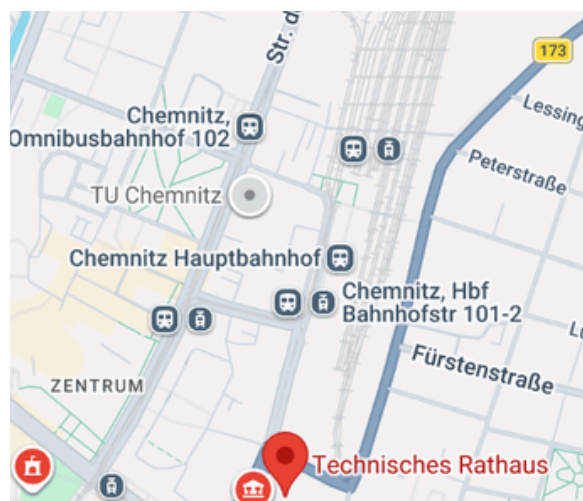
Женская СИЛА: Здоровье и забота о себе

14.04.26
15:00-17:00



Das „Stadtschaufenster“ im Neuen Technischen Rathaus

Friedensplatz 1, 09111 Chemnitz



Регистрация обязательна до 10.04.2026!

Напишите электронное письмо на адрес: infopoint@agiua.de



www.agiua.de

0177 4229602

0172 8808240

0371 64639976



Infopoint Interkulturell



INFOTAG



Наши темы

Сетевое взаимодействие и консультации

- Познакомиться с женскими сетями
- Информация о консультационных центрах рядом с местом жительства
- Профилактические обследования и услуги страховых компаний
- Обзор ваших прав и доступных предложений

Физическое и психическое здоровье

- Импульсы по профилактике и психическому здоровью
- Управление стрессом в повседневной жизни
- Укрепление устойчивости (резильентности)

Самоуход и пауза

- Практические советы для достижения баланса
- Короткий медитационный мастер-класс для восстановления энергии



Dabei sind unter anderem:



Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushaltes.



Kofinanziert von der Europäischen Union



Diese Maßnahme wird mitfinanziert mit Steuermitteln auf Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushaltes.

Gefördert durch



STAATSMINISTERIUM FÜR SOZIALES UND GESELLSCHAFTLICHEN ZUSAMMENHALT



...und weitere tolle Netzwerkpartner!