



**stark im
Sozialraum**

Familienzentrum Süd
Bant Banter Markt 1
Tel. 04421-98 38 91 03

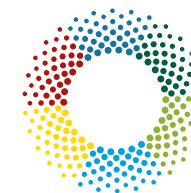
Familienzentrum Ost
Heppens Heppenser Straße 28
Tel. 04421-13 66 66

Familienzentrum Nord
F'Groden Posener Straße 97
Tel. 04421-77 80 50

Familienzentrum West
Wiesenhof Am Wiesenhof 135
Tel. 04421-9 66 19 00



www.familienzentrum-whv.de



GKV-Bündnis für
GESUNDHEIT

FRAUEN- GESUNDHEITSTAGE

Endlich Zeit für mich!



Das GKV-Bündnis für GESUNDHEIT ist eine gemeinsame Initiative der gesetzlichen Krankenkassen zur Weiterentwicklung und Umsetzung von Gesundheitsförderung und Prävention in Lebenswelten. Das Bündnis fördert dabei u. a. Strukturaufbau und Vernetzungsprozesse, die Entwicklung und Erprobung gesundheitsfördernder Konzepte, insbesondere für sozial und gesundheitlich benachteiligte Zielgruppen, sowie Maßnahmen zur Qualitätssicherung und wissenschaftlichen Evaluation.

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.



09. November
15:00 - 18:00 Uhr · Familienzentrum Süd

15. November
09:00 - 12:00 Uhr · Familienzentrum Ost

21. November
09:00 - 12:00 Uhr · Familienzentrum West

29. November
09:00 - 12:00 Uhr · Familienzentrum Nord

Alle Angebote sind kostenfrei!

Frauengesundheitstag

Innerhalb einer Familie kümmern sich häufig Frauen um das Wohlergehen und die Gesundheit aller Familienmitglieder – doch ihre eigene Gesundheit kommt dabei oft zu kurz.

Sich selbst etwas Gutes zu tun und auf die eigene Gesundheit zu achten, ist jedoch entscheidend für unser persönliches Wohlbefinden und die Basis für ein gutes Leben!

Aus diesem Grund möchten wir Sie als Frau in den Mittelpunkt stellen und Ihre Gesundheit zum Thema machen:

Wir laden Sie herzlich zu unseren Frauengesundheitstagen in Ihrer Nähe ein!



Mitmachen, ausprobieren, informieren und Spaß haben!

Sie erwarten Inhalte zum mitmachen und informieren aus folgenden Bereichen:

- Yoga
- Entspannung
- Stressabbau
- Selbsthilfe
- Gesundheitsberatung
- Schwangerschaftsberatung
- Familienberatung
- Migrationsberatung
- ... und vielen mehr!

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich und die Teilnahme ist kostenfrei!

Wann und wo finden die Gesundheitstage statt?

09. November: 15:00 - 18:00 Uhr
Familienzentrum Süd
Banter Markt 1
26382 Wilhelmshaven

15. November: 09:00 - 12:00 Uhr
Familienzentrum Ost
Heppenser Str. 28
26384 Wilhelmshaven

21. November: 09:00 - 12:00 Uhr
Familienzentrum West
Am Wiesenhof 135
26389 Wilhelmshaven

29. November: 09:00 - 12:00 Uhr
Familienzentrum Nord
Posener Str. 97
26388 Wilhelmshaven

