familiennetz bremen

Ich weiß, was mir gut tut!

Ein integratives Gesundheitsangebot für Frauen

Mittwochs von 9:30 bis 11:30 Uhr im Bewohner*innentreff Rostocker Straße findet ein niedrigschwelliges, kostenloses Gesundheitsangebot für Frauen statt.

Das Gruppenangebot richtet sich insbesondere an Frauen aus dem unmittelbaren Wohnumfeld, ist aber auch offen für andere interessierte Frauen aus Gröpelingen. Ein Einstieg in die Gruppe ist jederzeit möglich.

Bewegungsförderung und Beweglichkeit, Körperwahrnehmung und bewusstes Entspannen, aber auch Gesprächsrunden rund um das körperliche und seelische Wohlbefinden der Teilnehmer*innen sind die wichtigsten Säulen des Angebots.

Die Aktivitäten orientieren sich eng an den Möglichkeiten, Bedarfen und Wünschen der Frauen. Zu bestimmten Gesundheitsthemen werden auf Wunsch Gastdozentinnen (Physiotherapeutinnen, Frauenärztinnen, Hebammen, Ernährungsberaterinnen etc.) eingeladen.

Eine Anmeldung ist erforderlich. Bei Interesse können Sie uns unter 61 70 79 telefonisch oder per Mail an info@gtp-west.de erreichen.

Das Projekt wird gefördert von Wohnen in Nachbarschaften (WiN)

Ein Angebot von:
Gesundheitstreffpunkt West (GTP)
Veranstaltungsort:
Bewohner*innentreff Rostocker Straße
Telefon:
0421 617 079
E-Mail-Adresse:
info@gtp-west.de
Internetadresse:
gtp-west.de/
Nächste Termine:
Termine bitte erfragen