

Kostenlose Seminare 2025

für körperliche, mentale und wirtschaftliche
Frauengesundheit

15 JAN
18.00 Uhr

**Sexuelle
Entwicklung**
vom Kind zur Frau

mit Sigrid Hahn

19 FEB
18.00 Uhr

**Weitblick
in der
Erziehung**

mit
Dipl. Päd. Antonia Kastner

19 MÄRZ
18.00 Uhr

**Darm-
gesundheit**
gut versorgt

mit Dr. Eva-Maria
Steinkellner

16 APR
18.00 Uhr

**Frauen-
kräuter**
mit allen Sinnen

mit
Gerda Holzmann, BSc

21 MAI
18.00 Uhr

**Unerfüllter
Kinderwunsch**

mit Dr. Lucia Will

18 JUN
18.00 Uhr

**Lebensenergie
mit Qi Gong**

mit Dr. Kornelia Bähre

16 JUL
18.00 Uhr

**Frauen und
ihre Pension**

mit Mag.^a Birgit Schön u.
Viktoria Reisinger, BA, MA

20 AUG
18.00 Uhr

**Gesunder
Beckenboden**

mit Jasmin Wagner, BSc

17 SEP
18.00 Uhr

**Frauen &
Finanzen**
richtig vorsorgen

Referentin folgt

15 OKT
18.00 Uhr

**Mentale
Stärkung von
Mädchen**

mit Mag. Lisa Hahn

19 NOV
18.00 Uhr

Endometriose
Chamäleon
der Gynäkologie

mit
Dr. Barbara Puschacher

26 NOV
18.00 Uhr

**Sexualität in
verschiedenen
Lebensphasen**

mit
Paula Fichtinger-Schulner

**frau
sein**

gesund gestärkt
durchs Jahr!



Kostenlose,
verbindliche
Platzreservierung

Stell dir eine Welt vor, in der selbstbewusste Frauen gleichberechtigt an der Gesellschaft und Wirtschaft teilnehmen.

Das ist die Vision von **fRAUSEIN**

FRAU SEIN will das Bewusstsein auf die eigenen Stärken und Bedürfnisse lenken und Frauen in ihren täglichen Herausforderungen unterstützen.

Wir sprechen wichtige Themen der Frauengesundheit bei FRAU IDA in Zwettl an.

**Reserviere dir deinen kostenlosen
Veranstaltungsplatz!**

Jeden ersten Mittwoch um 18 Uhr:
Kennenlernen und Austausch sowie kurze Vorstellung des Monatsthemas.

Jeden dritten Mittwoch um 18 Uhr:
Vertiefendes Gratis-Seminar aus dem Bereich der körperlichen, mentalen oder wirtschaftlichen Frauengesundheit.

Nimm deine Freundin mit!

Veranstaltungsort:
Hauptplatz 16, 3910 Zwettl
Tel. 02822/21340

