BA Burgwedel Aktuell.de
Onlineportal für Burgwedel

THEMENABEND DER AWO-FRAUENBERATUNG: "SELBSTFÜRSORGE - EINE AUFGABE FÜRS LEBEN..."

Veröffentlicht am 10.09.2021 um 12:57 von Redaktion Burgwedel-Aktuell

In Kooperation mit dem Frauen- und MädchenGesundheitsZentrum Region Hannover (FMGZ) lädt die Frauenberatung der AWO Region Hannover interessierte Frauen am Montag, 11. Oktober 2021, um 18 Uhr zu einem Online-Vortrag mit der Überschrift "Selbstfürsorge - Eine Aufgabe fürs Leben" ein."Unter Selbstfürsorge verstehen wir, die eigenen Bedürfnisse, Fähigkeiten und Grenzen wahrnehmen und berücksichtigen zu können, mit sich selbst gut umzugehen, sich zu schützen und zu pflegen", sagt Johanna Pfizenmaier von der AWO-Frauenberatungsstelle. Leider sei uns diese Fähigkeit nicht selbstverständlich in die Wiege gelegt, so Pfizenmaier. Viele Frauen müssten sie sich im Laufe des Lebens erst wieder angewöhnen oder gar erarbeiten.Edith Ahmann (Heilpraktikerin und Geschäftsführerin vom FMGZ) stellt in ihrem Vortrag Strategien und Werkzeuge der Selbstfürsorge vor. "Manchmal sind es kleine Schritte, die eine große Wirkung haben", betont Ahmann.Der Vortrag findet online über Zoom statt. Eine Anmeldung mit Nennung des Namens und der Adresse ist per Mail an frauenberatung@awo-hannover.de zu richten. Der Zugangslink zur Veranstaltung wird per E-Mail versendet. Anmeldeschluss ist der 10. Oktober 2021.Weitere Informationen gibt die AWO-Frauenberatungsstelle, Goethestraße 8 in Lehrte, unter der Rufnummer 05132/823434 und per Mail an frauenberatung@awo-hannover.de.