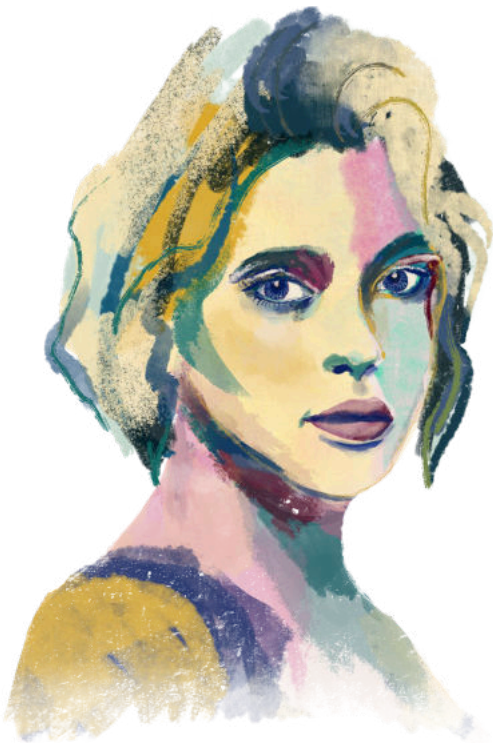


# Frauengesundheit durch Körperbewusstsein

**fRAU  
SEIN**

Eine Marke von FRAU IDA



## FRAU SEiN - gesund gestärkt durchs Jahr

Wir sind eine Drehscheibe für Frauengesundheit und unterstützen dich mit konkreten Strategien.



Körperlich



Mental



Wirtschaftlich

## FRAU SEiN Seminar

Mittwoch, 22.05.2024 18:00 - 20:00

### Beitrag:

Kostenlos

## Seminarinhalt

In diesem Seminar wird das Thema Frauengesundheit durch Körperbewusstsein mit Dr. med. Monika Steinkellner eingehend thematisiert und richtet sich an alle Frauen jeden Alters. Ein starkes Körperbewusstsein ermöglicht es uns, unseren Körper besser zu verstehen und Grenzen zu erkennen.

Durch interaktive Übungen und fachkundige Anleitung erhalten die Teilnehmerinnen die Möglichkeit, ihr Körperbewusstsein sowie Rollenbilder zu reflektieren, zu vertiefen und eine intensivere Verbindung zu sich selbst herzustellen.

## Über die Referentin



### Dr. med. Monika Steinkellner

Allgemeinmedizinerin

Kostenlose, verbindliche  
Platzreservierung:

Hier scannen



02822/21340-20  
frausein@frau-ida.at  
Hauptplatz 16, 3910 Zwettl  
[www.frau-ida.at/frausein](http://www.frau-ida.at/frausein)

Diese Veranstaltung wird unterstützt von

Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union

