

FRAUENGESUNDHEITSZENTRUM

beraten, begleiten, bewegen

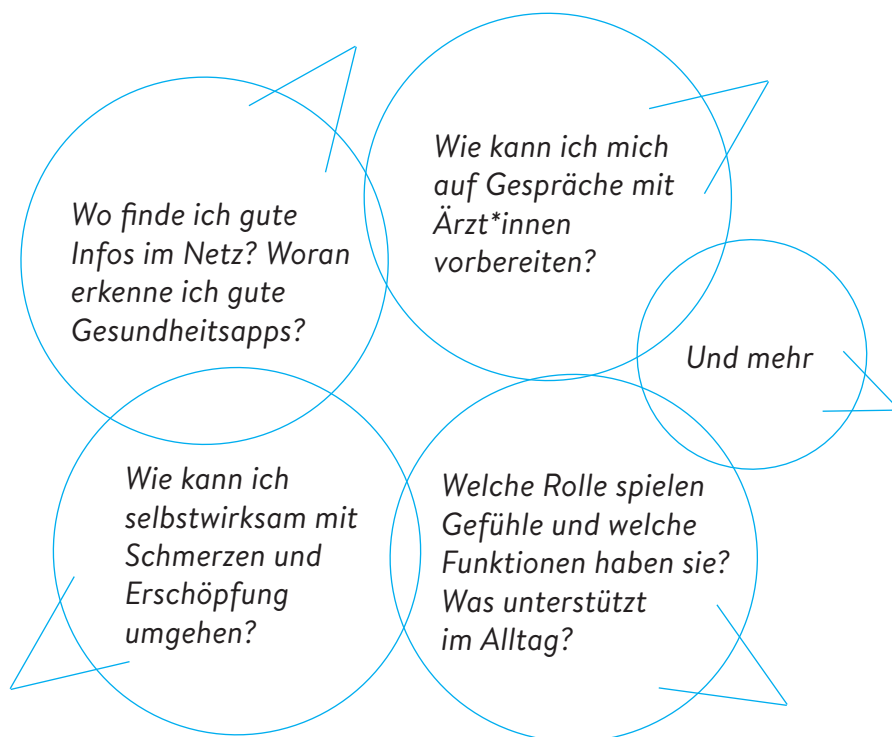
Ja, ich kann!

ONLINE

Kostenfreie, vierteilige Online-Workshop-Reihe
für Frauen*



Marlene Pretis-Schader,
Referentin



WAS UND WANN

Teil 1: Mich aktiv um die eigene Gesundheit kümmern und selbstwirksam werden
Dienstag, 22. September 2026, 18 – 19.30 Uhr

Teil 2: Gute Gespräche mit Ärzt*innen führen und gute Gesundheitsinfos finden
Dienstag, 20. Oktober 2026, 18 – 19.30 Uhr

Teil 3: Wie kann ich mit Schmerzen, Erschöpfung und Schlafproblemen umgehen?
Dienstag, 24. November 2026, 18 – 19.30 Uhr

Teil 4: Wie kann ich mit Gefühlen wie Angst, Trauer oder Wut umgehen?
Dienstag, 15. Dezember 2026, 18 – 19.30 Uhr

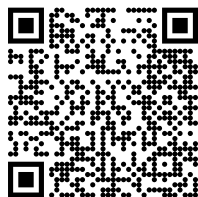
WIE

Online via Zoom; Kostenfrei

INFORMATION UND ANMELDUNG

Frauengesundheitszentrum, Joanneumring 3, 1. Stock, 8010 Graz
0316 83 79 98, frauen.gesundheit@fgz.co.at, www.frauengesundheitszentrum.eu

Abonnieren Sie unseren
Whatsapp-Kanal



Folgen Sie uns!

[https://www.facebook.com/
Frauengesundheitszentrum.Graz](https://www.facebook.com/Frauengesundheitszentrum.Graz)

Instagram: fgz_graz (Frauengesundheitszentrum)

Das Frauengesundheitszentrum wird gefördert von

