

## G'SUNDE RUNDE Jennersdorf



**Leitung: Melissa Ari, BA**  
Projektkoordinatorin  
FEMININA

**kostenlose  
Teilnahme**

ZEIT: 9 - 12 Uhr

ORT: Arche Jennersdorf  
Hauptplatz 2, 8380

### ANMELDUNG

Tel.: 03329-45008

jennersdorf@

frauenberatung-burgenland.at

Das FORUM FRAUENGESUNDHEIT lädt  
**alle interessierten Frauen 60+**  
herzlich zum Frauenfrühstück „G'sunde Runde“ ein.

An den drei Terminen erwartet die Teilnehmerinnen nicht nur ein köstliches und gesundes Frühstück, sondern auch spannende Impulse zu Frauengesundheit-fördernden Themen, die den Selbstwert und das allgemeine Wohlbefinden stärken und einen bereichernden Austausch unter Frauen ermöglichen.

### Termine & Inhalte der G'sunden Runden

Do. 10.04.2025

**Mein Alter. Meine Vision. Mein Weg**  
In Selbstfürsorge gesund altern

Do. 26.06.2025

**Meine Achtsamkeit. Meine Strategie. Mein Weg**  
In Entspannung gesund altern

Do. 11.09.2025

**Meine Gefühle. Meine Resilienz. Mein Weg**  
In Emotionen gesund altern

Eine Kooperation von:  
FEMININA

Frauen-, Mädchen- und Familienberatung Jennersdorf  
Gesunde Stadt Jennersdorf  
Gesundheitsnetzwerk Raabtal  
Projekt StoP

**VORSCHAU:**  
Selbstverteidigungskurs  
für Frauen  
Ende November 2025!