



Einladung zur Veranstaltung

Die Wechseljahre – ganzheitlich gesehen Workshop mit praktischen Übungen

Freitag, 26. Januar 2018, 15.00 -16.30 Uhr

Ort: **südost Europa Kultur e.V., Großbeerstr. 88, II. Etage**

Sehr geehrte Damen, liebe Kolleginnen,

im Rahmen unseres Projekts 'Aktiv, engagiert und vernetzt im Kiez' (AeviK) laden wir herzlich zu o. g. Informationsveranstaltung ein.
Sie wendet sich nur an Frauen; es wird ins Bosnische übersetzt.

Das Projekt AeviK, gefördert vom Bundesministerium des Inneren, hat zum Ziel, insbesondere ältere MigrantInnen und Flüchtlinge aus Südosteuropa, mit denen unser Verein arbeitet, an altersspezifische Angebote des Bezirks Friedrichshain-Kreuzberg heranzuführen, ihnen neue Kontakte zu erschließen und ihr ehrenamtliches Engagement mit dem Bezirk zu vernetzen.

Zum Inhalt der Veranstaltung: Wechseljahre – ganzheitlich gesehen

Die Wechseljahre – was ist das eigentlich? Wann fangen sie an und wie merke ich das? Wie ist das genau mit den Hormonen? Welche Beschwerden kann es geben? Heutzutage stehen eine gesunde oder ausgewogene Lebensweise, alternative Maßnahmen bei Wechseljahresbeschwerden und Stressreduktion im Vordergrund. Wir informieren über die Veränderungen in dieser Lebensphase, den Umgang mit Beschwerden und wie Sie diese lindern können sowie über die aktuellen Standards der Hormontherapie.

Referentin: **Petra Bentz, Feministisches Frauen Gesundheits Zentrum e.V.**

Mit freundlichen Grüßen

Rita Klages, Begzada Alatovic und Ljubina Krnjajic
- Projektteam AeviK -

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Trägerschaften:

- Familienhilfe
- Jugendhilfe

Korporatives Mitglied
der AWO

Kontakt:

Großbeerstr. 88
10963 Berlin
Tel. 030 / 253 779 9-0
Fax 030 / 252 985 74

www.suedost-ev.de

Verkehrsverbindung: U 1 / U7

U-Bhf. Möckernbrücke

Anmeldung:

rita.klages@suedost-ev.de
und
030 253 779 9-11

Auszeichnungen:

Louise-Schroeder-Medaille

für Verdienste um Demokratie, Frieden, soziale Gerechtigkeit und Gleichstellung von Frauen und Männern

Moses-Mendelssohn-Preis

des Landes Berlin zur Förderung der Toleranz gegenüber Andersdenkenden und zwischen den Völkern, Rassen und Religionen und

Bundesverdienstkreuz am Bande

für Bosiljka Schedlich,
ehem. Geschäftsführerin

Spendenkonto:

Postbank Berlin
IBAN: DE81 1001 0010
0472 2271 04
BIC (SWIFT): PBNKDEFF