



# Einladung zum Frauenbegegnungstag

Liebe Frauen im Kreuzbund,

in diesem Jahr möchten wir wieder unseren Frauenbegegnungstag durchführen. Alle Frauen aus unserem DV sind dazu ganz herzlich eingeladen. Er soll dazu dienen, uns gegenseitig besser kennenzulernen, uns auszutauschen, das Gemeinschaftsgefühl zu stärken und uns wertvolle Erfahrungen mit auf den Weg geben.

Der Begegnungstag steht unter dem Thema

## **„Ausgeglichene zufriedene Lebensführung“**

Oh je, mögen manche denken, wenn sie die Ankündigung dieses Tagesseminars in der Überschrift lesen. Empfehlungen für gesunde Ernährung und sportliche Betätigung haben wir uns schon häufig genug zu Gemüte geführt, oft genug nur mit kurzfristigen Erfolg.

- Was hat ein sinnerfülltes Leben und ein gutes soziales Umfeld mit gesunder und gesunderhaltender Lebensführung zu tun?
- Auf welche persönlichen Stärken und Fähigkeiten kann ich in belasteten Lebenszeiten setzen?
- Was kann ich tun, um mein Leben gesundheitsorientiert auszurichten?

An diesem Tag wird es Zeit für Anregungen, fürs Nachdenken und für den gemeinsamen Austausch zu diesen Fragen geben.

Hierzu konnten wir die Dipl. Sozialpädagogin / Heilpraktikerin (Psychotherapie) und Suchtreferentin Frau Marianne Holthaus von unserem Bundesverband in Hamm gewinnen.

Ich bin mir sicher, dass es eine spannende und aufschlussreiche Veranstaltung werden wird.

## **Der Begegnungstag findet statt:**

**Samstag, 29.02.2020**

**Altentagesstätte, Kanalstr.1A**

**Fulda**

**Beginn 9:30 Uhr**

**Ende ca. 16:00 Uhr**

Wie immer versorgen wir uns selbst. Jeder bringt eine Kleinigkeit mit. So kommen immer tolle, leckere Buffets zusammen.

Bitte meldet Euch bis spätestens **11.02.2019** bei mir an:

Anna Maria Krzon (Tel. 06672 337) oder [akrzon@web.de](mailto:akrzon@web.de).

Eure Anna Maria

Frauenbeauftragte DV Fulda