

# Veranstaltung zum Thema: „Stark durch Wissen – Frauengesundheit verstehen“

---

Frauengesundheit darf kein Randthema sein. Trotzdem fehlen häufig Zeit, Wissen oder Zugang zu verlässlichen Informationen. Körperliche Veränderungen, hormonelle Einflüsse und unterschiedliche Lebensphasen werfen viele Fragen auf, für die im Alltag oft kein Platz ist.

- Wie kann ich meinen Körper besser verstehen?
- Wie erkenne ich wichtige Signale?
- Wie kann ich gut auf meine Gesundheit achten?
- Welche Angebote und Unterstützungsmöglichkeiten gibt es?

In dieser Veranstaltung schaffen wir einen geschützten Rahmen, in dem die Teilnehmerinnen offen und vertrauensvoll über diese Themen sprechen und ihre persönlichen Fragen stellen können.

Außerdem wird eine Vertreterin der Selbsthilfe Einblicke in die Selbsthilfearbeit und ihre Erfahrungen geben.

Die Teezeit findet statt in Kooperation mit dem ikubiz Leseladen.

Termin: **Mittwoch, 10. Juni 2026, 10.00 – 12.00 Uhr**

Referentin: pro familia Mannheim e.V.

Ort: ikubiz Leseladen  
Bürgermeister-Fuchs-Straße 89  
68169 Mannheim

Kosten: Die Veranstaltung ist kostenfrei.

Alle Interessierten sind ganz herzlich **ohne Anmeldung** eingeladen.  
Mit freundlicher Unterstützung der gesetzlichen Krankenkassen.