



# Frauen gesundheit in Tenever



Sommer 2021

Frauengesundheit in Tenever FGT



*Liebe Frauen, liebe Freund\*innen  
und Unterstützer\*innen,*

am Montag, den 08. März 2021 konnten wir einen farbenfrohen Weltfrauentag begehen! Gemeinsam mit der AG Frauen organisierten wir anlässlich des Internationalen Frauentags in diesem Jahr eine corona-konforme Veranstaltung unter dem Motto „Gleiches Recht für ALLE“ auf dem Marktplatz in Tenever. Die „Schmetterlingselfen von Stelzen-Art“, die auf der Vorderseite des Programmheftes abgebildet sind, tanzten für die Menschen vor Ort und diejenigen, die von ihren Balkonen aus begeistert zuschauten. Unsere Einrichtungsleiterin Jutta Flerlage hielt eine beeindruckende und kämpferische Rede, die auf unserer Homepage zu finden ist. Eine rundum gelungene Veranstaltung, die in diesen herausfordernden Zeiten einen Lichtblick gab!

Ganz neu haben wir **„Walk und Talk Spaziergänge“** in unser Programm aufgenommen. Ab sofort können sich interessierte Frauen zu einem Spaziergang mit den Mitarbeiterinnen verabreden. Nach Wunsch gehen wir in der Nähe des Wohnortes oder in einer grünen Oase gemeinsam spazieren. Dabei können wir uns locker unterhalten und in einem angemessenen Tempo miteinander gehen. Vereinbaren Sie / vereinbart gerne einen individuellen Termin bei uns.

Frauen, die den Wunsch nach **psychosozialer Beratung** haben, können sich weiterhin persönlich, telefonisch als auch per Videocall an uns wenden und einen Termin mit unserer neuen Mitarbeiterin Mareike Mischler vereinbaren, die seit Dezember letzten Jahres bei uns arbeitet und die wir hiermit herzlich im Team begrüßen.

Ein weiteres, sehr erfreuliches Ergebnis unserer Arbeit: wir können ein weiteres Projekt für und mit Müttern durchführen. Das neue Projekt **„Digital Empowerment – neue Wege in der Gesundheitsförderung für alleinerziehende Frauen“** ist im Januar 2021 gestartet! Die Förderung dieses Projekts erfolgt durch die

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen im Rahmen des GKV-Bündnisses für Gesundheit.

In dem Projekt wollen wir einerseits das Thema Ernährung, welches im letzten Projekt von den Frauen als Bedarf genannt wurde, aufbereiten. Andererseits wird die digitale Gesundheits- und Medienkompetenz der Frauen gestärkt. Dies ist angesichts unserer nach wie vor angespannten Situation in der Corona Pandemie mit den Kontaktbeschränkungen ein wichtiger Beitrag. Wir setzen uns für die Partizipationsmöglichkeit auch für diejenigen Frauen ein, die ansonsten geringere technische Zugangs- und Informationsmöglichkeiten haben. Die Frauen werden selbstverständlich befragt, was sie sich hier wünschen und welche Bedarfe es gibt. Einige Ideen dazu gibt es bereits, wie ein gesundes Frühstück nach dem Lauftreff für Frauen anzubieten oder für alleinerziehende Frauen die Nutzung des Urban Gardening Projekts Querbeet zu ermöglichen (siehe dazu die ersten Angebote in diesem Flyer und auf unserer Homepage). Die Projektkoordination übernimmt wieder Mareike Sander-Drews und unsere neue Mitarbeiterin, Christina Sanko wird als Medienpädagogin die Teilnehmerinnen technisch schulen und betreuen.

Leider können wir nur kurzfristig und entsprechend den aktuellen Verordnungen planen. Bitte achtet auf aktuelle Ankündigungen auf Aushängen und Info-Zetteln sowie unter [www.frauengesundheitintenever.de](http://www.frauengesundheitintenever.de).

Und selbstverständlich können Sie/ könnt Ihr uns von Montag bis Donnerstag von 9.00 bis 15.00 Uhr unter der Nummer **0421-401728** anrufen. Wir sind für Euch da und haben ein offenes Ohr!

*Wir freuen uns auf alle Frauen aus Tenever und umzu!  
Euer / Ihr FGT – Team*

*Semra Güler, Mareike Mischler, Susanne Möser,  
Mareike Sander-Drews, Christina Sanko und Jutta Flerlage*

Das Gender \* Sternchen ist ein Mittel der sprachlichen Darstellung aller sozialen Geschlechter und Geschlechtsidentitäten („Gender“ = Geschlecht als soziale Kategorie). Das Sternchen will einen Hinweis auf diejenigen Menschen geben, welche nicht in das Frau-Mann-Schema hineinpassen / wollen.

### Psychosoziale Beratung

*bei Bedarf in einfacher Sprache oder mit Übersetzung (türkisch, arabisch, farsi, u.a.) zu folgenden Themen:*

- Gesundheit und Krankheit
- aktuelle Lebens- und Alltagsprobleme
- Probleme in Beziehung, Familie und Nachbarschaft
- in Krisensituationen
- Verarbeitung von Gewalterfahrungen
- Einsamkeit
- Problemen mit Tabletten, Alkohol oder anderen Suchtmitteln
- Essstörungen

**Bitte Terminabsprache: FGT, Telefon: 40 17 28**

Bei Bedarf holen wir Sprachmittlerinnen dazu und vermitteln an andere Facheinrichtungen.

Unsere Beratung können Sie/können Sie persönlich, telefonisch oder per Videocall\* nutzen.

Wir beraten unter Einhaltung der aktuellen Hygieneschutzmaßnahmen und bitten bei einem Besuch bei uns eine medizinische Maske oder FFP2 Maske zu tragen.

\*Wenn Sie/Wenn Sie nicht wissen, wie ein Videocall funktioniert, helfen wir gerne weiter. Hierfür wird ein Smartphone oder ein Laptop/Computer benötigt.

Folgende Gruppentreffen können nur stattfinden, wenn es die Verordnungen der Bremer Landesregierung angesichts der Pandemie erlauben.

Selbstverständlich haben wir ein Hygiene-Schutzkonzept und bitten alle Teilnehmerinnen sich an diese Anordnungen zu halten.

### Offener Treff

**(jeden Montag)**

Alle Frauen sind eingeladen sich mit anderen auszutauschen. Hier können Sie / kannst Du neue Frauen kennenlernen und über alles sprechen, was Ihnen / Dir wichtig ist. Wir sprechen über Gesundheitsfragen und aktuelle Themen, aber auch über Probleme, Sorgen und freudige Erlebnisse. Alle Frauen, ob jung oder alt, in Bremen oder anderswo geboren, Single oder in Familie lebend sind herzlich willkommen!

**Jeden Mo. > 14.30–17.30 Uhr**

**Infos: FGT, Telefon 0421 40 17 28**

**Bitte melden Sie / melde Dich telefonisch an! Wegen der Corona-Pandemie müssen wir leider die Anzahl der Teilnehmerinnen begrenzen.**

### Mädchengruppe

**(jeden Freitag)**

*von 13 bis 18 Jahren*

Die Mädchen aus türkischsprachigen Herkunftsfamilien treffen sich regelmäßig, um gemeinsam sportlich aktiv zu werden, sich bei Schulproblemen zu unterstützen, sich über die berufliche Zukunft auszutauschen und gemeinsam Aktivitäten und Ausflüge zu planen und umzusetzen. Bitte vorher anmelden.

*Gefördert durch die Senatorin für Soziales, Amt für soziale Dienste*

*Gruppenleiterin: Zehra Ari*

**Jeden Fr. > 16.00–18.00/19.00 Uhr**

**Infos: FGT, Telefon 0421 40 17 28**

**Aufgrund der Corona-Pandemie treffen sich die Mädchen während des Lockdowns online und sind telefonisch mit der Gruppenleiterin im Austausch.**

### Tamilische Frauengruppe (jeden Samstag)

Tamilische Frauen treffen sich, um sich auszutauschen und zu unterstützen, gemeinsam sportlich aktiv zu werden und Aktivitäten zu planen und umzusetzen. Bitte vorher anmelden

*Gruppenleiterin: Catherin Simeon*

Jeden Sa. > 16.00–18.00/19.00 Uhr

Infos: FGT, Telefon 0421 40 17 28

Während des Lockdowns treffen sich die Frauen online und sind telefonisch mit der Gruppenleiterin im Austausch.

### Gruppe „multitasking women“ (jeden letzten Sonntag im Monat)

Junge Frauen aus türkischsprachigen Herkunftsfamilien treffen sich zum Austausch und zur gegenseitigen Unterstützung.

Neue Frauen sind herzlich willkommen. Bitte vorher anmelden.

*Förderung durch die Senatorin für Soziales, Referat Zuwanderungsangelegenheiten Gruppenleiterin: Zehra Ari*

Jeden letzten So. > 16.00–18.00/19.00 Uhr

Infos: FGT, Telefon 0421 40 17 28

Während des Lockdowns treffen sich die Frauen online und sind telefonisch mit der Gruppenleiterin im Austausch.

### Frauenfrühstück (am letzten Samstag im geraden Monat)

Alle Frauen aus Tenever und umzu sind herzlich eingeladen. Neue Begegnungen und Austausch mit Anderen sind wichtig für unser gesundheitliches Wohlbefinden. Es stärkt uns selbst und ein gutes nachbarschaftliches Zusammenleben. Zu einem vorher ausgewählten Gesprächsthema begeben wir uns „auf zu neuen Ufern“! Wir wollen Neues kennenlernen oder auch Altbewährtes erinnern. Jede bringt bitte ihr eigenes Frühstück mit. Kaffee, Tee und Wasser wird ausgeschrieben.

*Gefördert durch WiN (Wohnen in Nachbarschaften)*

*Projektleitung: Marianne Miszewski und Hildegard Brandt*

Jeden letzten Sa. im zweiten Monat > 11.00–13.30 Uhr

Während des Lockdowns treffen sich die Frauen online und sind telefonisch mit der Gruppenleiterin im Austausch.

### Walk and Talk – Spaziergänge für Frauen

Alle Frauen sind eingeladen zu Spaziergängen vor der eigenen Haustür, in einem Park oder einer grünen Oase, die sie gerne besuchen und erkunden möchten. Die FGT Mitarbeiterinnen kommen nach Hause oder zum Treffpunkt und wir gehen mit sicherem Abstand und Maske zusammen spazieren. Dabei können wir uns unterhalten und haben ein offenes Ohr, auch für Fragen und Probleme.

Der Spaziergang findet in einem angenehmen Tempo statt. Kleine Pausen können wir nach Bedarf einbauen.

Dieses Angebot ist für alle Frauen offen, bitte vereinbaren Sie / vereinbart mit uns einen Termin. Telefon 0421 40 17 28

### Qigong – leichte Bewegungen an der frischen Luft

Frauen aus Tenever sind herzlich eingeladen zu leichten Bewegungsübungen auf der grünen Wiese am Pfälzer Weg. Die Übungen beim Qigong stärken die Muskeln und vertiefen die Atmung. In Kooperation mit dem Arbeitslosenzentrum Tenever

*Übungsleiterin: Antje Wagner Ehlers*

Beginn sobald als möglich

Mi. > 9.15 –10.00 Uhr

### Zu Gast bei Freundinnen aus aller Welt – leider noch ohne Suppen

**Prof. Dr. Annelie Keil** lädt Sie/Euch zum Gespräch ein. Viele Nutzerinnen (und das FGT-Team auch) vermissen den Austausch und die leckeren Suppen! Leider können wir noch nicht wieder gemeinsam essen, aber sprechen können wir miteinander, daher wollen wir uns jetzt in kleinen Gruppen wiedersehen und miteinander ins Gespräch kommen.

Bitte tragen Sie / trag Du eine Maske und halte den Abstand zu anderen Frauen ein. Die Zahl der möglichen Teilnehmerinnen ist begrenzt und nur mit Voranmeldung zu organisieren. Anmeldung bitte unter Tel. 0421 40 17 28

04.05.2021 – 22.06.2021 – 13.07.2021 – 14.09.2021

Di. > 9.30–10.30 Uhr oder 11.00-12.00 Uhr

## Besuch im Museum – Spannende Geschichten und Einblicke mit Inge Jahn

Wenn es wieder möglich ist, möchten wir in diesem Sommer gerne in kleinen Gruppen Museumsbesuche (Gerhard Marcks Haus, Weserburg, Focke Museum etc.) anbieten, bei schönem Wetter auch mit einem Picknick. Dr. Ingeborg Jahn unterstützt dieses Angebot und begleitet die Gruppe (Termine nach Absprache).

Bei Interesse bitte im FGT unter Telefon 0421 40 17 28 melden.

## Kleine und große Erkundungen in Bremen

Auf Wunsch von Nutzerinnen werden wir Erkundungen zu unterschiedlichen Orten in Bremen organisieren und durchführen, sobald die Pandemie es zulässt. Leider können wir noch keine größeren Touren mit dem Bus unternehmen, daher werden wir Alternativen planen. Dazu wurden bereits Wünsche geäußert, zum Beispiel ein Besuch des Blindengartens in Bremen Nord oder des Nabu Geländes in der Vahr. Bei schönem Wetter können wir auch ein Picknick mit für uns selbst mitgebrachte Speisen einplanen.

Termine und Veranstaltungen werden kurzfristig per Handzettel und auf unserer Homepage angekündigt. Gerne kann auch telefonisch nachgefragt werden.

## Neues Projekt Digital Empowerment – Neue Wege in der Gesundheitsförderung für alleinerziehende Frauen

Die Förderung dieses Projekts erfolgt durch die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen im Rahmen des GKV-Bündnisses für Gesundheit ([www.gkv-buendnis.de](http://www.gkv-buendnis.de)).

Für folgende Aktivitäten und Kurse können Mütter aus Tenever sich ab sofort anmelden, sobald die Pandemie es zulässt, werden die Angebote dann in kleinen Gruppen umgesetzt.

## Workshops für die Smartphone-Nutzung

In diesem Workshop lernen wir:

- Wie finde ich Informationen über das Thema Gesundheit im Internet?
- Was passiert mit meinen persönlichen Daten z.B. bei Instagram, WhatsApp oder Facebook?
- Wie kann ich mit dem Smartphone an Online-Treffen teilnehmen, zum Beispiel an Kursen oder mit Freundinnen?

Anmeldung bitte unter Tel. 0421 40 17 28

## Lauftreff mit gemeinsamen Frühstück

Wir wollen uns zusammen an der frischen Luft bewegen und danach ein leckeres und gesundes Frühstück zubereiten. Der Lauftreff vom Landessportbund Bremen findet wöchentlich statt, einmal im Monat möchten wir mit Euch danach zusammen kochen und neue Rezepte ausprobieren. **Anmeldung bitte unter Tel. 0421 40 17 28**

## Im Grünen – Gärtnern im QuerBeet Gemeinschaftsgarten

Im QuerBeet Garten kommen wir zusammen: Freundinnen treffen, gemeinsam gärtnern, Obst und Gemüse ernten und picknicken. Eine Gärtnerin baut mit uns Gemüse an. Eure Kinder können dabei auf dem QuerBeet-Kinderspielplatz spielen und bei Bedarf bieten wir eine Kinderbetreuung an.

**1. Treffen am Di. 20.04.2021 > 10.00 Uhr**

**Mi. 21.04.2021 > 16.00 Uhr**

Anmeldung bitte unter Tel. 0421 40 17 28

**Bitte tragen Sie / trag Du eine Maske und halte den Abstand zu anderen Frauen ein. Aufgrund der pandemiebedingten Einschränkungen ist die Zahl der möglichen Teilnehmerinnen leider begrenzt und nur mit Voranmeldung zu organisieren.**



Alle Kurse finden vorbehaltlich der pandemiebedingten Einschränkungen statt. Wir setzen entsprechend den jeweils aktuellen Anordnungen ein Hygiene-Schutzkonzept im FGT um.

## Teilhabe und Gesundheit



### Integrationskurs Alphabetisierung Modul 3

Zugewanderte Frauen ohne Vorkenntnisse können hier Deutsch lesen und schreiben lernen.

In Kooperation mit der Bremer Volkshochschule/Regionalstelle Ost  
(Telefon 361-3566)

Kursleiterin: Christa Anders

Fortsetzung ab 08.03.2021, (25x, 100 Std.)

Mo., Mi., Do. > 9.00–12.15 Uhr

Förderung über BAMF (Bundesamt für Migration und Flucht)



### Integrationskurs Alphabetisierung Modul 4

Zugewanderte Frauen ohne Vorkenntnisse können hier Deutsch lesen und schreiben lernen.

In Kooperation mit der Bremer Volkshochschule/Regionalstelle Ost  
(Telefon 361-3566)

Kursleiterin: Christa Anders

Im Anschluss an Modul 3, (25x, 100 Std.)

Mo., Mi., Do. > 9.00–12.15 Uhr

Förderung über BAMF (Bundesamt für Migration und Flucht)

## Bewegungslust und Gesundheit



### Bewegung für Gelenke, Bauch und Rücken (Kurs I)

Für alle Frauen, die in Bewegung kommen und ihre Bauch- und Rückenmuskulatur kräftigen wollen. Die vielfältigen Übungen helfen die Körpermitte und Gelenke zu stärken und die Haltung zu verbessern.

In Kooperation mit der Bremer Volkshochschule/Regionalstelle Ost  
(Telefon 361-3566)

Kursleiterin: Christa Anders

Beginnt, wenn es wieder möglich ist (12 Termine)

Do. > 14.00–15.30 Uhr

Kosten: 60 € (40 € ermäßigt)

Bitte vorher anmelden!



Alternativangebot falls der Bewegungskurs aufgrund der Pandemie nicht stattfinden kann:

### Qigong – leichte Bewegung in der Natur

Kursleiterin: Christa Anders

Zeit und Ort bitte im FGT unter 0421 40 17 28 erfragen.

### Bewegung für Gelenke, Bauch und Rücken (Kurs II)

09.09. – 09.12.2021 (12 Termine)

## Bewegungslust und Gesundheit



### Präventionskurs: Rückenfit –

#### Bewegung für ältere Frauen (Kurs I)

Mit wohltuenden und kräftigenden Bewegungsübungen werden sie sich über rückengerechte Bewegungsabläufe bewusst. Die Körperwahrnehmung wird geschult. Sanfte Entspannungstechniken und Atemübungen sorgen für mehr Balance und ein positives Körpergefühl. Dazu gibt es praxisnahe Informationen und Tipps, wie der Alltag rückenfreundlich gestaltet werden kann (Der Kursbeitrag kann zu 80 % von den Krankenkassen erstattet werden).

In Kooperation mit der Bremer Volkshochschule/Regionalstelle Ost (Telefon 361-3566)

Kursleiterin: N.N.

Beginnt, wenn es wieder möglich ist (12 Termine)

Do. > 9.00–10.30 Uhr

Kosten: 81 € (54 € ermäßigt)

Bitte vorher anmelden!



### Präventionskurs: Rückenfit –

#### Bewegung für ältere Frauen (Kurs II)

09.09. – 09.12.2021 (12 Termine)



### Kreatives Zeichnen (Kurs I)

In diesem Kurs sind Frauen eingeladen kreativ zu werden. Entdecken Sie mit viel Spaß die Künstlerin in sich! Sie können verschiedene Zeichenmaterialien wie Graphit, Kohle, Blei-, Bunt-, Wachs- und Kreidestifte ausprobieren und einfache Techniken des Zeichnens kennenlernen. Im Mittelpunkt des Kurses stehen Neugierde und Gestaltungsfreude im Umgang mit Formen und Farben. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Materialien werden gestellt. Tragen Sie bitte geeignete Kleidung. *In Kooperation mit der Bremer Volkshochschule/Regionalstelle Ost (Telefon 361-3566)*

*Kursleiterin: Inge Koepsell*

Beginn wenn es wieder möglich ist

(5 Termine, 14täglich)

Sa. > 15.00–17.15 Uhr

Kosten: 30 € (20 € ermäßigt) plus Materialkosten 8 €

Bitte vorher anmelden!



### Kreatives Zeichnen (Kurs II)

Ab 02.10.2021 (6 Termine, 14täglich)

Sa. > 15.00–17.15 Uhr

Kosten: 36 € (24 € ermäßigt) plus Materialkosten 8 €

Bitte vorher anmelden!



Kreative Aktivitäten von Nutzerinnen zuhause. Mandala von Kati M.



### Endlich die Kurve kriegen! Radfahr(lern)kurse für Frauen aus Tenever

Mit fachkundiger und einfühlsamer Anleitung wird auf dem Gelände der Egestorff-Stiftung ungestört geübt. Bei regelmäßiger Teilnahme lernen alle Frauen nach nur zwei Wochen, Fahrrad zu fahren.

*In Kooperation mit dem ADFC, VHS Bremen Ost und der Egestorff-Stiftung, Förderung durch WiN (Wohnen in Nachbarschaften)*

*Kursleiterin: N.N.*

06.09. – 17.09.2021

Kurs I Mo. – Fr. > 9.00–11.15 Uhr

Kurs II Mo. – Fr. > 14.00–16.15 Uhr  
(mit Kinderbetreuung)

Kosten: 40 € (25 € ermäßigt)



**Termine für Schwimmkurse sind zurzeit nicht planbar und werden kurzfristig bekannt gegeben. Das gleiche gilt für die Kurse Wassergymnastik.**

Bewegungslust und Gesundheit



## Schwimmkurse für Anfängerinnen und Fortgeschrittene

Frauen, die keine Angst im Wasser haben können hier das Schwimmen lernen. Auch Frauen, die bereits Schwimmen in den Grundzügen gelernt haben, können hier im Tiefwasser ihr Schwimmen üben und Sicherheit bekommen. Der Kurs wird von einer erfahrenen Schwimmlehrerin im OTe-Bad durchgeführt. Aufgrund der Corona Beschränkungen und der hohen Nachfrage des Schwimmbads können wir keinen Raum nur für Frauen anbieten.

Gefördert durch den Landessportbund Bremen (LSB Bremen)

Mi. > 10.30–11.00 Uhr

Kosten: 40 € (25 € ermäßigt)



## Wassergymnastik für Frauen aller Kulturen

Bewegungsübungen im Wasser sind leicht und sehr wirksam, sie verbessern vor allem die Kondition und die Beweglichkeit. Die Übungen sind besonders für gewichtige Frauen, Frauen mit Gelenk- und Rückenbeschwerden und auch für Nichtschwimmerinnen (bei Körpergröße über 160 cm) geeignet. Der Kurs wird von einer erfahrenen Kursleiterin in einem geschützten Rahmen im OTe-Bad durchgeführt.

Gefördert durch die AOK Bremen/Bremerhaven

Kursleiterin: Cathrin Eichler / Physiotherapeutin

Mi. > 12.00–12.45 Uhr

kostenfrei für AOK-Versicherte bei Teilnahme an mindestens 8 Terminen (25 € Pfand), 50 € für Versicherte anderer Krankenkassen



Teilhabe und Gesundheit



## Jahreshauptversammlung des Vereins

### „Frauen und Gesundheit“

Alle Mitfrauen und interessierte Nutzerinnen sind herzlich eingeladen. Nach Begrüßung mit Kaffee und Kuchen beginnt um 15.30 Uhr die Sitzung.

Wir werden entsprechend der Pandemiesituation einen geeigneten Raum für die Veranstaltung bekannt geben.

Mo. 30.08.2021 > 15.00–17.30 Uhr

Bewegungslust und Gesundheit



## Frauenbadezeit

Leider ist die Frauenbadezeit bis auf weiteres ausgesetzt. Bitte achten Sie auf aktuelle Aushänge oder informieren Sie sich über unsere Website [www.frauengesundheitintenever.de](http://www.frauengesundheitintenever.de)

**Weitere Einzelveranstaltungen, Erkundungen und Gesprächsrunden werden kurzfristig bekannt gegeben. Bitte schauen Sie/ schaut Ihr auf Aushänge und unsere Website: [www.frauengesundheitintenever.de](http://www.frauengesundheitintenever.de)**

*Ein Blick zurück,  
ich will es wagen  
und mich selber fragen,  
was ist alles gescheh'n?  
Vieles war nicht immer schön,  
Corona Virus  
war das Problem.  
Wir mussten lernen,  
damit umzugehen und zu verstehen.  
Es war nicht immer leicht,  
auf vieles mussten wir verzichten  
und den Alltag neu einrichten.  
Es fällt uns allen schwer,  
es musst 'ne Lösung her.  
Drum sag ich mir:  
„Da nützt kein Zittern und kein Flehen  
es muss halt weiter gehen.“*

Von Erika M. (Gedicht einer Nutzerin des FGT aus der Zeit des Lockdowns)



# Machen Sie mit und unterstützen Sie uns! Werden Sie Mitfrau!

Mit Ihrem Beitrag

- unterstützen Sie die Förderung von Frauengesundheit
- helfen Sie mit, kostengünstige Veranstaltungen anzubieten
- ermöglichen Sie Frauen mit sehr geringem Einkommen, unsere Aktivitäten zu nutzen
- kann FGT kostenlose Beratungen für Frauen anbieten
- helfen Sie die Existenz von FGT zu sichern

Bankverbindung:

Frauen und Gesundheit e.V.

Bank für Sozialwirtschaft

IBAN:

DE45 2512 0510 0008 4557 00

BIC: BFSW DE 33HAN



Koblenzer Straße 3A

28325 Bremen

Tel. 0421 – 40 17 28

Fax 0421 – 40 944 34

Büro-Öffnungszeiten:

Mo. – Do. 9.00 – 16.00 Uhr

Termine nach Vereinbarung  
(auch zu anderen Zeiten)

Tel. 0421 – 40 17 28

FGT@gmx.net

[www.frauengesundheitintenever.de](http://www.frauengesundheitintenever.de)

Bei Bedarf organisieren wir eine kostenlose Kinderbetreuung!  
Unsere Räume sind geeignet für Rollstuhlfahrerinnen!

