

EINLADUNG

GARTELN IM EINKLANG MIT DER NATUR

Dienstag, den 08. April 2025
Beginn 18:30 – 19:00 Uhr
Ort: Online mit Ottmar Herman

Inhalte:

Die Gartensaison hat begonnen! Wie wäre es mit einem Permakulturgarten? Diese Form der Kreislaufwirtschaft bietet für Mensch und Natur freie Entfaltung. Ottmar Herman zeigt Ihnen anhand von Beispielen aus dem eigenen Garten, wie Permakultur-Gartenbau funktionieren kann.



Alle Infos zur Webinar-Reihe und den Link zur Teilnahme finden Sie hier:
<https://styriavitalis.at/gesundheit-kompakt/>



**Auf Ihre Teilnahme freut sich das Team der
Gesunden Gemeinde Gleinstätten!**

EINLADUNG

GELDBEWUSSTE FRAUEN

Was ist für Frauen im Laufe ihres Geldlebens wichtig?

Dienstag, den 13. Mai 2025
Beginn 18:30 – 19:00 Uhr
Ort: Online mit Teresa Münch

Inhalte:

Von Taschengeld über Karenz und Teilzeit-Arbeit bis hin zur Pension: Frauen stehen finanziell vor besonderen Herausforderungen. Um nicht in die finanzielle Abhängigkeit zu geraten, ist es daher insbesondere für Frauen wichtig, sich mit dem eigenen Geldleben auseinanderzusetzen. Gemeinsam beleuchten wir einige Stolpersteine und besprechen mögliche Lösungsansätze.



Alle Infos zur Webinar-Reihe und den Link zur Teilnahme finden Sie hier:
<https://styriavitalis.at/gesundheit-kompakt/>



**Auf Ihre Teilnahme freut sich das Team der
Gesunden Gemeinde Gleinstätten!**

EINLADUNG

TISCHLEIN WECHSLE DICH: Ernährung in den Wechseljahren

Dienstag, den 10. Juni 2025
Beginn 18:30 – 19:00 Uhr
Ort: Online mit Teresa Münch

Inhalte:

Was empfiehlt sich für die tägliche Küchenpraxis in den Wechseljahren? Nutzen wir die positiven Energien des Wandels, um unser Ernährungsverhalten zu reflektieren. Welche Outputs aus dem Kochtopf unterstützen unsere weibliche Energie und nähren uns in diesen stürmischen Zeiten? Dieser Kurz-Input soll dazu ermutigen, zum Kochlöffel zu greifen, um auch in der Küche in einen neuen Lebensabschnitt einzutauchen. Bitte zu Tisch!



Alle Infos zur Webinar-Reihe und den Link zur Teilnahme finden Sie hier:
<https://styriavitalis.at/gesundheit-kompakt/>



**Auf Ihre Teilnahme freut sich das Team der
Gesunden Gemeinde Gleinstätten!**