

# RAUM & FRÜHSTÜCK \* MIT DEM THEMENSCHWERPUNKT: „GESUNDHEIT“

## Programm Januar/ Februar/ März 2026

### Januar 2026

05.01.2026	Ferien	Thema: keine Veranstaltung	Referentin:
12.01.2026	Unter uns	Austausch zum Thema: Gesundheit	
19.01.2026	Elternbildung	Frauengesundheit I: „Was tut mit gut?“	Sigrid Schellhaas
26.01.2026	Elternbildung	Frauengesundheit II: „Wechseljahre“	Sigrid Schellhaas

### Februar 2026

02.02.2026	Elternbildung	Gesunde Ernährung I	Bettina Melahn
09.02.2026	Elternbildung	Gesunde Ernährung II	Bettina Melahn
16.02.2026	Rosenmontag	Unter uns	
23.02.2026	Besuch kommt	Sozialdienst katholischer Frauen	Ina Völker

### März 2026

02.03.2026	Besuch kommt	Zum internationalen Frauentag: Frauen helfen Frauen e.V.	Mascha Riyazi
09.03.2026	Elternbildung	Informationen zur Kommunalwahl und Ausländerbeiratswahl	Aygül Yıldız
16.03.2026	Besuch kommt	Umweltladen Nachhaltige Ernährung: Wie Ernährung unser Klima beeinflusst.	Hella Frey
23.03.2026	Besuch kommt	New– Wiesbaden Beratungsstelle für traumatisierte geflüchtete Menschen	Matthias Einecke

wif e.V. - Begegnung & Beratung

Rheinstraße 79

65185 Wiesbaden

0611 160 23 53

ayguel.yildiz@wif-zentrum.de

www.wif-zentrum.de

Ansprechperson: Aygül Yıldız

\* ohne Anmeldung/ für das Frühstück bitte eine Kleinigkeit mitbringen oder 1 Euro spenden