

# MUT - MACHERINNEN\* - SCHULUNG GESUNDHEIT

## ZEITRAUM

5 Module

Vom 21. Oktober bis 26. November 2019

**Wir laden Frauen\* mit Migrationshintergrund/  
Fluchterfahrungen zur Gesundheitsschulung herzlich ein!**

### Schulungsinhalte:

I. Modul: 21. Oktober 2019 14:00-17:00

#### Körpertherapie

Veranstaltungsort: DaMigra Büro Erfurt  
Leipziger Straße 2, 99085 Erfurt

**Bitte sorgen Sie für bequeme Kleidung (nach Bedarf  
auch für Decken, kleine Kissen, warme Socken!)**

II. Modul: 7. November 14:00-17:00

#### Yoga

**Veranstaltungsort: FrauenZentrum Erfurt, Sportraum,  
Pergamentengasse 36, 99084 Erfurt.**

**Bitte sorgen Sie für bequeme Kleidung!**

III. Modul: 12. November 2019 12:00-15:00

#### Selbststärkung und Empowerment

Veranstaltungsort: DaMigra Büro Erfurt  
Leipziger Straße 2, 99085 Erfurt

IV. Modul: 19. November 2019 14:00 -17:00

#### Kunsttherapie

Veranstaltungsort: DaMigra Büro Erfurt  
Leipziger Straße 2, 99085 Erfurt

V. Modul: 26. November 2019 14:00 -17:00

#### Umgang mit psychischen Belastungen

Veranstaltungsort: DaMigra Büro Erfurt  
Leipziger Straße 2, 99085 Erfurt

Sprache: Deutsch (mit Sprachmittlung auf Arabisch)

## ZIELSETZUNG

**Professionalisierung und Stärkung  
von geflüchteten Frauen\* und  
Migrantinnen\***

## ANMELDUNG



E-Mail

Erfurt@damigra.de



Telefon

0361-34199443  
0176 56986540  
(WhatsApp)

**Bei Interesse bitte wir um eine  
verbindliche Anmeldung bis 18.10.2019.**

**Die verfügbaren Plätze sind  
begrenzt!**

Bei weiteren Fragen stehen wir Ihnen  
gern zur Verfügung!



Ein Projekt von



Gefördert durch



In Zusammenarbeit mit:

