

# #gesundheit #feuerwehr #frauen #seminartag am 10. Juni 2023

**Fachbereich 10 / Frauen** im Bürgerhaus Pösing

## Programm:

- |                              |  |
|------------------------------|--|
| 10:00 Uhr                    | Begrüßung durch die Kreisfrauenbeauftragte Rosi Meier  |
| 10:00 - 16:00 Uhr            | Muskelkraftmessung mit dem „Easy-Torque“.<br>Die Durchführung übernimmt die Firma Frohmader. |
| 10:00 - 12:30 Uhr            | Gesunder Brunch (umara sunst)  |
| 11:00 Uhr                    | Vortrag zum Thema: Stress<br>Referentin: Sabine Schropp, (AOK Gesundheitsfachkraft)          |
| 11:30 Uhr                    | Entspannungsübungen für den Alltag<br>Referentin: Sabine Schropp                             |
| 12:00 - 12:30 Uhr<br>anschl. | Mittagspause<br>Grußwort Ehrengäste/Feuerwehrführung   |
| 12:30 - 15:00 Uhr            | Vorführungen der Feuerwehren Pösing, Roding und Mitterdorf<br>Vorstellung HLF-Drohne-LUF     |
| ca. 16:00 Uhr                | Ende der Veranstaltung   |

Die AOK Cham und der KFV Cham wünscht Ihnen eine schöne Veranstaltung.

**Gesundheit nehmen wir persönlich.  
AOK Bayern. Die Gesundheitskasse.**

**Anmeldung erwünscht unter: [roswitha.meier@kfv-cham.de](mailto:roswitha.meier@kfv-cham.de)**