

Russischsprachiges

FrauenCafé

Musik, Gespräch, Austausch



Landeshauptstadt
München
Gesundheitsreferat

08.03.2024

Wege zur inneren Ausgeglichenheit

Ref. Victoria Maximova

12.04.2024

Frauengesundheit in den Wechseljahren

Ref. Elena Boyarchuk

10.05.2024

Gesunde Ernährung

Ref. Elena Boyarchuk

14.06.2024

Musik für die Seele

Ref. Halina Krylova

19.07.2024

Körperliches Wohlbefinden durch Sport und

Bewegung, Ref. Marina Kurochkina

13.09.2024

Kreativität fördert Gesundheit, Ref. Halina Krylova

11.10.2024

Gedächtnistraining

Ref. Elena Boyarchuk

08.11.2024

Auswirkungen von Krisen auf die psychische Gesundheit

Ref. Dilafruz Rahieva

20.12.2024

Jahresrückblick und -planung 2025

Ref. Halina Krylova

10.01.2025

Musik fördert eine positive Atmosphäre in der Familie

Ref. Halina Krylova

14.02.2025

Emotionale Intelligenz - Tipps zum besseren

Umgang mit Gefühlen

Ref. Victoria Maximova

Gruppenleitung: Halina Krylova

Musikwissenschaftlerin,

Pädagogin, Sprache: Russisch

Holzapfelstraße 3,

80339 München

17.00 bis 19.00 Uhr

Tel.: 089/ 50 50 05



Russischsprachiges

FrauenCafé

Musik, Gespräch, Austausch



Landeshauptstadt
München
Gesundheitsreferat

08.03.2024

Пути к внутреннему
равновесию
Ref. Victoria Maximova

12.04.2024

Здоровье в
климактерическом
периоде
Ref. Elena Boyarchuk

10.05.2024

Здоровое питание
Ref. Elena Boyarchuk

14.06.2024

Музыка для души
Ref. Halina Krylova

19.07.2024

Спорт и движение
- путь к хорошему
самочувствию, Ref. Marina
Kurochkina

13.09.2024

Творчество укрепляет
здоровье, Ref. Halina
Krylova

11.10.2024

Тренировка памяти
Ref. Elena Boyarchuk

08.11.2024

Влияние кризиса на психику
Ref. Dilafruz Rahieva

20.12.2024

Подведение итогов и планы
на следующий год
Ref. Halina Krylova

10.01.2025

Музыка для позитивной
атмосферы в семье
Ref. Halina Krylova

14.02.2025

Как справиться с эмоциями
Ref. Victoria Maximova

Gruppenleitung: Halina Krylova
Musikwissenschaftlerin,
Pädagogin, Sprache: Russisch
Holzapfelstraße 3,
80339 München
17.00 bis 19.00 Uhr
Tel.: 089/ 50 50 05

