

Jede Menge Spaß. Und absolute Frauen*power.

Das ist unser P-Faktor. 



Pfennigparade

Die Zukunft zählt auf uns.

Mach mit beim

Frauen*gesundheitstag

der Pfennigparade am 29. Oktober 2026.

Gemeinsam mit der Krankenkasse DAK widmen sich die Frauen* der Pfennigparade ihrer Gesundheit. Online, in Präsenz und mit viel Spaß am Austausch.

Die Angebote bieten Frauen* einen internen Raum für Begegnung und die Klärung offener Fragen.

WICHTIG:

Die Teilnahme
an den Angeboten im
Rahmen des Frauen*-
gesundheitstages
gilt als
ARBEITSZEIT.

Anmeldung
bis Freitag,
16.10.2026

Diese Angebote erwarten dich:



Neue Anti-Stress-Strategien

Präsenz-Vortrag zu
Stressbewältigung &
Ressourcenstärkung

11:00 – 12:00 Uhr sowie
14:00 – 15:00 Uhr

In den Clubräumen 2 und 3
der Barlachstraße 28
80804 München

Bitte melde dich im
Veranstaltungsportal an unter:
<https://meeting.pfennigparade.de/>



Genuss-Rezepte für die Wechseljahre

Online-Vortrag zu
Ernährung in
den Wechseljahren

10:00 – 11:00 Uhr sowie
13:00 – 14:00 Uhr

Digital
(Teamslink wird nach
Anmeldeschluss zugesendet)

Bitte melde dich im
Veranstaltungsportal an unter:
<https://meeting.pfennigparade.de/>



Erährungsberatung im Snackformat

Fragen und einzelner
Austausch mit einer
Ernährungsfachkraft

Individuelle 20-Minuten-Termine
von 09:15 – 16:05 Uhr

Im Clubraum 1
der Barlachstraße 28
80804 München

Deinen Slot kannst du
hier buchen:
<https://bit.ly/3T0sf9R>

After Work

Lust auf einen gemeinsamen Ausklang? Dann komm ab 16:30 Uhr zu unserem Frauen*power-Get-Together in die Kegelbahn.

Für Getränke und Essen ist gesorgt – jetzt fehlst nur noch du!
(Kegelbahn im Untergeschoss der Barlachstraße 28, 80804 München)

Bitte melde dich für das After Work im Veranstaltungsportal an unter: <https://meeting.pfennigparade.de/>

Sei dabei, denn deine Frauen*power ist der Hammer!

Fragen

Melde dich gerne bei Fragen an den ZB7-Personal unter:
gesundheitsfoerderung@pfennigparade.de



Seid Teil
unseres Teams!

@teampfennigparade 