Bund Deutscher Kriminalbeamter

Sächsischer Frauengesundheitstag der Bereitschaftspolizei Sachsen

29.11.2025

Am Standort der 3. Bereitschaftspolizeiabteilung fand am 25.11.25 in Chemnitz der diesjährige Frauengesundheitstag statt.

Die Veranstaltung stellte die Gesundheitsfürsorge von Kolleginnen in den Mittelpunkt und bot ein vielfältiges Programm, das körperliche und mentale Gesundheit gleichermaßen adressierte.

Im Rahmen fachlicher Vorträge wurden zentrale Aspekte der Gesundheitsprävention, Belastungsfaktoren im Dienst sowie Strategien zur Stärkung der mentalen Widerstandskraft vorgestellt. Ergänzend dazu standen praktische Angebote wie Bodyweight-Training und progressive Muskelentspannung bereit, die direkt erlebbar machten, wie Bewegung und Entspannung zur Stabilisierung der eigenen Gesundheit beitragen.

Der BDK Sachsen war vor Ort, stand als Ansprechpartner zur Verfügung und führte zahlreiche inhaltliche Gespräche mit Kolleginnen, die sich aktiv zu Themen der Gesundheitsförderung und Belastungsbewältigung einbrachten.

Aufmerksamkeit galt für den BDK Sachsen an dieser Stelle ebenso auch dem Thema Gewalt gegen Frauen, das – im Kontext des internationalen Orange Day – bewusst in den Fokus gerückt wurde.

Die Veranstaltung nutzte diesen Anlass, um Betroffenheit sichtbar zu machen, Unterstützungswege aufzuzeigen und für Sensibilität im beruflichen Umfeld zu werben.

Für einen gesundheitsbewussten Rahmen sorgten zusätzlich ausgewogene Snacks, die den Tag abrundeten und das gesundheitliche Gesamtkonzept unterstützten.

Wir. Gemeinsam. Für unsere Zukunft!

Bund Deutscher Kriminalbeamter
Euer Landesverband Sachsen e.V.

Schlagwörter
Sachsen
diesen Inhalt herunterladen: PDF