

Women's Health Day 2018

Bei Buchung bis zum 28. Februar 2018 kostet die ganztägige Teilnahme inkl. Lunch, Getränken, Rahmenprogramm und hochwertiger Give-Away-Tasche:

79,00 Euro pro Person. Bei Buchung ab 1. März 2018 beträgt der Preis 99,00 Euro.

Weitere Informationen unter www.womenshealthday.de

Tickets über www.koelnticket.de und an allen Kölnticket-Vorverkaufsstellen

Der „Women's Health Day“ ist eine Veranstaltung von:

Borchert & Schrader PR GmbH
Antwerpener Straße 6–12 | 50672 Köln
Tel. 0221 925738-40 | info@womenshealthday.de



Unsere Kooperationspartner:



Von Frauen für Frauen.

Wenn bekannte Expertinnen und Experten zu Kernthemen wie Ernährung und Psyche referieren, wenn erfahrene Trainerinnen Impulse für mehr Wohlbefinden geben, wenn die Salutogenese im Zentrum steht – dann dürfen Sie nicht fehlen.

Am Samstag, den 24. März 2018,
von 09.00 Uhr bis 18.00 Uhr
im Lindner City Plaza Hotel, Köln

Programm

08.30 Uhr – 09.30 Uhr

Anmeldung

09.30 Uhr – 10.00 Uhr

Begrüßung und Warm-up

Moderation:

Dr. Angela Maas

TEIL I

10.00 Uhr – 10.30 Uhr

Dr. Irmgard Zierden:

Das Auf und Ab der Hormone.

10.30 – 11.00 Uhr

Dr. Barbara Voll-Peters:

Die Bedeutung des Säure-Basen-Haushalts für die Gesundheit.

11.00 Uhr – 11.30 Uhr

Dr. Christina Jacobi:

Volkskrankheit „Trockenes Auge“ – Was tun?

11.30 Uhr – 11.50 Uhr

Kleine Pause

11.50 Uhr – 12.20 Uhr

Dr. Anesa Lihovac:

Gesunde Venen – Schöne Beine.

12.20 Uhr – 12.40 Uhr

Nicole Reese:

Yoga Body – clean, yogisch, wohltuend.

12.40 Uhr – 13.15 Uhr

Moderierter „Round Table“ mit

Publikumsdiskussion.

13.15 Uhr – 15.00 Uhr

Mittagspause

Genuss: Hulec Biolunch sowie Wein- und Saftverkostung mit Romana Echensperger

Unterhaltung: Themeninseln mit Expertinnen

Entspannung: Achtsamkeitsübungen mit Bodynova und Shiatsu Massageinseln

TEIL II

15.00 Uhr – 16.00 Uhr

Regine Hauch:

Ihr unbekanntes Superorgan: Wie das Immunsystem Frauen hilft, gesund zu bleiben!

16.00 Uhr – 16.30 Uhr

Elisabeth Raffauf:

Du bist genau wie deine Mutter: Traum oder Alptraum?

16.30 Uhr – 17.00 Uhr

Dr. Arnd Jacobi:

Die Haut als Spiegel der Seele.

17.00 Uhr – 17.30 Uhr

Birgit Langebartels:

Die geheime Logik der Depression.

17.30 Uhr – 18.00 Uhr

Julia Schürer:

Einfach Singen – Spiraldynamik meets Voice.

ab 18.00 Uhr

Musikalische Verabschiedung, Umtrunk und Ausgabe der Give-Away-Tasche.