

# Women's Health Day 2019

Weitere Informationen unter  
[www.womenshealthday.de](http://www.womenshealthday.de)

Tickets über [www.koelnticket.de](http://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](mailto:info@womenshealthday.de)

Samstagstermin  
bereits ausverkauft!  
Zusatztermin  
Sonntag,  
31. März 2019

Unsere Kooperationspartner:

Dr. Loges   
Naturheilkunde neu entdecken

SYXYL

 gsk

FEMANNOSE<sup>N</sup>

DADO  
SENS  
DERMACOSMETICS

Cationorm<sup>®</sup>

anginetten<sup>®</sup>

bodynava

ofa bamberg

MEDIENGRUPPE  
KLAMBT

vital

 DuMont  
MEDIENGRUPPE

PSYCHOLOGIE  
HEUTE

GIU

TRIAS

Das Hochhaus  
Hochhaus Digital

BU  
NT  
SPE  
CHT  
FILM UND  
DIGITALES  
GMBH

LINDNER  
HOTELS & RESORTS

## Von Frauen für Frauen.

Wenn bekannte Expertinnen zu Kernthemen wie  
Gesundheit, 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 30. März 2019,  
von 09.00 Uhr bis 18.00 Uhr  
im Lindner City Plaza Hotel, Köln**



# Programm

08.30 Uhr – 09.00 Uhr  
**Einlass und Anmeldung**

09.00 Uhr – 09.45 Uhr  
**Begrüßung und Warm-up**  
Moderation: Dr. Angela Maas

## TEIL I

09.45 Uhr – 10.15 Uhr  
**Anke Nolte:**  
„Kommen und Gehen – Atemübungen  
für den Alltag“

10.15 Uhr – 10.45 Uhr  
**Dr. med. Nadja Hympendahl:**  
„Haarausfall – Was tun?“

10.45 Uhr – 11.15 Uhr  
**Pausenzeit für die Themenlounges,  
Genuss und Entspannung**

11.15 Uhr – 11.45 Uhr  
**Dr. med. Irmgard Zierden:**  
„Last mit der Lust“

11.45 Uhr – 12.15 Uhr  
**Dr. med. Suzann Kirschner-Brouns:**  
„Darmgesundheit und Ernährung“

12.15 Uhr – 12.45 Uhr  
**Moderierter „Round Table“ mit  
Publikumsdiskussion**

12.45 Uhr – 14.45 Uhr  
**Mittagspause mit gesundem Bio-Lunch  
und Zeit für die Themenlounges**

## TEIL II

14.45 Uhr – 15.15 Uhr  
**Rosemarie Heyny:**  
„Alles ist im Wandel – Leben mit  
Rhythmen und Zyklen aus Sicht der  
Chinesischen Medizin“

15.15 Uhr – 15.45 Uhr  
**Birgit Langebartels:**  
„Zugewinne und Verluste in  
der Lebensmitte“

15.45 Uhr – 16.15 Uhr  
**Pausenzeit für die Themenlounges,  
Genuss und Entspannung**

16.15 Uhr – 16.45 Uhr  
**Stella Luise Arndt:**  
„Energetische Physiotherapie und  
Fußgesundheit“

16.45 Uhr – 17.15 Uhr  
**Birgitta Maria Schaub:**  
„Selbstvertrauen und Stimme“

17.15 Uhr – 17.45 Uhr  
**Moderierter „Round Table“ mit  
Publikumsdiskussion**

17.45 Uhr – 18.00 Uhr  
**Abschluss**

**Im Anschluss Umtrunk und Ausgabe  
der Give-Away-Tasche**