

6. Rheinbacher

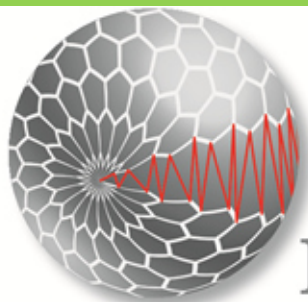
Frauen Gesundheitstag

Samstag, 3. März 2018

11:00 – 17:00 Uhr

**Bürger- und Kulturzentrum Himmeroder Hof
Himmeroder Wall 6, 53359 Rheinbach**

Eintritt frei



Frauennetzwerk
Rheinbach

Wir schaffen Verbindungen

Liebe Frauen,

herzlich willkommen zum 6. Rheinbacher Frauengesundheitstag. Das Frauennetzwerk Rheinbach und die Volkshochschule laden Sie auch in diesem Jahr zu einem Tag rund um das Thema Frauen und Gesundheit ein. Es erwartet Sie ein breit gefächertes Angebot an Vorträgen und Workshops.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch und wünschen Ihnen einen informativen und anregenden Tag für Ihre Gesundheit.

Programm

11:00 Uhr Eröffnung im Ratssaal

Mechthild Schneider, Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Rheinbach

	Raum 7	Raum 13	Ratssaal
11:15 Uhr	Mit der richtigen Schnittführung optisch 5 kg schlanker Workshop <i>Soraya Frie</i>	Behandlung Diabetes mellitus Typ 2 mit Klassischer Homöopathie Vortrag <i>Elke Schüller</i>	Frauencafé von 11:15 – 17:00 Uhr
12:15 Uhr	Alle 11 Minuten verliebt sich jemand in sein neues Ehrenamt Workshop <i>Freiwilligenzentrum Blickwechsel</i>	ThetaHealing & Herz-Intelligenz – zwei Methoden für ein entspannteres, freudvolleres und gesünderes Leben Vortrag mit Übungen <i>Birgit Lütkehöler</i>	Bundesinitiative Großeltern Kurzvortrag <i>Annemie Wittgen / Christel Hermes</i>
13:15 Uhr	Kleine homöopathische Hausapotheke Vortrag <i>Marlies Wallrath</i>	Nutzen Sie die Erkenntnisse der Glücksforschung für Ihre Gesundheit! Workshop <i>Susann Heilmann</i>	Aus Alt mach Neu Kreativ-Workshop <i>Rheinbach Fairtrade Town</i>
14:15 Uhr	Der eigene Atem als Weg zur positiven Veränderung Vortrag mit Atem-Übung <i>Monika Krämer</i>	Stress im Darm – der Darm und seine Bedeutung für die Gesundheit Vortrag <i>Saskia Berzen</i>	
15:15 Uhr	Entspannung für Körper, Geist und Seele – Ganzheitliche Massage Workshop <i>Martina Weißenfels / Ruth Tempel</i>	Gelassen durch die Wechseljahre Vortrag <i>Martina Planken</i>	
16:15 Uhr	Indische Kopfmassage Workshop <i>Claudia Bräuer</i>	Natürlich. Besser. Leben. Optimale Gesundheit – ohne Risiken und Nebenwirkungen Vortrag <i>Astrid Fischenich</i>	
17:00 Uhr	Ende	Ende	

Während der Veranstaltung hat das **Frauencafé** für Sie geöffnet.

Kinderbetreuung ist möglich - bitte bis zum 26.02. anmelden unter Tel. **0 22 26 / 91 71 03**.

Mitwirkende am 6. Rheinbacher Frauengesundheitstag

Naturheilpraxis Saskia Berzen | Tel. 0 26 42 / 29 09 034

Claudia Bräuer, Wellness-Massage und Beratung | Tel. 0 22 54 / 96 92 72

Freiwilligenzentrum Blickwechsel, Doris Kübler | Mail doris.kuebler@onlinehome.de

Astrid Fischenich | Tel. 01 71 58 08 140

Soraya Frie, Perfektion der Darstellung | Tel. 01 75 59 84 427

Susann Heilmann, Work Life Time Coach | Tel. 0 22 26 / 89 88 667

Rheinbach Fairtrade Town, Doris Kübler | Mail doris.kuebler@onlinehome.de

Monika Krämer, Ganzheitliche Integrative Atemtherapie | 0 22 25 / 90 94 56

Heilpraxis Birgit Lütkehölder | Tel. 0 22 26 / 80 92 33

Naturheilpraxis Martina Planken | Tel. 0 22 55 / 20 19 02

Mechthild Schneider, Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Rheinbach | Tel. 0 22 26 / 91 71 03

Naturheilpraxis Elke Schüller | Tel. 0 22 26 / 89 88 610

Naturheilpraxis Marlies Wallrath | Tel. 0 22 26 / 90 08 753

Martina Weißenfels / Ruth Tempel, Ganzheitliche Massage | Tel. 02 28 / 44 68 38 20

Annemie Wittgen / Christel Hermes, BIGE Bundesinitiative Großeltern | Tel. 0 22 51 / 14 71 01

Über das Frauennetzwerk

Das Frauennetzwerk Rheinbach ist ein offener Zusammenschluss von interessierten Frauen, Gruppen und Einrichtungen. Hier treffen sich Frauen in unterschiedlichen Lebenssituationen, jeden Alters und Berufs: Angestellte und Selbständige, Ruheständlerinnen, Familienfrauen und Alleinlebende sind gleichermaßen vertreten. Als überparteiliches Forum bietet das Netzwerk Gelegenheit zum Kennenlernen, zum Austausch, für Kooperationen und gemeinsame Aktivitäten.

Es will Frauen ermutigen, ihre Ideen und Anliegen einzubringen und so dazu beitragen, dass weibliche Sichtweisen in der Öffentlichkeit stärker wahrgenommen werden. Ziel ist, die Vernetzung untereinander zu stärken und die Gleichstellung von Frauen in allen Lebensbereichen zu fördern.

Eine Veranstaltung von:



Ansprechpartnerin:

Mechthild Schneider M.A.
Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Rheinbach
Tel. 0 22 26 / 91 17 03 (vormittags)
E-Mail: mechthild.schneider@stadt-rheinbach.de

www.frauennetzwerkrheinbach.com