

ANMELDUNG zum Frauentag 2024

Ich melde mich zur Veranstaltung „Frauentag 2024“ am 4. Mai 2024 in Dillingen a. d. Donau verbindlich an. Teilnahmegebühr inkl. Verpflegung: 40 € (KDFB-Mitglieder) 50 € (Nicht-Mitglieder)

Anmeldeschluss: 15.4.2024

Name, Vorname

Anschrift

Telefon

Fax/E-Mail

Mitglied im KDFB Nicht Mitglied im KDFB

Ich bin damit einverstanden, dass meine Adresse zur Bildung von Fahrgemeinschaften weitergegeben werden kann.

Ja Nein

Ort, Datum, Unterschrift

Ich überweise die Teilnahmegebühr von 40 € Mitglieder / 50 € Nicht-Mitglieder vor der Veranstaltung auf das Konto des KDFB Bildungswerkes (s. Rückseite)

Ich ermächtige das Bildungswerk des KDFB Diözesanverbands Augsburg e.V. einmalig die Teilnahmegebühr für diese Veranstaltung von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Bildungswerk des KDFB Diözesanverband Augsburg e.V. auf mein Konto gezogene Lastschrift einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Das Bildungswerk verpflichtet sich diese Lastschriftermächtigung ausschließlich für diese Veranstaltung zu nutzen. Eine Weitergabe der erhaltenen Daten erfolgt nicht. Die Teilnahmebedingungen sind mir bekannt. Die Gläubiger-Identifikationsnummer des Bildungswerkes des KDFB Diözesanverband Augsburg e.V. lautet: DE05ZZZ00001035839. Die Mandatsreferenz wird vor dem Lastschrifteinzug mitgeteilt.

Vor- und Nachname (Konto-Inhaber/in)

Anschrift

Kreditinstitut (Name und BIC)

IBAN: DE ___ / ____ / ____ / ____ / ____

Ort, Datum, Unterschrift

INFORMATIONEN

Programm

| | |
|-----------------|--|
| ab 8.30 Uhr | Ankommen, Stehkafee |
| 9.00 Uhr | Begrüßung / Grußworte |
| 9.15 Uhr | Musikalischer Auftakt |
| 10.00 Uhr | Vorstellungsrunde der Expertinnen |
| 10.45 Uhr | Gesprächsforen Fokus Frauengesundheit |
| 12.30 Uhr | Mittagspause |
| 14.00–16.00 Uhr | Workshops |
| 16.30 Uhr | Gottesdienst |
| 17.30 Uhr | Ende des Frauentages |

Teilnahmegebühr

Teilnahmegebühr inkl. Verpflegung: 40 € (KDFB-Mitglieder) 50 € (Nicht-Mitglieder)

Die Verpflegung beinhaltet das vegetarische Mittagessen sowie Kaffee und Kuchen.

Anmeldeschluss: 15. April 2024

Anmeldung



Bitte nutzen Sie die bequeme Online-Anmeldefunktion zu dieser Veranstaltung unter: www.frauenbund-augsburg.de/veranstaltungen

Bitte füllen Sie die Lastschriftenermächtigung aus (Abbuchung erfolgt nach der Veranstaltung)

oder überweisen Sie die Veranstaltungskosten inkl. der Verpflegungskosten (40 € KDFB-Mitglieder, 50 € Nicht-Mitglieder) vor der Veranstaltung auf folgendes Konto:

Bildungswerk des KDFB Diözesanverband Augsburg e.V.
LIGA Regensburg
IBAN: DE19 7509 0300 0000 2286 05
BIC: GENODEF1M05
Verwendungszweck: Name der Teilnehmerin, 4. Mai 2024, Frauentag 2024

Anmeldeschluss: Wir bitten um Ihre verbindliche Anmeldung mit dem vollständig ausgefüllten Anmeldeabschnitt bis **spätestens 15. April 2024**. Ihre Anmeldung gilt als angenommen, wenn Sie von uns keine Absage erhalten.

ANFAHRT

Der Stadtsaal am Kolpingplatz befindet sich am Adolph-Kolping-Platz 1, 89407 Dillingen an der Donau.

Anreise mit der Bahn

Dillingen a.d. Donau ist mit der Bahn gut angebunden. Vom Bahnhof aus ist der Stadtsaal fußläufig in ca. 7 Minuten erreichbar.

Anreise mit dem PKW

Über die Bundesstraßen B 16 und B 2 sowie über die Autobahn A 8 ist Dillingen an der Donau gut zu erreichen.

Parkmöglichkeiten stehen ausreichend zur Verfügung:

- Parkhaus am Stadtsaal (gebührenpflichtig)
- P3 am Stadtsaal (gebührenpflichtig bis 14 Uhr)
- in fußläufiger Entfernung kostenfreie Plätze auf P5 (Bleichstraße) und P6 (Hofweiherweg)



Katholischer
Deutscher
Frauenbund

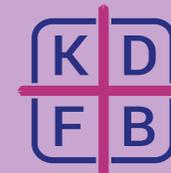


Veranstalter

Bildungswerk des Katholischen Deutschen Frauenbundes (KDFB)
Diözesanverband Augsburg e.V.
Kitzenmarkt 20/22, 86150 Augsburg
Tel. 0821 3166-3443, Fax 0821 3166-3449
E-Mail: frauenbund.veranstaltungen@bistum-augsburg.de
www.frauenbund-augsburg.de
Facebook: FrauenbundAugsburg
Instagram: frauenbund_augsburg



KEB
THEMEN
TAGE



Katholischer
Deutscher
Frauenbund

FRAUENTAG 2024



SELBSTBESTIMMT
GESUND **Fokus Frauengesundheit**

Samstag, 4. Mai 2024, 9 – 17.30 Uhr

Stadtsaal am Kolpingplatz – Dillingen an der Donau

FRAUENTAG 2024

Fokus Frauengesundheit – selbstbestimmt und gut versorgt

Wir erleben eine Zeit des Umbruchs – in Politik, Gesellschaft und Wissenschaft. Eine wichtige Veränderung vollzieht sich in der Medizin: War lange Zeit Forschung und Behandlung auf Männer fokussiert, rücken nun verstärkt geschlechterspezifische Unterschiede in den Mittelpunkt. Dieser Frauentag widmet sich den vielfältigen Aspekten von Frauengesundheit: Es werden zum einen strukturelle Rahmenbedingungen und bestehende Versorgungslücken von Frauen thematisiert, zum anderen Frauengesundheit als ganzheitliche Einheit von Körper, Geist und Seele in den Blick genommen. In den Gesprächsforen vermitteln Expertinnen wertvolles Wissen und bieten Raum für Austausch und Fragen.

Erleben Sie diesen Frauentag als Möglichkeit, Bewusstsein für eine ganzheitliche Sicht auf Ihre Gesundheit zu schaffen. Lernen Sie, Ressourcen bereitzustellen, um gut und selbstbestimmt für sich zu sorgen.

Gesprächsforen

In kleiner Runde werden unterschiedliche Aspekte von Frauengesundheit thematisiert – wählen Sie Ihren persönlichen Schwerpunkt!



GESPRÄCHSFORUM 1

Gesundheitsversorgung zukunftssicher gestalten

Gabriele Hörl, Leiterin der Abteilung Gesundheitspolitik, Ambulante Versorgung, Krankenversicherung im Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit und Pflege



GESPRÄCHSFORUM 2

Hildegard von Bingen: Heil und Heilung

Dr. Hildegard Gosebrink, Leiterin der Arbeitsstelle Frauenseelsorge der Freisinger Bischofskonferenz



GESPRÄCHSFORUM 3

Geschlechterspezifische Medizin & Genderforschung – Ungleichbehandlung und Nichtberücksichtigung von Frauen bei Herzgesundheit und Medikamentenforschung

Dr. Julia Lueg, Assistenzärztin mit Schwerpunkt Kardiologie und Angiologie am Deutschen Herzzentrum der Charité



GESPRÄCHSFORUM 4

Gesundheit im Beziehungsgeflecht: Toxische Verbindungen erkennen und transformieren

Dr. Katrin Hegendörfer, freiberufliche Psychologin, Systemische Therapeutin und Coach



GESPRÄCHSFORUM 5

„Da siehst du alt aus!“ – Wie Stereotype Einsamkeit verstärken und Gesundheit beeinträchtigen können

Elke Schilling, Gründerin und Vorsitzende silbernetz e.V.



GESPRÄCHSFORUM 6

„Beklag dich nicht über die Dunkelheit. Zünde eine Kerze an!“ (Konfuzius)

Resilienz und Selbstwirksamkeit aktiv leben
Andrea Lenger-Hartwig, Systemische Körpertherapie, Supervision & Coaching



GESPRÄCHSFORUM 7

Gut versorgt in den Wechseljahren: Frauenheilkunde und Sexualmedizin

Dr. Maria Beckermann, Frauenärztin – Psychotherapie, Sexualtherapie



WORKSHOPS

Am Nachmittag können Sie in einem der Workshops selbst aktiv werden: Das Angebot reicht von körperlicher Fitness und Ernährung über mentale Ausgeglichenheit und emotionales Wohlbefinden bis hin zu interessanten Vorträgen. Auf vielfältige Weise erhalten Sie Anregungen für die verschiedenen Elemente eines ausgewogenen, gesunden Lebensstils.

GEMEINSAMKEIT ERLEBEN – VERBINDUNG SPÜREN

Mit Übungen aus der Erlebnispädagogik

DIGITALISIERUNG UND GESUNDHEIT

Können Apps helfen, gesund zu bleiben?

STRESSBEWÄLTIGUNG IM ALLTAG

Mit Entspannungs- und Atemübungen

EDELSTEINE?!

Symbole der Heilung bei Hildegard von Bingen

RESILIENZ UND SELBSTWIRKSAMKEIT AKTIV LEBEN

Körperorientierte Übungen zum Thema Balance und Wohlfühl

LEBENSKRAFT AUS PFLANZEN

Ätherische Öle für mehr Wohlbefinden und Balance

DAFÜR SIND SIE ZU ALT

Erfahrungen mit und Strategien gegen Altersdiskriminierung

FIT UND GESUND MIT KNEIPP

SWING, MOVE AND SMILE

Freude an Bewegung mit Smovey Vibrationsringen

SCHÄTZE DES AYURVEDA FÜR KÖRPER, GEIST & SEELE

Ayurveda und Frauengesundheit

KRAFT AUS DER MITTE

Für einen gesunden und starken Beckenboden

HYGGE

„Gemütlich“ auf Dänisch für mehr Alltagsglück



Nähere Infos zu den einzelnen Foren, den Expertinnen und Workshops finden Sie auf unserer Webseite: www.frauenbund-augsburg.de
Die Anmeldung zu den Foren sowie die Einwahl in die Workshops findet am Frauentag statt.



Bildungswerk des
Kath. Deutschen Frauenbundes (KDFB)
Diözesanverband Augsburg e.V.
Kitzenmarkt 20/22
86150 Augsburg