

## Frauengesundheitstag

### Frauengesundheitstag

### des Philologenverbandes NRW

**Ein Tag rund um Themen, über die noch zu selten offen gesprochen wird....**

#### **Es erwarten Sie**

- **am Samstag, 25.04.2026**
- **von 10 bis 16 Uhr**
- **im NH-Hotel Düsseldorf-City**

**Das Referat Frauen, Familie und Gleichstellung lädt Sie ganz herzlich ein:  
Als Referentinnen konnten wir Frau Dr. med. Anne Högemann und Frau  
Andrea Mais gewinnen, die mit Ihnen in zentrale Themen und Fragen der  
Gynäkologie und Gesundheitsvorsorge in allen Lebensphasen eintauchen  
werden**

**- verständlich, wissenschaftlich fundiert und praxisnah.**

- **zwei Basisvorträge**

in denen Sie einen Einblick in Aufbau und Funktion des weiblichen Körpers erhalten und durch die Sie Ihr vorhandenes Wissen vertiefen.

Sie erfahren, **wie Hormone den Zyklus steuern**, die Fruchtbarkeit beeinflussen und das körperliche Wohlbefinden prägen.

Der Vortrag „**Menstruation im Fokus**“ beleuchtet typische Zyklusstörungen, häufige Beschwerden wie Schmerzen, Endometriose oder Myome und zeigt Wege zu einem informierten, selbstbestimmten Umgang damit auf.

- In den **anschließenden vier Workshops** werden wir uns im Anschluss intensiver mit unterschiedlichen Aspekten beschäftigen und dabei Mythen entlarven, tradiertes Falschwissen ansprechen und Präventionsmöglichkeiten beleuchten. Hier ist Zeit für Fragen und Diskussion.

Mit Hilfe didaktischer Modelle werden die Inhalte noch anschaulicher: Sie erfahren, wie Sie Ihre Brust selbst untersuchen können.

*Kommen wir ins Gespräch!  
Lassen Sie sich verblüffen, und machen Sie mit.*

10:00 – 10:05 Uhr

**Begrüßung durch Jutta Bohmann**, Vorsitzende des PhV-Bezirks Bonn/Rhein-Sieg,  
Vorsitzende des Referates Frauen, Familie und Gleichstellung beim  
Philologenverband NRW

**Vorstellung der Ärztlichen Gesellschaft zur Gesundheitsförderung e.V.  
(ÄGGF)**

10:10 – 11:55 Uhr

**Vortrag** Andrea Mais: „*Den weiblichen Körper verstehen: Anatomie, Hormone und Zyklus*“

10:55 – 11:10 Uhr Kaffeepause

11:10 – 11:55 Uhr

**Vortrag** Dr. Anne Högemann: „*Menstruation im Fokus*“

11:55-12:55 Uhr Mittagspause

### **Gruppe A**

12:55 – 13:30 Uhr:

**Workshop 1:** Dr. Anne Högemann  
„*Impfschutz ein Leben lang*“

13:35 – 14:15 Uhr:

**Workshop 4:**  
„*Verhütung und STI – Klartext für die Praxis*“

14:15 Uhr -14:30 Uhr Kaffeepause

### **Gruppe B**

14:30-15:05 Uhr:

**Workshop 1:** Dr. Anne Högemann  
„*Impfschutz ein Leben lang*“

15:05-15:40 Uhr:

### **Gruppe B**

**Workshop 2:** Andrea Mais  
„*Wechseljahre? Cool bleiben!*“

**Workshop 5:**  
„*Brustgesundheit – was man selbst dafür tun kann*“

### **Gruppe A**

**Workshop 2:** Andrea Mais  
„*Wechseljahre? Cool bleiben!*“

**Gruppe A****Workshop 4:**

*“Verhütung und STI – Klartext für die Praxis”*

15:45-16:00 Uhr:

**Gemeinsamer Abschluss: Auswertung,  
Ihre Wünsche und Anregungen**

**Gruppe B****Workshop 5:**

*„Brustgesundheit – was man selbst dafür tun kann“*

**Frauengesundheitstag 25.04.2026 des PhV-NW**

**Termin:** Samstag, 25.04.2026, 10.00 bis 16.00 Uhr

**Ort:** NH-Hotel Düsseldorf City, Kölner Str. 186-188, 40227 Düsseldorf

**Kosten:** 39 Euro für Mitglieder (inkl. Pausenverpflegung, Mittagessen und Tagungsmaterial)

(Die Veranstaltung ist WEIBLICHEN Mitgliedern vorbehalten.)

**Anmeldungen:** bitte per Fax oder Mail *bis spätestens zum 23.02.2026* an die:

Geschäftsstelle des Philologenverbandes NRW  
Graf- Adolf -Straße 84  
40210 Düsseldorf  
Fax: 0211 161973  
E-Mail: [info@phv-nrw.de](mailto:info@phv-nrw.de)

**!!! Wichtig:**

**Wir möchten Sie wegen der anstehenden Kosten dringend bitten, sich bei kurzfristigen Erkrankungen oder anderen Gründen bei der Geschäftsstelle abzumelden, sofern Sie die Fortbildungsveranstaltung nicht besuchen können.**

Seien Sie uns ganz herzlich willkommen beim Frauengesundheitstag!!!

Wir freuen uns auf Sie!

Jutta Bohmann

(Vorsitzende des Referats Frauen, Familie und Gleichstellung)