



Pressestelle  
Jörn Franken  
Zimmer 204

Telefon 02851-51145  
Telefax 02851-51979  
e-mail: [pressestelle@stadt-rees.de](mailto:pressestelle@stadt-rees.de)  
Internet: [www.stadt-rees.de](http://www.stadt-rees.de)

Rees, den 5. Oktober 2023

Presseinformation 2023/ 206

### **Frauengesundheitstag „FRAUEN. GESUNDHEIT – Live!“**

*Schulzentrum in Rees wird am 28. Oktober zum Veranstaltungsort*

**MÜNSTER / REES.** Bereits zum dritten Mal lädt die kfd im Bistum Münster unter dem Motto „FRAUEN.GESUNDHEIT – Live!“ zum Frauengesundheitstag ein. Dazu werden am Samstag, 28. Oktober 2023 von 9.30 Uhr bis 17 Uhr die Sport- und Mehrzweckräume des Schulzentrums Rees (Schulzentrum Rees, Westring, 46459 Rees) in eine Gesundheitsoase umgewandelt. Willkommen sind alle Frauen, die ihrem Körper und ihrer Gesundheit etwas Gutes tun möchten.

### **„Gesund vorbeugen und schön altern“**

Dr. med. Daniela Rezek, Chefärztin am Evangelischen Krankenhaus Wesel, eröffnet den Frauengesundheitstag mit einem Vortrag unter dem Titel „Happy Aging“. Im Anschluss können die Teilnehmerinnen an einer Vielfalt von Workshops und Vorträgen teilnehmen. Darunter zählen zum Beispiel Fit-Boxing, Aromatherapie, Faszientraining, Oriental Dance, Stepptanz oder Bogenschießen. Im Rahmen von Achtsamkeitsworkshops werden aber auch Entspannungstechniken vermittelt und die Teilnehmerinnen erfahren etwas zum Thema Resilienz und Stressbewältigung. Die Veranstaltung der kfd Münster findet in Kooperation mit Birgit Fischer, Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Rees, sowie den kfd-Regionen Goch-Kleve, Wesel, Bochohl und Xanten statt.

Die Teilnehmerinnen werden gebeten, sportliche und bequeme Kleidung sowie Hallenschuhe mitzubringen. Falls vorhanden, ist auch das Mitbringen einer Sportmatte sinnvoll. Die Kosten belaufen sich inklusive eines Mittagssnacks auf 27 Euro für kfd-Mitglieder und 35 Euro für Nicht-Mitglieder. Anmeldungen werden bis zum 18. Oktober online unter [www.kfd-muenster.de](http://www.kfd-muenster.de) oder per Mail unter [kfd@bistum-muenster.de](mailto:kfd@bistum-muenster.de) entgegengenommen. Weitere Informationen zum Frauengesundheitstag in Rees sind auf den Internetseiten der Stadt Rees (Bereich Aktuell) sowie auf der Internetseite der kfd Münster erhältlich.



© Stadt Rees

BU: Freuen sich auf den Frauengesundheitstag in Rees: Die kfd Münster und lokale Reeserinnen