



Pressemitteilung Nr. 287

25.09.2023

3. Frauengesundheitstag in Neunkirchen

Am Sonntag, 15. Oktober, veranstaltet die Kreisstadt Neunkirchen zum dritten Mal ihren Frauengesundheitstag. Dabei wird die Neue Gebläsehalle von 10.30 bis 18.30 Uhr zur Wohlfühloase für Frauen. Der Eintritt ist kostenlos. Die städtische Frauenbeauftragte lädt alle Frauen an diesem Tag ein, den Blick auf sich selbst und die Bedürfnisse des eigenen Körpers zu schärfen.

Im hektischen Alltag bleibt gerade Frauen immer weniger Zeit, auf sich selbst zu achten. Sie nehmen unterschiedlichste Rollen ein und vergessen dabei oftmals ihre eigene Gesundheit. Darüber hinaus sind sie häufig einer Mehrfachbelastung ausgesetzt, beispielsweise durch Kinder, Arbeit und Pflegetätigkeit.

Bei mehreren Vorträgen und verschiedenen Bewegungs- und Entspannungsangeboten haben die Besucherinnen des Frauengesundheitstags die Gelegenheit, mehr über sich und ihre Gesundheit zu erfahren. Die Themen reichen von psychischer Gesundheit über gesunden Schlaf und Ernährung bis hin zum Thema Brustgesundheit – passend zum internationalen Brustkrebs-Monat Oktober.

Ausstellerinnen und Aussteller aus verschiedensten Bereichen des Gesundheitswesens bieten Messungen an und informieren z. B. über gesunde Ernährung, Vorsorge und Selbsthilfe. Die Angebote richten sich an Frauen aller Altersgruppen. So ist in diesem Jahr zum Beispiel auch der Hebammenverband Saarland vor Ort.

Neben den Gesundheitsangeboten gibt es einen Kreativmarkt mit Angeboten aus der Region und einem breit gefächerten Sortiment. Auch in diesem Jahr findet eine große Tombola statt, bei der es tolle Preise zu gewinnen gibt. Der Gesamterlös geht karitativen Zwecken zu. Im Frauencafé sorgt die Internationale Frauenkochgruppe für das leibliche Wohl der Besucherinnen.

Musikalisch umrahmt wird der Frauengesundheitstag von Nicole Schweitzer und Melanie Caspar mit "Trommeln und mehr" und von der Sängerin Elisa Rehlinger, begleitet von Nino Deda am Klavier. Außerdem steht die Newcomerin Stia mit ihrer Tanzformation District auf dem Programm. Ab 17.30 Uhr klingt der Tag mit einer "Latin-Ladies-Hour" aus, einem Schnupper-Tanzworkshop mit Janine Nathalie.