



KVINNEN I BALANSE - I BÅDE KROPP OG SJEL!

Lørdag	
0900-0940	Registrering
0945-1000	Åpning v/Christin Foss, KongressPartner og konferansier Hege Holen, skribent og inspirator.
1000-1100	«La ikke aldersangst begrense livene våre» Kari Løvendahl Mogstad, fastlege og spesialist i allmenmedisin, idrettslege Boksignering etter foredraget
1100-1130	Pause med utstillersbesøk
1130-1230	«Kvinnens vanligste underlivsplager» Madeleine Engen MD, spesialist i gynekologi og fødselshjelp, leder av kompetansesenter for kvinnehelse C-Medical
1230-1330	Hotelllets bugnende lunsjbuffet
1330-1415	Madeleine Engen fortsetter, siste 10 min til spørsmål
1415-1430	En liten benstrek
1430-1530	"Fordøyelse er en fornøyelse!" Lene Hansson, kostveileder (Hovedsponsors innlegg)
1530-1600	Pause med utstillersbesøk
1600-1700	«God stemning» Hvordan ta opp vanskelige temaer med konkrete redskaper til hvordan du kan skape bedre relasjoner til andre. Dora Thorallsdottir, familieterapeut og stand up komiker
1700-1730	Dagens siste pause, hente et glass i baren før Dora starter, kanskje?
1730-1750	«OVERGANGER» Vi mangler rauset overfor kvinner i overgangsalderen! Dora Thorallsdottir med 20 min utdrag fra høstens store show
1750	Takk for i dag, sees i morgen?
1900	Felles middag 1900
Søndag	
0700-0800	«Morgenyoga for dyp kontakt med egen pust, styrke og flyt» Mona Elsness Valstad, kundaliniyogalærer (for deltakere med Full Pakke-bestilling)

0830-0855	Registrering
0900-0915	Åpning v/konferansier Hege Holen
0915-1000	"Å BEGJÆRE den du elsker" Lengselen etter spenning og behovet for trygghet! Siri Gullestad, Dr. philos. Siri Gullestad, professor emeritus i klinisk psykologi
1000-1030	Pause med utstillerbepøk og hotellets deilige forfriskninger!
1030-1115	Siri Gullestad fortsetter, siste 10 min til spørsmål Boksignering etter foredraget
1115-1125	Benstrek
1125-1230	"Kvinner biologiske og hormonelle rytme" Hva påvirker kvinnekroppens fysiologi og biologi positivt? Børge A. Fagerli, gründer, foredragsholder og coach
1230-1330	Lunsj
1330-1430	"Ikke i kveld, kjære, jeg har MIGRENE" Anne Christine (Tine) Poole, medisinsk fagansvarlig lege Oslo Hodepinesenter
1430-1500	Siste handlemulighet hos utstillerne
1500-1530	Tine Poole fortsetter, siste 10 min til spørsmål
1530-1545	«Helsegevinster ved sex fra et Biohackers perspektiv» Monica Øien og Alette Sophie Aubert, Biohacking Girls
1545	Tusen takk for oss!

Med forbehold om endringer.

Arrangeres av:



www.kongresspartner.no

Christin Foss, mobil: 92 24 27 56, epost: christin@kongresspartner.no

Instagram: @kvinnehelsekonferansen

Konferansens hovedsponsor:

