



Forum Gesundheit

Vorträge im Haus der Bildung

**September 2017-
Januar 2018**

September 2017

Wenn der Rücken Probleme macht

Brigitte Trittner, Heilpraktikerin

91014 - Vortrag mit Anmeldung, Gebühr 8,00 €

Der Rücken aus ganzheitlicher Sicht. Ursachen für Schmerzen wie Verspannungen und Blockaden werden erläutert und ganzheitliche Methoden zur Vitalisierung der Rückenkraft erklärt.

Donnerstag, 28.09.2017, 18:00-20:00 Uhr

Oktober 2017

Stressbewältigung am Arbeitsplatz

Gabriela Wisbar, MBSR-Trainerin, Singleleiterin, Kunsttherapeutin

91007 - Vortrag mit Anmeldung, Gebühr 8,00 €

Entwickeln Sie an Ihrem Arbeitsplatz Strategien für einen achtsameren und ausgeglicheneren Berufsalltag – mit praktischen Übungen und wissenschaftlich anerkannten Methoden, mit denen Sie gezielt sowohl Ihr Wohlbefinden steigern, als auch Ihre Widerstandskraft gegen Stress erhöhen können.

Mittwoch, 04.10.2017, 19:30-21:00 Uhr

Angstfreie Entbindung - ist das möglich?

Barbara Bräuer, Yogalehrerin BDY

91050 - Vortrag mit Anmeldung, Gebühr 9,00 €

Frederick Leboyer, „Vater der sanften Geburt“, antwortet darauf mit: YOGA. Die Dozentin erzählt von dieser Kunst und lässt kleine Körper- und Atemübungen einfließen. Vertieft werden können die Übungen im Kurs 7295049.

Donnerstag, 05.10.2017, 19:30-21:30 Uhr

In Kooperation mit der Evang. Familienbildung und Motherhood e.V.

Jin Shin Jyutsu

Eika Bindgen, Heilpraktikerin und Lehrerin

91005 - Vortrag mit Anmeldung, Gebühr 10,00 €

Sie bekommen einen Einblick, wie Sie sich ganz praktisch bei vielen Beschwerden helfen können durch das Auflegen der Hände.

Freitag, 06.10.2017, 18:00-20:00 Uhr

Heimisches Superfood

Renate Maia Pfrombeck, Heilpraktikerin

91001 - Wochenendworkshop, Gebühr 8,00 €

Herbstliche Kräuterwanderung um den Starkholzbacher See. Schmackhafte Rezepte, Wichtiges zu Heilwirkungen und Anwendungsmöglichkeiten und zu heilkräftigen Wurzeln und deren Wirkung.

Samstag, 07.10.2017, 15:00-16:30 Uhr

In Kooperation mit AG für gesunde Lebensweise

Wann machen uns elektronische Medien krank?

Niels Pruin, Dipl. Sozialpäd./-arbeiter (FH), Suchttherapeut

91002 - Vortrag ohne Anmeldung

Jederzeit bereit, jederzeit über alles informiert, jederzeit dabei - ab wann beginnt exzessiver Medienkonsum? Welche Hilfen und Unterstützungsformen gibt es, wenn der Umgang mit den Medien problematisch geworden ist?

Mittwoch, 18.10.2017, 19:00-21:00 Uhr

In Kooperation mit dem Verein zur Förderung seelischer Gesundheit, dem Samariterstift Obersontheim, der Stiftung Zeit für Menschen, dem Evang. Kreisbildungswerk, dem LandFrauen Kreisverein Schwäbisch Hall und dem Klinikum am Weissenhof, Weinsberg

Detoxing - Mehr Schwung und Energie

Sabine Stecher

91012 - Vortrag mit Anmeldung, Gebühr 8,00 €

Energielos, heißhungrig, kränklich? Eine Detox-Woche hilft schnell, Körper und Seele wieder auf Vordermann zu bringen - ohne Nebenwirkungen. Infos zu Entgiftungsorganen und zur Zusammenstellung eines 7-Tage-Detox-Plans.

Mittwoch, 25.10.2017, 20:00-21:30 Uhr

In Kooperation mit der AG für gesunde Lebensweise

Räuchern mit einheimischen Kräutern

Sabine Stecher

91016 - Vortrag mit Anmeldung, Gebühr 9,00 €

Räuchern wirkt reinigend, entspannend, schützend, klärend und heilend.

Sie lernen die heimischen Kräuterpflanzen und Harze kennen, ihre Wirkung und Anwendung.

Mittwoch, 15.11.2017, 20:00-21:30 Uhr

Dem Stress mit Achtsamkeit begegnen

Gabriela Wisbar, MBSR-Trainerin, Singleleiterin, Kunsttherapeutin

91008 - Vortrag mit Anmeldung, Gebühr 8,00 €

Sorgen oder Stress kommen ungefragt, sind aber kein Schicksal. Es gibt eine „Gebrauchsanweisung“ zum klugen Umgang damit: MBSR (mindfulness based stress reduction): Stressbewältigung durch Achtsamkeit. Ein erfahrungsorientiertes Trainingsprogramm nach dem Neurobiologen Prof. Jon Kabat-Zinn kennenlernen und ausprobieren.

Donnerstag, 23.11.2017, 19:30-21 Uhr

Gutes Bauchgefühl - der Darm ist die Quelle unseres Wohlbefindens

Renate Maia Pfrombeck, Heilpraktikerin

91003 - Vortrag mit Anmeldung, Gebühr 8,00 €

Wenn die Verdauung nicht richtig funktioniert hat das Auswirkungen auf den ganzen Körper.

Lernen Sie Heilpflanzen kennen und erhalten Sie Informationen, wie Sie die Darmflora stärken und aufbauen und damit auf natürliche Weise Verdauungsprobleme lindern können.

Dienstag, 28.11.2017, 18-19:45 Uhr

In Kooperation mit AG für gesunde Lebensweise

Kopfschmerzen - Entstehung und Behandlung aus ganzheitlicher Sicht

Brigitte Trittner, Heilpraktikerin

91029 - Vortrag mit Anmeldung, Gebühr 8,00 €

Kopfschmerzen sind ein Hilferuf des Körpers, der uns auffordert, etwas zu ändern. Bei diesem Vortrag erfahren Sie, wie Sie sich selbst helfen können durch Tees, Ernährung, pflanzliche und homöopathische Behandlungsmöglichkeiten.

Dienstag, 23.01.2018, 18:00-20:00 Uhr

Histamin-Intoleranz:

Die 1000 Gesichter der Histaminose

Sabine Biehler

91024 - Vortrag mit Anmeldung, Gebühr 8,00 €

Grundsätzlich ist jeder Mensch histaminintolerant. Ein gesunder Organismus reagiert jedoch nur auf eine extreme Zufuhr histaminhaltiger Nahrung - etwa gleichzeitigen Genuss von gereiftem Käse, Tomaten und Rotwein z. B. mit Kopfschmerzen oder Sodbrennen. Was aber ist Histamin überhaupt und welche Aufgaben erfüllt es in unserem Organismus? Histaminvermittelte Erkrankungen haben alle ein ähnliches Beschwerdebild - doch wo liegt der Unterschied? Welche Rolle spielt die Ernährung?

Montag, 29.01.2018, 18:00-19:45 Uhr

In Kooperation mit der AG für gesunde Lebensweise



Ihre Ansprechpartnerin Fachbereich Gesundheit:

Dr. Brigitte Gary
Tel.: 0791/97066-19
b.gary@vhs-sha.de

Foto: Pixelio

Volkshochschule Schwäbisch Hall e.V.
Haus der Bildung
Salinenstraße 6-10, 74523 Schwäbisch Hall
Telefon 0791/97066-0, Fax 0791/97066-29
Email: info@vhs-sha.de, Internet: www.vhs-sha.de



Es gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen, diese liegen in der VHS aus!

DIAKademie

Vorträge ohne Anmeldung, gebührenfrei

DIAKademie 26

Möglichkeiten und Grenzen der Endoskopie bei Darmtumoren

Vortrag mit Prof. Dr. Markus Menges, Chefarzt Innere Medizin II, Darmkrebszentrum Hohenlohe

Dienstag, 10.10.2017, 18:00-19:30 Uhr

DIAKademie 27

Alte Knochen brechen - und dann?

Vortrag mit Andreas Burgschweiger, Oberarzt Klinik Chirurgie II Unfallchirurgie, Dr. Dieter Richter, Chefarzt der Unfallchirurgie, Zentrum für Alterstraumatologie

Dienstag, 07.11.2017, 18:00-19:30 Uhr

DIAKademie 28

Was passiert während ich schlafe?

Vortrag Prof. Dr. Thorsten Steinfeldt, Chefarzt Anästhesie, operative Intensivmedizin, Schmerztherapie

Dienstag, 05.12.2017, 18:00-19:30 Uhr

DIAKademie 29

Hormone in den Wechseljahren

Vortrag Prof. Dr. Andreas Rempfen, Chefarzt der Frauenklinik mit Brustzentrum und Gynäkologischem Krebszentrum

Dienstag, 06.02.2018, 19:00-20:30 Uhr

Kooperationsveranstaltungen mit dem DIAK

Beinschmerzen - was tun? 13. DIAK Gefäßtag

Informationstag des Gefäßzentrums am Diakonie-Klinikum Schwäbisch Hall für Patienten und Interessierte.

Samstag, 21.10.2017, 9:00-12:00 Uhr

Rund ums Knie

Vorträge und Information mit Dr. Dirk Steinhagen (Orthopädie), Christoph Engel (Physiotherapie), Dr. Wolfgang Bauer (Schmerztherapie), Dr. Thomas Hopf (Neurochirurgie)

Samstag, 13.01.2018, 9:00-12:00 Uhr