

Dem Stress mit Achtsamkeit begegnen

Gabriela Wisbar, MBSR-Trainerin

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, 12.04.2018, 19:30-21:00 Uhr

Basiskurs Demenz Partner

Regine Hammer, Krankenschwester, Pflegeexpertin für Menschen mit Demenz, Pflegestützpunkt Landratsamt Schwäbisch Hall

91009 - Vortrag mit Anmeldung, gebührenfrei

Die Volkshochschule hat sich der Initiative Demenz Partner angeschlossen und wird in diesem Rahmen Basiskurse über Demenzerkrankungen anbieten. In einem Kurs werden neben Informationen zum Krankheitsbild Tipps zum Umgang mit Menschen mit Demenz vermittelt. Denn Menschen mit Demenz brauchen eine sensible Nachbarschaft und Umgebung, um möglichst lange zuhause leben zu können.

Montag, 16.04.2018, 19:30-21:00 Uhr

In Kooperation mit dem Pflegestützpunkt des Landkreises Schwäbisch Hall

Die homöopathische Reiseapotheke

Gregor Zeitler, Heilpraktiker

910211 - Vortrag mit Anmeldung, Gebühr 20,00 €

Mit homöopathischer Hilfe können Sie selbst Einiges für unbeschwerte Urlaubstage tun und gut gerüstet sein, falls es zu Erkrankungen kommt. In diesem Kurs werden die wichtigsten homöopathischen Mittel vorgestellt, die für einen Akutfall unterwegs in Ihrer Reiseapotheke vorhanden sein sollten.

Dienstag ab 17.04.2018, 20:00-21:30 Uhr (2x)

In Kooperation mit der Evang. Familienbildung

Verdauungsprobleme

Brigitte Trittnner, Heilpraktikerin

91015 - Vortrag mit Anmeldung, Gebühr 8,00 €

Sie erfahren im Vortrag, wie Sie mit Hilfe der Naturheilkunde Schwierigkeiten bei der Verdauung verbessern und damit auch Ihr Wohlbefinden und Ihre Lebensqualität steigern können.

Mittwoch, 18.04.2018, 18:00-20:00 Uhr

Heimisches Superfood - Wildkräuter im Frühling

Renate Maia Pfrombeck, Heilpraktikerin

Treffpunkt Parkplatz Starkholzbacher See

Gebühr 8,00 €

Rund um den Starkholzbacher See entdecken wir viele Heilkräuter, die sich bestens für eine Frühjahrskur eignen. Sie lernen Wirkungen und Anwendungsmöglichkeiten kennen z.B. für Heilkräutertees, grüne Smoothies, leckere Wildkräutergerichte und für die Schönheit. Die „wilden“ Pflanzen sind reich an Mineralien und Vitaminen und wahre Fitmacher.

Samstag, 21.04.2018, 15:00-16:30 Uhr

In Kooperation mit AG für gesunde Lebensweise



**Ihre Ansprechpartnerin
Fachbereich Gesundheit:**

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

Foto: Pixelio



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

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



Forum Gesundheit

Unsere Veranstaltungen

Februar - Juli 2018

DIAKademie

Vorträge ohne Anmeldung, gebührenfrei

DIAKademie 29

Hormone in den Wechseljahren

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

Dienstag, 06.03.2018, 19:00-20:30 Uhr

DIAKademie 30

Plastische Chirurgie bei Hautkrebs

Vortrag mit Dr. Florian Schober, Chefarzt der Klinik für Plastische, Ästhetische und Handchirurgie

Dienstag, 06.03.2018, 18:00-19:30 Uhr

DIAKademie 31

Möglichkeiten und Grenzen von Zahnimplantaten

Vortrag mit Dr. Dr. Peter Romsdorfer, Praxis Dr. Thomas Pescheck am Diakonie-Klinikum

Dienstag, 10.04.2018, 18:00-19:30 Uhr

DIAKademie 32

Übergewicht und Diabetes - Gefahren unserer Zeit

Vortrag mit Prof. Dr. med. Markus Golling, Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie

Dienstag, 08.05.2018, 18:00-19:30 Uhr

DIAKademie 33

Herzerkrankung und Sport

Vortrag mit Dr. Lothar Jahn, Chefarzt PD, Klinik Innere Medizin I Herz- und Gefäßkrankungen

Dienstag, 05.06.2018, 19:00-20:30 Uhr

DIAKademie 34

Komplementärmedizin bei Chemo- und Strahlentherapie

Vortrag mit Dr. Annette Haman

Dienstag, 03.07.2018, 18:00-19:30 Uhr

Februar 2018

Film: Man made Epidemic

mit Filmemacherin Natalie Beer

Kino im Schafstall

Eintritt 6,00 €

In den letzten 30 Jahren ist der Anteil von Menschen mit Autismus weltweit dramatisch gestiegen. Was sind die Ursachen für diese beunruhigende Entwicklung? Führende Ärzte, Wissenschaftler und betroffene Familien wurden dazu weltweit befragt.

Freitag, 23.02.2018, 20:00-22:00 Uhr

In Kooperation mit dem Kino im Schafstall, der Evang. Familienbildung, dem Verein zur Förderung der seelischen Gesundheit, dem Gesundheitsforum, dem Frauenzentrum, Arbeitskreis klassisch homöopathisch arbeitenden Homöopathen/Heilpraktiker und Motherhood e.V.

März 2018

Mit Sportsgeist gegen Demenz

Prof. Dr. phil. med. Klaus Hauer, Leiter der Forschungsabteilung am Geriatrischen Zentrum, Klinikum der Universität Heidelberg
91003 - Vortrag mit Anmeldung, Gebühr 5,00 €
Bei der Behandlung und Prävention von demenziellen Erkrankungen zeigen insbesondere körperliche Aktivität und körperliches Training vielfältige positive Effekte.

Donnerstag, 01.03.2018, 19:30-21:00 Uhr

In Kooperation mit der Fachgruppe Leben mit Demenz

Erschöpfung - nein danke!

Brigitte Trittner, Heilpraktikerin
91014 - Vortrag mit Anmeldung, Gebühr 8,00 €
Wirksame Therapien der Naturheilkunde können helfen bzw. vorbeugen wie Schüßlersalze, Bachblüten, Ernährung, Anwendung des Wassers und Heilpflanzen.

Donnerstag, 15.03.2018, 18:00-20:00 Uhr

Eppacher Mühle - eine WG für Demenzkranke

Karin Brenner, 1. Vorsitzende des Trägervereins Gemeinsam Daheim e.V.

91010 - Vortrag mit Anmeldung, gebührenfrei
Diese Wohngemeinschaft ist etwas Besonderes und Einmaliges in Hohenlohe:

Hier leben und wohnen Demenziell Erkrankte zusammen. Sie leben so selbstbestimmt wie möglich. Karin Brenner stellt die Konzeption der Eppacher Mühle vor und zeigt auf, wie neue Wege in der Betreuung und Versorgung für Menschen mit Demenz gegangen werden.

Donnerstag, 22.03.2018, 19:30-21:00 Uhr

In Kooperation mit dem Mehrgenerationentreff und der Fachgruppe Leben mit Demenz

April 2018

Theaterabend: Vincent van Gogh

Freie Waldorfschule, Kulturscheune
Karten bei der Touristik und Marketing Schwäbisch Hall Am Markt 9 74523 Schwäbisch Hall und an der Abendkasse, Karten zu 18 € (erm. 14 €)

„Das Leben ist nur eine Zeit der Aussaat“ - Aus über 600 Briefen von Vincent van Gogh an seinen Bruder Theo hat das Stuttgarter teatro piccolo ein eindrucksvolles Theatererlebnis geschaffen. Aus Texten voller Poesie und schonungsloser Offenheit entsteht durch die nur drei Schauspieler ein berührendes Portrait des weltbekannten Künstlers.

Samstag, 14.04.2018, 19:30-22:00 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