

INFO  GESUNDHEITVeranstaltungen für Patienten,
Angehörige und Interessierte**Liebe Patientinnen und Patienten,
sehr geehrte Damen und Herren,**

das Marienhospital war schon immer nicht nur ein Krankenhaus, sondern auch eine Bildungsstätte. Um diesem Anspruch noch stärker gerecht zu werden, bietet es seit einigen Jahren im Haus der Katholischen Kirche die Veranstaltungsreihe Info•Gesundheit an. Diese wendet sich an Patienten und deren Angehörige, an junge bzw. werdende Eltern sowie an alle, die sich für Gesundheitsthemen interessieren.

Im Rahmen von Info•Gesundheit können Sie sich von Fachexperten kompetent beraten lassen, in Workshops Neues lernen oder an Vorträgen teilnehmen. Werdenden Müttern und Vätern sowie Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern steht ein vielfältiges Kurs- und Beratungsangebot zur Verfügung.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!
Ihr Team des Info•Gesundheit

Neue berufliche Zukunft im Marienhospital?

Wir bieten attraktive Stellen in Pflege, Medizin und Verwaltung sowie ein großes Angebot an Aus-, Fort- und Weiterbildungen. Schauen Sie auf unserer Homepage vorbei: www.marienhospital-stuttgart.de.

Januar 2019

Säuglingspflegekurs kompakt**Samstag, 12. Januar, 9.30 – 15.30 Uhr***Virginia Fäser, Kinderkrankenschwester, Lehrerin für Pflegeberufe und Pflegepädagogin (BA)*

Kosten: 30 Euro für eine Person, 40 Euro für Paare – Anmeldung unter Telefon: (07 11) 53 37 57.

Ort: Haus der Katholischen Kirche, Konferenzraum, EG

Der „Säuglingspflegekurs kompakt“ beantwortet Fragen bezüglich der Erstausrüstung für ein Baby, zum Baden, Wickeln, zur Gesäßpflege und auch zum Umgang mit einem Säugling unter kinästhetischen Aspekten: Wie kann ein Neugeborenes oder ein Säugling aufgenommen, wie beruhigt und beim Aufstoßen unterstützt werden?

Aktiv bleiben im Ehrenamt – eine Bereicherung, nicht nur für andere**Mittwoch, 23. Januar, 17.00 – 18.30 Uhr***Susanne Lutz, Dipl.-Pflegerwirtin (FH), Beauftragte für das Ehrenamt im Marienhospital*

Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung nicht erforderlich.

Ort: Haus der Katholischen Kirche, Veronika-Saal, 1. OG

Das ehrenamtliche Engagement vieler Frauen und Männer im Marienhospital ist sowohl für die Patienten als auch für die Mitarbeiter eine Bereicherung. Aber warum sollte man sich ehrenamtlich engagieren? Welchen Nutzen hat man als freiwillige Helferin oder als freiwilliger Helfer von einem solchen Einsatz? Die Referentin klärt darüber auf, welche Möglichkeiten es gibt mitzuarbeiten, warum ein Ehrenamt hilft, aktiv zu bleiben und wie Ehrenamtliche im Marienhospital unterstützt werden. Außerdem stellt sie den Sitzwachenkurs vor, der ab Februar angeboten wird.

Februar 2019

Säuglingspflegekurs kompakt**Samstag, 2. Februar, 9.30 – 15.30 Uhr**

Ort: Haus der Katholischen Kirche, Konferenzraum, EG

Näheres zur Veranstaltung siehe Beschreibung vom 12. Januar.

Gelingende Selbstfürsorge**Mittwoch, 13. Februar, 17.00 – 18.30 Uhr***Konstanze Fladt, Palliative Care Fachkraft, Tanztherapeutin, Marienhospital*

Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung nicht erforderlich.

Ort: Haus der Katholischen Kirche, Veronika-Saal, 1. OG

Wenn ich gut für mich Sorge, kann ich das auch für andere tun. Doch das fällt uns manchmal schwer.

Wie können wir unseren Alltag so gestalten, dass wir in guter innerer Balance sind und bleiben? Meditationen, sanfte Körperübungen und Achtsamkeitsimpulse geben Anregung dazu.

Februar 2019

Malteser Medizin für Menschen ohne Krankenversicherung

Donnerstag, 14. Februar, 17.00 – 18.00 Uhr

Regine Martis-Cisic, Koordinatorin Malteser Migranten Medizin

Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung nicht erforderlich.

Ort: Haus der Katholischen Kirche, Veronika-Saal, 1. OG

Die Malteser Migranten Medizin (MMM) hilft Bedürftigen, die keine Papiere oder Krankenversicherung haben, aber medizinische Hilfe brauchen. Darunter fallen nicht nur irregulär in Deutschland lebende Menschen, sondern auch Patienten, die, warum auch immer, keinen Anspruch auf medizinische Leistungen haben. In dieser Veranstaltung wird die Arbeit der MMM vorgestellt und es werden Antworten auf Fragen zu diesem Thema gegeben.

März 2019

Säuglingspflegekurs kompakt

Samstag, 2. März, 9.30 – 15.30 Uhr

Ort: Haus der Katholischen Kirche, Veronika-Saal, 1. OG

Näheres zur Veranstaltung siehe Beschreibung vom 12. Januar.

Wenn im Schlaf die Atmung stoppt

Dienstag, 19. März, 17.00 – 18.30 Uhr

Heiko Stopper, Atmungstherapeut, Marienhospital

Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung nicht erforderlich.

Ort: Haus der Katholischen Kirche, Veronika-Saal, 1. OG

Der Referent klärt darüber auf, was Schlafapnoe ist und wie sich diese auf den Körper, auf Gesundheit und Wohlbefinden auswirkt. Außerdem stellt er die Behandlungsmöglichkeiten bei Schlafapnoe vor.

Ernährungstipps – gesund ab 60 plus

Mittwoch, 20. März, 16.30 – 18.00 Uhr

Ursula Lukas, Advanced Professional Practice M. Sc., Diätassistentin, Marienhospital

Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung nicht erforderlich.

Ort: Haus der Katholischen Kirche, Veronika-Saal, 1. OG

Wie kann ich bedarfsgerechte Ernährungsempfehlungen einfach in meinen Alltag integrieren? Wie kann ich beispielsweise meine Ernährung auf Reisen gestalten oder eine Umstellung von der betrieblichen Verpflegung zum „Selbstkochen“ realisieren und dabei die sich verändernden Bedürfnisse meines Körpers berücksichtigen? Auf diese und weitere Fragen bekommen Sie im Vortrag eine Antwort. Die Referentin gibt eine Einführung in die Grundlagen einer ausgewogenen Ernährung. Danach haben Sie die Möglichkeit, Fragen zu stellen und sich auszutauschen. Dieses Angebot richtet sich an Teilnehmer der Altersgruppe 60 Jahre und älter.

Säuglingspflegekurs kompakt

Samstag, 30. März, 9.30 – 15.30 Uhr

Ort: Haus der Katholischen Kirche, Konferenzraum, EG

Näheres zur Veranstaltung siehe Beschreibung vom 12. Januar.

April 2019

Endlich Nichtraucher!

Donnerstag, 11. April, 17.00 – 18.30 Uhr

Regina Mayle, Pflegepädagogin (B. A.), Kursleiterin „Nichtraucher in 6 Wochen“, Marienhospital

Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung nicht erforderlich.

Ort: Haus der Katholischen Kirche, Veronika-Saal, 1. OG

Viele Raucher haben zwar den Wunsch, das Rauchen aufzugeben, da sie die negativen Folgen vermeiden wollen. Jedoch nicht allen gelingt der Schritt ohne fremde Hilfe. Dieser Vortrag soll als Motivationsgrundlage zum Rauchstopp dienen. Sie erhalten Informationen über das Rauchen und die Unterstützungsmöglichkeiten zur Rauchentwöhnung.

Adresse, Anmeldung und Information

Veranstaltungsort

Haus der Katholischen Kirche
Königstraße 7
70173 Stuttgart

Das Haus der Katholischen Kirche liegt mitten im Zentrum Stuttgarts, direkt neben der Domkirche St. Eberhard in der unteren Königstraße. Es ist vom Hauptbahnhof zu Fuß in nur fünf Minuten erreichbar.

Information/Anmeldung

(Veranstaltungsort: siehe links)

Marienhospital Stuttgart
Patienten-Informationszentrum (PIZ)
Böheimstraße 37
70199 Stuttgart
Telefon: (07 11) 64 89-33 30
E-Mail: info.gesundheit@vinzenz.de

Weitere Informationen unter:
www.marienhospital-stuttgart.de