



## Gesundheit

### Vorträge und Veranstaltungen

September 2018 - Januar 2019

## September 2018

### Der „Trocken-Doc“ - Wege aus der Alkoholabhängigkeit

Bernd Thränhard

91002 - Vortrag ohne Anmeldung, gebührenfrei

Der Referent ist aus dem Teufelskreis Alkohol ausgebrochen und hilft anderen Betroffenen bei ihrem Weg aus der Abhängigkeit.

**Samstag, 22.09.2018, 14:00-18:00 Uhr**

In Kooperation mit der Selbsthilfegruppe Schwäbisch Hall 1, mit freundlicher Unterstützung durch die Arbeitsgemeinschaft der Selbsthilfegruppen für Suchtkranke e.V. Heilbronn-Franken und die AOK

### Ayurveda-Tag

91012 - Vortrag mit Anmeldung, gebührenfrei

Fundierte Informationen rund um das indische Medizinsystem Ayurveda.

**Samstag, 29.09.2018, 10:00-17:00 Uhr**

In Kooperation mit der AG für gesunde Lebensweise und dem Santulan AUM-Kurzentrums für Ayurveda in Pfedelbach-Gleichen. Mit freundlicher Unterstützung des Indischen Generalkonsulats München und des Indian Forum Schwäbisch Hall

## Oktober 2018

### Histamin-Intoleranz: Die 1000 Gesichter der Histaminose

Sabine Biehler, Ganzheitliche Ernährungsberaterin

91024 - Vortrag mit Anmeldung, Gebühr 8,00 €

Histaminvermittelte Erkrankungen haben alle ein ähnliches Beschwerdebild - doch wo liegt der Unterschied? Welche Rolle spielt die Ernährung?

**Montag, 08.10.2018, 18:00-19:45 Uhr**

In Kooperation mit der AG für gesunde Lebensweise

### Bauch und Hirn - über den Zusammenhang von Magen, Darm und Seele

Zum Tag der seelischen Gesundheit - gebührenfrei

In diese psychosomatischen Zusammenhänge wird Dr. Helmut Haar einführen.

**Dienstag, 09.10.2018, 19:00-20:30 Uhr**

### Lesung: Depression abzugeben!

Zum Tag der seelischen Gesundheit - Abendkasse, 7,00 €

Uwe Hauck, Autor

**Donnerstag, 11.10.2018, 19:30 Uhr**

### Heilpflanzen zum Entspannen und Wohlfühlen

Renate Maia Pfrombeck, Heilpraktikerin

91001 - Vortrag mit Anmeldung, Gebühr 8,00 €

Sie erhalten viele Anregungen wie Sie entspannt Ihren Alltag meistern können.

**Donnerstag, 18.10.2018, 18:00-20:00 Uhr**

In Kooperation mit der AG für gesunde Lebensweise

## November 2018

### Die homöopathische Hausapotheke

Gregor Zeitler, Heilpraktiker

91011 - Vortrag mit Anmeldung, Gebühr 22,00 €

An drei Abenden werden Geschichte, Arbeitsweise sowie wichtige Mittel und ihre Einsatzmöglichkeiten im Rahmen einer homöopathischen Hausapotheke vorgestellt.

**Dienstag ab 06.11.2018, 20:00-21:30 Uhr (3x)**

### Dem Stress mit Achtsamkeit begegnen

Elke Hauser

91008 Vortrag mit Anmeldung, Gebühr 8,00 €

Eine „Gebrauchsanweisung“ zum klugen Umgang mit Stress (MBSR: mindfulness based stress reduction). Ein erfahrungsorientiertes Trainingsprogramm nach dem Neurobiologen Prof. Jon Kabat-Zinn.

**Mittwoch, 07.11.2018, 18:00 Uhr**

### Homöopathie - ihr Verständnis von Heilung, Gesundheit und Krankheit

Gregor Zeitler, Heilpraktiker, Elisabeth Buser, Heilpraktikerin

91013 Vortrag mit Anmeldung, Gebühr 8,00 €

Einführungsabend zum Kompaktkurs 91014 am 10.11.2018.

**Donnerstag, 08.11.2018, 20:00-21:30 Uhr**

## Homöopathie - ihr Verständnis von Heilung, Gesundheit und Krankheit

Gregor Zeitler, Heilpraktiker, Elisabeth Buser, Heilpraktikerin

91014 - Kompaktseminar mit Anmeldung, Gebühr 16,00 €

Wann sind Erkrankungen nur unterdrückt worden und kehren deshalb u.U. wieder zurück? Warum werden sie eventuell sogar von anderen, tieferen Leiden abgelöst? Diese leicht verstehbaren Zusammenhänge werden auch anhand von Krankengeschichten, die homöopathisch behandelt wurden, aufgezeigt.

**Samstag, 10.11.2018, 10:00-13:00 Uhr**

## Nahrungsmittelunverträglichkeiten - woher kommen sie?

Sabine Biehler, Ganzheitliche Ernährungsberaterin

91025 - Vortrag mit Anmeldung, Gebühr 8,00 €

Nahrungsmittelunverträglichkeiten nehmen stetig zu. Fruktose-, Laktose-, Gluten- und Histaminintoleranz betreffen eine große Anzahl von Menschen. Woher kommen diese Unverträglichkeiten und was kann im Einzelnen dagegen getan werden?

**Montag, 12.11.2018, 18:00-19:45 Uhr**

In Kooperation mit der AG für gesunde Lebensweise

## 24-Stunden-Betreuung durch Mittel- und Osteuropäerinnen

Jasmin Kiekert, M.A., akademische Mitarbeiterin KH Freiburg

91003 - Vortrag mit Anmeldung, gebührenfrei

Seit Jahren steigt die Anzahl der Haushalte, die eine Betreuungskraft aus Mittel- und Osteuropa einsetzen. Wie reagiert der Pflegedienst, wie reagiert der hilfebedürftige Mensch, welche Erwartungen haben Angehörige und wer übernimmt welche Aufgaben?

**Donnerstag, 15.11.2018, 19:00-21:00 Uhr**

In Kooperation mit dem Pflegestützpunkt und der Fachgruppe Leben mit Demenz

## Vertiefungskurs Demenz Partner

Regine Hammer, Krankenschwester, Pflegeexpertin

91009 - Vortrag mit Anmeldung, gebührenfrei

Der Alltag mit Menschen mit Demenz stellt Angehörige und Pflegende immer wieder vor Herausforderungen. Wie ein respektvoller und wertschätzender Umgang gelingen kann wird anhand von vielen praktischen Beispielen aufgezeigt.

**Dienstag, 20.11.2018, 19:00-21:00 Uhr**

In Kooperation mit dem Pflegestützpunkt des Landkreis Schwäbisch Hall und der Fachgruppe Leben mit Demenz

## Januar 2019

### Fruktose Intoleranz - Wenn gesundes Essen plötzlich krank macht

Sabine Biehler, Ganzheitliche Ernährungsberaterin

91026 Vortrag mit Anmeldung, Gebühr 8,00 €

Wie Fruktose-Intoleranz diagnostiziert und behandelt werden kann und welche Besonderheiten für Betroffene zu beachten sind erfahren Sie hier.

**Montag, 28.01.2019, 18:00-19:45 Uhr**

In Kooperation mit der AG für gesunde Lebensweise



### Ihre Ansprechpartnerin Fachbereich Gesundheit:

Leila Rothmund

Tel.: 0791/97066-19

l.rothmund@vhs-sha.de

Foto Cover: Pixelio

**AGB:** Es gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen, diese liegen in der VHS aus und können auf der Homepage jederzeit eingesehen werden.

**Datenschutzerklärung:** Mit einer Anmeldung akzeptieren Sie die Datenschutzerklärung der VHS, diese können unter [www.vhs-sha.de](http://www.vhs-sha.de), im großen Programmheft und in der Geschäftsstelle eingesehen werden.

Volkshochschule Schwäbisch Hall e.V.  
Salinenstr. 6-10, 74523 Schwäbisch Hall  
Telefon 0791/97066-0, Fax 0791/97066-29

E-Mail: [info@vhs-sha.de](mailto:info@vhs-sha.de), Internet: [www.vhs-sha.de](http://www.vhs-sha.de)

AG Stuttgart-Registergericht: VR570055

1. Vorsitzender Oberbürgermeister Hermann-Josef Pelgrim  
Geschäftsführung: Marcel Miara

## DIAKademie

Vorträge ohne Anmeldung, gebührenfrei

DIAKademie 35

### Bauch und Hirn - über den Zusammenhang von Magen, Darm und Seele

Vortrag mit Dr. Helmut Harr, Chefarzt der Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

**Dienstag, 09.10.2018, 19:00-20:30 Uhr**

DIAKademie 36

### Und ewig diese Rückenschmerzen

Vortrag mit Dr. Thomas Hopf, Klinik für Neurochirurgie am Diakonie-Klinikum

**Dienstag, 06.11.2018, 19:00-20:30 Uhr**

DIAKademie 37

### Plötzlich verwirrt: Chaos im Kopf

Vortrag mit PD Dr. med. Birgit Herting, Chefarztin der Klinik für Neurologie und Gerontoneurologie, Prof. Dr. Thorsten Steinfeldt, Chefarzt Anästhesie, operative Intensivmedizin, Schmerztherapie

**Dienstag, 04.12.2018, 19:00-20:30 Uhr**

DIAKademie 38

### AD(H)S - was unsere Kinder stark machen kann

Vortrag mit Daniel Buchzik, Oberarzt der Klinik für Kinder und Jugendliche

**Dienstag, 08.01.2019, 19:00-20:30 Uhr**

### „Zeigt her eure Füße“ - 14. DIAK Gefäßtag

Referenten: PD Dr. med. Claus-Georg Schmedt, Chefarzt der Klinik für Gefäßchirurgie, Dr. med. Slobodan Dikic, Oberarzt, und weitere erfahrene Ärzte des Gefäßzentrums, Prof. Dr. med. Martin Libicher, Chefarzt des Instituts für Diagnostische und Interventionelle Radiologie

**Samstag, 13.10.2018, 9:00-12:00 Uhr**