

Meine Gesundheit – Meine Entscheidung

Kostenfreier dreiteiliger Kurs für Frauen und Männer 60+



Bildnachweis: Frauengesundheitszentrum Graz



Bildnachweis: IStock / VAEB

- Was?** Information, Austausch / Diskussion und Üben
Teil 1: **Meine Gesundheit – Einflüsse & Chancen**
Teil 2: **Gute Gesundheitsinformation**
Teil 3: **Gespräch mit der Ärztin, mit dem Arzt**
- Mit wem?** Ulla Sladek (Frauengesundheitszentrum Graz)
Bernhard Stelzl (Steiermärkische Gebietskrankenkasse)
- Wann?** 15. Februar 2019, von **13:00** bis **15:30**
22. Februar 2019, von **13:00** bis **15:30**
01. März 2019, von **13:00** bis **15:30**
Immer am Freitag!
- Wo?** **Jugend am Werk – Standort Knittelfeld**
Anton-Regner-Straße 27, 8720 Knittelfeld
Raum: Raum für Leben, Bewegung und Musik
- Wie** **Kostenfrei**
Bis zu 20 Teilnehmerinnen und Teilnehmer
Sie sind **30 Minuten** vor jedem Termin zu einem Begrüßungskaffee eingeladen.

Anmeldung peter.holler@ifgp.at (jederzeit)
050 2350 / 37934 (MO bis FR, 08:00 bis 14:00)
(Peter Holler)



FRAUENGESUNDHEITZENTRUM

beraten, begleiten, bewegen

jugend am werk _

_ **vielfalt wirkt**



_ **jugend am werk**



**VERSICHERUNGSANSTALT
FÜR EISENBAHNEN & BERGBAU**



**STEIERMÄRKISCHE
GEBIETSKRANKENKASSE**

Themenbereiche:

Teil 1: **Meine Gesundheit – Einflüsse & Chancen**

Freitag am 15. Februar 2019; 13:00 bis 15:30

Was bedeutet es, gesund zu sein? Welche Einflüsse wirken auf meine Gesundheit? Welche Chancen ergeben sich daraus? Wie treffe ich Entscheidungen, die meine Gesundheit betreffen?



Teil 2: **Gute Gesundheitsinformation**

Freitag am 22. Februar 2019; 13:00 bis 15:30

Wo finde ich, was ich wissen will? Werbung oder seriöse Information - wie erkenne ich den Unterschied?



Teil 3: **Gespräch mit der Ärztin, mit dem Arzt**

Freitag am 01. März 2019; 13:00 bis 15:30

Wie bereite ich mich auf das Gespräch vor? Wie kann ich meine Fragen und Anliegen gut einbringen? Wie kann ich selbstbewusst bei der Ärztin, dem Arzt und im Krankenhaus auftreten und auch in kurzer Zeit gute Informationen bekommen? Was sind meine Rechte als Patientin bzw. Patient?



Sie haben Fragen? Wir helfen Ihnen gerne weiter:

peter.holler@ifgp.at; 050 2350 / 37934 (Peter Holler)

Kurskonzept:

Frauengesundheitszentrum Graz & Institut für Gesundheitsförderung und Prävention

Gefördert von:



GESUNDHEITSFONDS
STEIERMARK