

Meine Gesundheit – Meine Entscheidung

Kostenfreier dreiteiliger Kurs für Frauen und Männer



© Frauengesundheitszentrum



Bildnachweis: IStock / VAEB

Was Information, Austausch / Diskussion und Üben
Teil 1: Meine Gesundheit – Mitreden und Mitentscheiden
Teil 2: Gute Gesundheitsinformation
Teil 3: Gespräch mit der Ärztin, mit dem Arzt

Mit wem **Marlene Schader**, MSc (Frauengesundheitszentrum)
Gesundheits- und Pflegewissenschaftlerin & Beraterin für Frauengesundheit

Wann Donnerstag, 07. November 2019, von 15:00 bis 17:00 Uhr
Donnerstag, 14. November 2019, von 15:00 bis 17:00 Uhr
Donnerstag, 21. November 2019, von 15:00 bis 17:00 Uhr

Wo **Selbsthilfe Steiermark**
Lauzilgasse 25, 3. Stock, 8020 Graz
Raum 309 (Lift vorhanden)

Wie **Kostenfrei**

Bis zu 15 TeilnehmerInnen
Sie sind **30 Minuten** vor jedem Termin zu einem
kostenlosen Begrüßungskaffee eingeladen.

Information und Anmeldung

Peter Holler
050 23 50 37 934
peter.holler@ifgp.at

Themen



Teil 1: Meine Gesundheit – Mitreden und Mitentscheiden

Was bedeutet gesund sein für mich? Möchte ich mitreden und mitentscheiden, wenn es zum Beispiel um Untersuchungen oder Behandlungen geht? Was kann Mitentscheiden bringen und was brauche ich dafür?



Auch das Thema **Patientenverfügung** und **Vorsorgevollmacht** wird angesprochen.

Teil 2: Gute Gesundheitsinformation

Über Zeitung, Radio, Fernsehen und Internet erreichen uns unzählige Informationen über Gesundheit und Krankheit. Viele davon sind verzerrt oder falsch. Wie kann ich seriöse, hilfreiche Informationen erkennen und wo kann ich sie finden?



Teil 3: Gespräch mit der Ärztin, mit dem Arzt

Den Arzt oder die Ärztin zu verstehen und die eigenen Anliegen einzubringen, ist oft nicht einfach. Wie bereite ich mich auf das Gespräch vor? Welche Fragen kann ich stellen? Wie kann ich auch in kurzer Zeit gute Informationen bekommen? Was sind meine Rechte als Patientin oder Patient?

In Kooperation mit dem **Selbsthilfe Steiermark**



– jugend am werk

Projektträgerin: Versicherungsanstalt für Eisenbahnen und Bergbau

Projektleitung: Institut für Gesundheitsförderung und Prävention

Durchführende Organisationen: Frauengesundheitszentrum, Institut für Gesundheitsförderung und Prävention, Steiermärkische Gebietskrankenkasse

Kurskonzept: Frauengesundheitszentrum und Institut für Gesundheitsförderung und Prävention

FRAUENGESUNDHEITZENTRUM

beraten, begleiten, bewegen



Gefördert von

