



## Buchung der Angebote für Selbsthilfegruppen

Gewünschter Buchungszeitraum:

Personenzahl:

Name der Gruppe/Anmelder:

Adresse:

Telefon:

E-Mail:

### Kosten pro Person mit "Wunschprogramm"

½ Tag = 150min ohne Kältekammer & Bewegungsbad	15 Euro/Pro Person
½ Tag = 150min mit Kältekammer & Bewegungsbad	20 Euro/Pro Person
1 Tag = 300min ohne Kältekammer & Bewegungsbad	30 Euro/Pro Person
1 Tag = 300min mit Kältekammer & Bewegungsbad	40 Euro/Pro Person

Individuelle Zusammenstellung | Preis nach Absprache

**Die Verpflegungszeit im Patientenrestaurant wird nicht mit eingerechnet.**



# Fachvorträge Chefärztin Dr. med. S. Schneider & Kolleg\*innen

Je 30 Minuten

Bitte ankreuzen

- Übersicht über rheumatische Erkrankungen
- Übersicht über Kollagenosen
- Übersicht über Vaskulitiden
- Osteoprose - allgemein
- Rheuma und Physiotherapie
- Rheuma und Schmerz
- Spannende Fälle aus der Rheumatologie
- Multimodale rheumatologische Komplexbehandlung - alles nur Wellness?
- Blickdiagnosen in der Rheumatologie
- Diagnostische Möglichkeiten im Fachkrankenhaus für Rheumatologie
- Gicht
- Impfungen bei rheumatischen Erkrankungen

## Sozialberatung

Je 45 Minuten

Bitte ankreuzen

- Vorstellung der Sozialberatung/Sozialdienst in einer med. Einrichtung mit anschließender Fragerunde
- Schwerbehindertenrecht bei rheumatologischer Erkrankung
- Vorsorgevollmacht/ Patientenverfügung/ gesetzliche Betreuung
- Langzeitkrank - Wie geht es weiter?
- Betriebliches Eingliederungsmanagement - wie ist der Ablauf
- Leistungen zur Pflegeversicherung - Was ist möglich?
- Beantragung von medizinischen Rehabilitationen

## Vorträge in der Lehrküche

Je 45 Minuten | Max. 20 Personen

Bitte ankreuzen

- Gesunde Ernährung - Gesund genießen - Ernährung als Therapie
- Ernährung bei Osteoporose - "Stark bis in die Knochen"
- Ernährung bei Rheuma - Grundlagen und Ziele der Ernährungstherapie
- Aktuelle Ernährungsempfehlungen bei Hyperurikämie und Gicht

## Kochkurse in der Lehrküche

Je 45 Minuten | Max. 6 Personen

Bitte ankreuzen

- Kochkurse und praktische Tipps in der Lehrküche:
- Frühstück in seiner Vielfalt - Müsli, Fruchtmus
- Zubereitung von schnellen Suppen
- Zubereitung von Aufstrichen - gesund und köstlich für Frühstück und Abendessen
- gesunde Salate warm & kalt
- Fisch - schnelle Hauptmahlzeit - Omega-3-Fettsäuren (braten, dünsten)
- Kräuter in ihrer Vielfalt (30min)
- schnelle köstliche Desserts (30min)



## Praktische Anwendungen in der Physiotherapie

Bitte ankreuzen

- Bewegungsbad (max. 10 Personen/ 60min)
- Kältekammer (max. 20 Personen/ 30min)
- Rundführung durch die Klinik (max. 10 Personen/ 30min)
- Sportbereich- medizinische Trainingstherapie (max. 10 Personen/ 30min)
- Rheumahandschuh (max. 10 Personen/ 30min)

## Vorträge und praktische Anwendungen in der Ergotherapie

Bitte ankreuzen

- Führung durch den Fachbereich Ergotherapie (30min)
- Anwendung der Kryotherapie und Wärmetherapie selbst erleben (max. 6 Personen/ 30min)
- Sensomotorische Übungen in der Gruppe (max. 12 Personen/ 60min)
- Ergonomie am Büroarbeitsplatz und zu Hause (max. 12 Personen/ 60min)
- Hilfsmittelerprobung bei rheumatischen Beschwerden (max. 12 Personen/ 60min)

## Psychologische Vorträge

Je 45 Minuten

Bitte ankreuzen

- Vortrag zu psychotherapeutischen Ansätzen in der Behandlung chronischer Schmerzen
- Vortrag zu Methoden der aktiven Schmerzbewältigung
- Vortrag zum Thema Migräne und Spannungskopfschmerzen
- Vortrag und Demonstration - HRV-Biofeedback mit dem „QIU“ inkl. Demo
- Vortrag zum Thema Stress und Stressbewältigung
- Vortrag zum Thema Depressionen
- Vortrag zum Thema Angst
- Entspannungsverfahren „Progressive Muskelrelaxation nach Jacobsen“ (maximal 10 Personen/ 45min)

## Verpflegung während Ihres Aufenthalts bei uns

Vorbestellung notwendig!

Bitte ankreuzen

- Mittagessen vegetarisch warm inkl. Tee, Saft, Wasser 10,50 Euro p.P.
- Mittagessen warm inkl. Tee, Saft, Wasser 10,50 Euro p.P.
- Gebäck (Kuchen) 3,30 Euro p.P.
- 1 belegtes Brötchen - Käse 1,90 Euro p.P.
- 1 belegtes Brötchen - Wurst 1,90 Euro p.P.
- 1 Kanne Kaffee 10,50 Euro
- 1 Kanne Tee (Sorte nach Wunsch) 10,50 Euro

Öffentlichkeitsarbeit & Selbsthilfebeauftragte Evelyn Zuro.

Klinik an der Weißenburg | Weißen 1 | 07407 Uhlstädt-Kirchhasel

Tel.: 036742 – 66 120 | Fax: 036742 – 66 200

E-Mail: evelyn.zuro@klinik-weissenburg.de