

PROGRAMM 1. HALBJAHR 2014



Vorträge & **Seminare**

Liebe Leserin,
lieber Leser,

wir haben unser Veranstaltungsprogramm für die erste Jahreshälfte 2014 wieder abwechslungsreich für Sie zusammengestellt und hoffen, damit auf Ihr Interesse zu stoßen. Wir bieten Ihnen Vorträge und Kurse unserer Experten aus folgenden Bereichen:

- Medizin
- Pflege
- Fitness

Sicher ist auch die passende Veranstaltung für Sie dabei.

Zur schnellen Orientierung haben wir nebenstehend eine kalendari-
sche Übersicht erstellt.

Die Teilnahme an den **Vorträgen** ist für jedermann offen und generell **kostenlos**. Eine Anmeldung ist hier nicht erforderlich.

Für unsere **Kurse** bestehen indes Teilnahmebeschränkungen. Hier ist eine **Anmeldung** unbedingt notwendig. Für Kurse aus dem Bereich Fitness wird eine geringe Kostenbeteiligung erhoben.

Bitte melden Sie sich an
unter Telefon (0 44 31) 982 -9520 (Brigitte Hermes);
oder per E-Mail unter seminare@krankenhaus-johanneum.de.

Themenblock Medizin

- 27.01. Der schmerzhafte Fuß - Diagnose und moderne Therapiekonzepte
- 10.02. Anämie - Ursachen und Therapiemöglichkeiten der Blutarmut
- 17.02. Beckenbodenschwäche und Inkontinenz -
Behandlungsmöglichkeiten aus urologischer und chirurgischer Sicht
- 03.03. Offener Abend: Rund um die Geburt
- 10.03. Vom Leisten- bis zum Narbenbruch -
Moderne Behandlungsmethoden im Hernien-Zentrum Wildeshausen
- 24.03. Osteoporose - wenn Knochen brüchig werden
- 01.04. Chronisches Sodbrennen ist heilbar -
Vorstellung des Reflux-Zentrums
- 28.04. Wenn die Schulter schmerzt und knackt -
Diagnose und moderne Therapiekonzepte
- 05.05. Das geschwollene Bein - Diagnostik und Therapie
von Venenerkrankungen
- 02.06. Offener Abend: Rund um die Geburt
- 30.06. Das schmerzhafte Knie - Diagnose und moderne Therapiekonzepte

Themenblock Pflege

Pflegeberatungsgespräche am: 02. Januar, 06. Februar, 06. März,
03. April, 08. Mai und 05. Juni

19. 05. Unterstützung in der letzten Lebensphase -
Geschichten, die der Abschied schrieb.

Themenblock Fitness

- 22.01. Wer rastet, der rostet! - Gymnastik für Männer ab 60
- 23.01. Qi Gong und Achtsamkeit
- 05.02. Massagen für Kopf, Rücken, Arme und Beine -
erlernen und erproben
- 25.02. Nordic Walking Grundkurs 1
- 29.04. Nordic Walking Grundkurs 2

Der schmerzhafte Fuß Diagnose und moderne Therapiekonzepte



Referenten:

Dr. Nils H. Goecke
Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie, Leiter des EndoProthetikZentrum Johanneum Wildeshausen, Facharzt für Orthopädie, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Spezielle Orthopädische Chirurgie, Mitglied der Arbeitsgemeinschaft Endoprothetik (AE), Sportmedizin, Osteologie (DVO), Fußchirurgie (D.A.F.), Chirotherapie, Physikalische Therapie

Daniel Nickel
Assistenzarzt Orthopädie und Unfallchirurgie

Schmerzen im Fuß hat jeder schon einmal erlebt. Wer nach stundenlangem Einkaufen die Schuhe auszieht, der weiß, was seine Füße geleistet haben. Neben derlei Belastungen können anlagebedingte und z.B. durch falsches Schuhwerk erworbene Deformitäten mit Änderung der Belastbarkeit aber auch Nervenstörungen die Ursache von Schmerzen sein. In ihren Vorträgen werden die Referenten Dr. Nils H. Goecke, Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie, und Assistenzarzt Daniel Nickel auf die vielfältigen Probleme des Fußes eingehen. Sie werden nicht-operative und operative Behandlungsmöglichkeiten anhand von Beispielen erläutern. Dr. Goecke ist erfahrener Fußchirurg und Mitglied der Deutschen Assoziation für Fuß- und Sprunggelenk e.V.

Termin: **27.01.2014**
19.30 – ca. 21.00 Uhr

Veranstaltungsort: Café Johanneum

Programm:

| | |
|-------|--|
| 19:30 | Begrüßung Dr. Nils Henrik Goecke <i>Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie Krankenhaus Johanneum Wildeshausen</i> |
| 19:35 | Erkrankungen des Vorfußes und ihre Behandlungsmöglichkeiten Dr. Nils Henrik Goecke |
| 20:00 | Erkrankungen des Rückfußes und ihre Behandlungsmöglichkeiten Daniel Nickel <i>Assistenzarzt Orthopädie und Unfallchirurgie Krankenhaus Johanneum Wildeshausen</i> |
| 20:30 | Beantwortung der Publikumsfragen |

Anämie - Ursachen und Therapiemöglichkeiten der Blutarmut

Die „vornehme Blässe“ gab es früher einmal, heutzutage ist eine auffallende Blässe oft Ausdruck einer Blutarmut. Weitere Anzeichen sind Kurzatmigkeit und Abgeschlagenheit. Blutarmut entsteht durch eine unzureichende Produktion roter Blutkörperchen oder durch einen gesteigerten Verbrauch derselben. Aufgrund der Vielzahl möglicher zugrunde liegender Erkrankungen ist es oft aufwendig, Ursachen und damit auch Therapiemöglichkeiten der Anämie herauszufinden. Dr. Frank Steffens, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin und als Hämatologe „Blutspezialist“, beleuchtet in seinem Vortrag die Grundlagen und das mögliche diagnostische und therapeutische Vorgehen bei einer Anämie.

| | |
|---------------------------|--|
| Termin: | 10.02.2014 19.30 – 21.00 Uhr |
| Veranstaltungsort: | Café Johanneum |
| Referent: | Dr. Frank Steffens Chefarzt der Klinik für Innere Medizin, Facharzt für Innere Medizin, Facharzt für Gastroenterologie, Facharzt für Hämatologie und Onkologie, Krankenhaus Johanneum Wildeshausen |

In den besten Händen: Pflegezentrum Johanneum

Ambulant oder stationär - Sie haben die Wahl: Unser Angebot an pflegender Unterstützung ist ganz an Ihre persönlichen Bedürfnisse angepasst. Das Pflegezentrum Johanneum bietet Ihnen einen erfahrenen ambulanten Pflegedienst als Hilfe für zu Hause.

Oder Sie ziehen direkt zu uns: Im Pflegezentrum Johanneum am Westertor in Wildeshausen finden Sie unsere stationäre Pflegeeinrichtung.



Pflegezentrum Johanneum

Westertor 7 · 27793 Wildeshausen

Ambulante Pflege: Telefon (0 44 31) 982-6000

Stationäre Pflege: Telefon (0 44 31) 982-6100

Pflegezentrum
Johanneum



Beckenbodenschwäche und Inkontinenz

Behandlungsmöglichkeiten aus urologischer
und chirurgischer Sicht

Beckenbodenschwäche und Inkontinenz sind zwei eng miteinander korrelierende Krankheitsbilder. Harn- und Stuhlinkontinenz können getrennt aber auch gemeinsam auftreten. Leider werden diese Krankheitsbilder völlig tabuisiert, was für die Patienten einen deutlichen Verlust an Lebensqualität bis hin zur sozialen Isolation bedeutet.

Dr. Ingmar Hellhoff als Spezialist für Harninkontinenz und Neurourologie und Dr. Alexander Terzic als Spezialist für Stuhlinkontinenz und proktologische Erkrankungen möchten dieses Thema enttabuisieren. In ihren Vorträgen werden sie zeigen, wie durch moderne, schonende Operations- und Behandlungsverfahren eine signifikante Verbesserung der Lebensqualität erreicht werden kann.

Termin: **17.02.2014**
19.30 – 21.00 Uhr

Veranstaltungsort: Café Johanneum

Referenten: **Dr. Alexander Terzic**
Chefarzt der Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Minimal Invasive Chirurgie, Koloproktologie,
Facharzt für Allgemein Chirurgie, Viszeralchirurgie,
Minimal Invasive Chirurgie (CAMIC),
Zusatzbezeichnung Proktologie,
Krankenhaus Johanneum Wildeshausen

Dr. Ingmar Hellhoff
Facharzt für Urologie,
Andrologie, Spezielle Urologische Chirurgie,
Belegarzt Urologie,
MVZ Johanneum Wildeshausen

Rund um die Geburt



Besichtigen Sie als werdende Eltern Kreißsäle und Untersuchungszimmer und informieren Sie sich in lockerer Runde über die verschiedenen Methoden der Geburtsvorbereitung.

Zu Beginn hält Chefarzt Dr. Hans Risse einen kurzen Vortrag über die Möglichkeiten der schmerzfreien Geburt.

Die Führungen werden von den Beleghebammen des Krankenhauses Johanneum begleitet.

Termin: **03.03.2014**
19.30 – ca. 21.00 Uhr

Veranstaltungsort: Café Johanneum

Referent: **Dr. Hans Risse,**
Chefarzt der Klinik für Anästhesie und Intensivmedizin,
Facharzt für Anästhesiologie,
Zusatzbezeichnung Spezielle Schmerztherapie,
Rettungsmedizin, Mitglied Ethikforum
Krankenhaus Johanneum Wildeshausen

Beleghebammen: Mandy Völsgen,
Elena Morosow,
Ute Heinje und
Dana Sosna

Fachärzte für Gynäkologie & Geburtshilfe im MVZ Johanneum:
Dr. Günter Grewe, Iryna Rybakovska, Ute Wrehe



Vom Leisten- bis zum Narbenbruch

Moderne Behandlungsmethoden im Hernien-Zentrum Wildeshausen

Leistenbruch-Operationen gehören zu den häufigsten beim männlichen Geschlecht durchgeführten Eingriffen. Selbst Kinder können schon betroffen sein. Die Operation stellt die einzig wirkungsvolle Therapie dar.

Chefarzt Dr. Alexander Terzic, der auch Facharzt der Minimal Invasiven Chirurgie ist, möchte Ihnen mit seinem Vortrag die Ursachen erklären sowie Ihnen die modernen und schonenden Operationstechniken näher bringen. Diese erlauben bereits 14 Tage nach dem Eingriff eine volle körperliche Belastung.

Darüber hinaus wird Dr. Terzic ebenfalls auf andere Bauchwandbrüche wie Nabel- und Narbenbrüche eingehen.

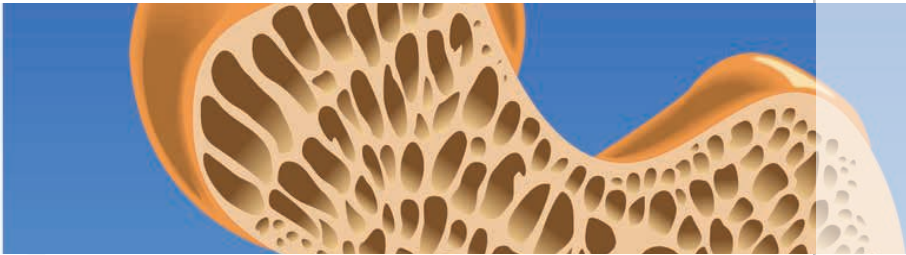
Im Anschluss an seinen Vortrag besteht ausreichend Zeit für Fragen aus dem Publikum.

Termin: **10.03.2014**
19.30 – 21.00 Uhr

Veranstaltungsort: Café Johanneum

Referent: **Dr. Alexander Terzic**
Chefarzt der Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Minimal Invasive Chirurgie, Koloproktologie, Facharzt für Allgemein Chirurgie, Viszeralchirurgie, Minimal Invasive Chirurgie (CAMIC), Zusatzbezeichnung Proktologie, Krankenhaus Johanneum Wildeshausen

Osteoporose - wenn Knochen brüchig werden



Osteoporose ist eine Volkskrankheit: Alle Menschen, unabhängig von Alter und Geschlecht, können erkranken. In Deutschland wird mit 8 Millionen Patienten gerechnet. Die Betroffenen leiden unter einem erhöhten Knochenbruchrisiko mit allen daraus entstehenden Problemen bis hin zur Invalidität. Im Vortrag des Chefarztes der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie, Dr. Nils Henrik Goecke, der auch zertifizierter Osteologe ist, werden das Krankheitsbild, die Vorsorgemöglichkeiten und nicht-operative Behandlungsoptionen anhand von Beispielen erläutert. Im Anschluss erklärt Dr. Michael Bechara, leitender Arzt der Unfallchirurgie, wie nach einem erlittenen Knochenbruch durch moderne Therapieverfahren eine schnelle Rehabilitation mit Belastungsfähigkeit und Rückkehr in den Alltag gelingen kann.

Termin:

24.03.2014

Veranstaltungsort:

19.30 – 21.00 Uhr

Referenten:

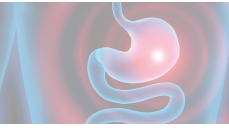
Café Johanneum

Dr. Nils Henrik Goecke

Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie,
 Facharzt für Orthopädie,
 Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie,
 Spezielle Orthopädische Chirurgie,
 Sportmedizin, Chirotherapie,
 Physikalische Therapie,
 Osteologie (DVO),
 Fußchirurgie (D.A.F.),
 Krankenhaus Johanneum Wildeshausen

Dr. Michael Bechara

Ltd. Arzt der Unfallchirurgie,
 Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie,
 Spezielle Unfallchirurgie,
 Krankenhaus Johanneum Wildeshausen



Chronisches Sodbrennen ist heilbar - Vorstellung des Reflux-Zentrums

Gewöhnlich sorgt ein Zwerchfellschlitz, durch den die Speiseröhre läuft, dafür, dass die Säure dort bleibt, wo sie hingehört: im Magen. Ist der Mechanismus gestört – z.B. durch ein Hochrutschen des Magens in den Brustkorb, kommt es zu einem Rückfluss der Magensäure in die Speiseröhre und somit zu chronischem Sodbrennen. Das bezeichnen Mediziner als gastroösophageale Refluxerkrankung. Diese lässt sich mittels drahtloser 24h pH-Metrie messen. Eine Magenspiegelung zeigt, ob ein Zwerchfellbruch vorliegt oder entzündliche Veränderungen der Speiseröhre, die das Risiko für die Entwicklung von Krebs erhöhen. In vielen Fällen lässt sich das Sodbrennen medikamentös (Magensäurehemmer, PPI) gut in den Griff bekommen, allerdings ist häufig eine lebenslange Einnahme erforderlich. Heilung und Beseitigung der Ursache gelingen nur durch einen chirurgischen Eingriff. Hierdurch kann die schädigende Wirkung der Magen- und Gallenflüssigkeit an der Speiseröhre gestoppt werden. In Schlüssellochtechnik wird der Verschlussmechanismus rekonstruiert und die Ursache des Sodbrennens so beseitigt. Die Auswahl der Patienten, die für eine Operation in Frage kommen, geschieht interdisziplinär. Dr. Frank Steffens, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin, und Dr. Alexander Terzic, Chefarzt der viszeralchirurgischen Klinik, geben Ihnen einen Einblick in Diagnostik und Therapie des chronischen Sodbrennens.

Termin:

01.04.2014

Veranstaltungsort:

19.30 – 21.00 Uhr

Referenten:

Café Johanneum

Dr. Alexander Terzic

Chefarzt der Klinik für Allgemein-, Visceral- und Minimal Invasive Chirurgie, Koloproktologie, Facharzt für Allgemein Chirurgie, Visceralchirurgie, Minimal Invasive Chirurgie (CAMIC), Zusatzbezeichnung Proktologie, Krankenhaus Johanneum Wildeshausen

Dr. Frank Steffens

Chefarzt der Klinik für Innere Medizin, Facharzt für Innere Medizin, Facharzt für Gastroenterologie, Facharzt für Hämatologie und Onkologie, Krankenhaus Johanneum Wildeshausen

Wenn die Schulter schmerzt und knackt - Diagnose und moderne Therapiekonzepte



Die Schulter ist ein sehr gut bewegliches Gelenk mit einer stark muskulären Führung. Die Schulter macht aufgrund dessen mit zunehmendem Alter oder nach Unfällen häufig Probleme. Es kann zu Schmerzen, Instabilität, Kraftlosigkeit und unter anderem zu Bewegungseinschränkungen führen. Am Ende steht gar eine Arthrose. Die Referenten Dr. Nils Goecke, Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie und Dr. Michael Bechara als Leiter der Unfallchirurgie werden auf die verschiedenen Ursachen von Schulterproblemen eingehen. Dabei werden verschiedene therapeutische Ansätze aufgezeigt: Neben konservativen nicht operativen Methoden werden ausführlich minimal invasive Schlüsselloch-Operationen erläutert. Auch die Behandlung von Brüchen und der Arthrose unter anderem mit Prothesen werden dabei verständlich vorgetragen. Anschließend besteht ausreichend Möglichkeit, Fragen zu stellen oder persönlich Kontakt zu den Referenten aufzunehmen.

Termin:

28.04.2014

Veranstaltungsort:

19.00 – 21.00 Uhr

Café Johanneum

Vortrags-Programm:

19:00 Begrüßung und Moderation

Dr. Nils Henrik Goecke

Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie, Leiter EndoProthetikZentrum Johanneum Wildeshausen

19:10 Konservative und gelenkerhaltende operative Verfahren

Dr. Nils Henrik Goecke

19:30 Behandlung von Unfällen und Schulterprothesen

Dr. Michael Bechara

Ltd. Arzt Unfallchirurgie

19:50 Narkose bei Schulteroperationen

Dr. Andreas Neulinger

Ltd. Arzt der Anästhesie und Intensivmedizin

20:10 Physiotherapeutische Konzepte zur Schulterbehandlung

Volker Seppelt

Leiter Zentrale Therapiebereiche

20:30 Beantwortung der Fragen aus dem Publikum

Referenten:

Dr. Nils H. Goecke
Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie, Leiter des EndoProthetikZentrum Johanneum Wildeshausen, Facharzt für Orthopädie, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Spezielle Orthopädische Chirurgie, Mitglied der Arbeitsgemeinschaft Endoprothetik (AE), Sportmedizin, Osteologie (DVO), Fußchirurgie (D.A.F.), Chirotherapie, Physikalische Therapie

Dr. Michael Bechara
Ltd. Arzt Unfallchirurgie, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Spezielle Unfallchirurgie

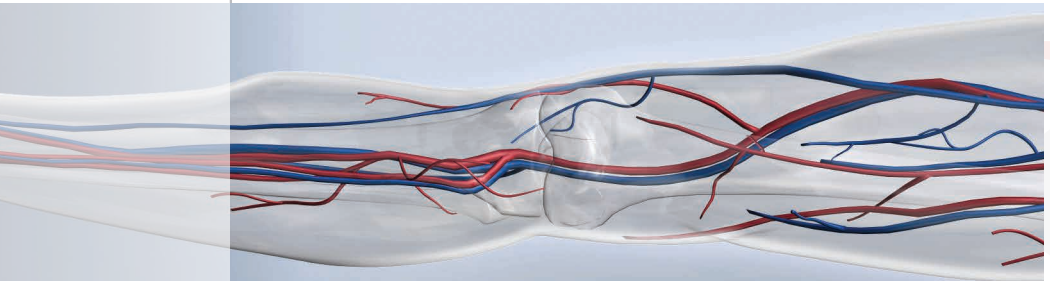
Dr. Andreas Neulinger
Ltd. Arzt Anästhesie und Intensivmedizin, Facharzt für Anästhesiologie, Zusatzbezeichnung Spezielle Schmerztherapie, Spezielle Anästhesiologische Intensivmedizin, Rettungsmedizin

Volker Seppelt
Leiter Zentrale Therapiebereiche, Physiotherapeut



Zertifiziertes
EndoProthesenzentrum

Das geschwollene Bein - Diagnostik und Therapie von Venenerkrankungen



Etwa die Hälfte aller Deutschen hat Probleme mit den Beinvenen, dabei sind chronische Venenleiden häufiger als akute. Bei einer Thrombose handelt es sich beispielsweise um ein akutes Venenproblem. Krampfadern (Varizen) hingegen sind ein chronisches Leiden und gelten als häufigste Venenerkrankung. Die Bezeichnung „Krampf“ hat dabei nichts mit Krämpfen zu tun, sondern bezieht sich auf den geschlängelten Verlauf der sichtbaren Krampfadern. Nicht selten leiden die Betroffenen unter schweren, geschwollenen Beinen. Sie werden durch Risikofaktoren wie Alter, Vererbung einer Bindegewebsschwäche, ungesunde Lebensweise mit Übergewicht und wenig Bewegung verursacht. Bei jedem Vierten ist im Laufe des Lebens eine Therapie erforderlich, um gefährliche Folgeerkrankungen zu vermeiden.

In seinem Vortrag geht Chefarzt Dr. Falk Theil zum einen auf Vorbeugemaßnahmen zur Vermeidung von Venenerkrankungen ein; zum anderen wird er die modernen Diagnose- und Therapieverfahren anhand von Beispielen veranschaulichen. Im Anschluss besteht ausreichend Zeit für Fragen aus dem Publikum.

Termin:

05.05.2014

Veranstaltungsort:

19.30 – 21.00 Uhr

Referent:

Café Johanneum

Dr. Falk Theil

Chefarzt der Klinik für Innere Medizin,

Facharzt für Kardiologie,

Facharzt für Angiologie,

Internistische Intensivmedizin

Krankenhaus Johanneum Wildeshausen

Rund um die Geburt



Besichtigen Sie als werdende Eltern Kreißsäle und Untersuchungszimmer und informieren Sie sich in lockerer Runde über die verschiedenen Methoden der Geburtsvorbereitung.

Zu Beginn hält Dr. Andreas Neulinger als leitender Arzt für Anästhesie und Intensivmedizin einen kurzen Vortrag über die Möglichkeiten der schmerzfreien Geburt. Die Führungen werden von den Beleghebammen des Krankenhauses Johanneum begleitet.

Termin:

02.06.2014

Veranstaltungsort:

19.30 – ca. 21.00 Uhr

Café Johanneum

Referent:

Dr. Andreas Neulinger,

Ltd. für Anästhesie und Intensivmedizin,

Facharzt für Anästhesiologie,

Zusatzbezeichnung Spezielle Schmerztherapie,

Rettingsmedizin

Krankenhaus Johanneum Wildeshausen

Beleghebammen:

Mandy Völsgen,

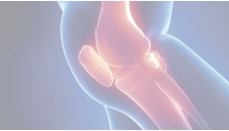
Elena Morosow,

Ute Heinje und

Dana Sosna

Fachärzte für Gynäkologie & Geburtshilfe im MVZ Johanneum:

Dr. Günter Grewe, Iryna Rybakovska, Ute Wrehe



Das schmerzhafte Kniegelenk Diagnose und moderne Therapiekonzepte

Referenten:

Dr. Nils H. Goecke
Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie, Leiter des EndoProthetikZentrum Johanneum Wildeshausen, Facharzt für Orthopädie, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Spezielle Orthopädische Chirurgie, Mitglied der Arbeitsgemeinschaft Endoprothetik (AE), Sportmedizin, Osteologie (DVO), Fußchirurgie (D.A.F.), Chirotherapie, Physikalische Therapie

Olaf Maethner
Oberarzt Orthopädie und Unfallchirurgie, Facharzt für Orthopädie, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Zusatzbezeichnung Sportmedizin und Chirotherapie

Dr. Andreas Neulinger
Ltd. Arzt Anästhesie und Intensivmedizin, Facharzt für Anästhesiologie, Zusatzbezeichnung Spezielle Schmerztherapie, Spezielle Anästhesiologische Intensivmedizin, Rettungsmedizin

Volker Seppelt
Leiter Zentrale Therapiebereiche, Physiotherapeut

Unsere Kniegelenke sind im Alltag hohen Belastungen ausgesetzt. Formveränderungen und Verletzungen führen oft zu Schädigungen von Bändern, den Menisken und des Knorpels. Eine Spätfolge ist häufig die Arthrose, die die Lebensqualität stark einschränken kann. Ist der Erhalt des Gelenkes nicht mehr möglich, eröffnet die Implantation eines künstlichen Kniegelenkes (Endoprothese) die Perspektive für ein weitgehend schmerzfreies Leben und die Wiedergewinnung von Lebensqualität.

Sie erwartet zu diesem Thema ein Vortragsabend mit den Experten unseres zertifizierten EndoProthetikZentrums, die zu Möglichkeiten des Gelenkerhalts, zum modernen Kniegelenkersatz, zur Narkose bei einer Knieoperation sowie zur Vor- und Nachbehandlung aus Sicht der Physiotherapie referieren. Anschließend besteht ausreichend Zeit für Fragen aus dem Publikum.

Termin: **30.06.2014**
19.00 – 21.00 Uhr

Veranstaltungsort: Café Johanneum

- Vortrags-Programm:**
- 19:00 Begrüßung und Moderation
Dr. Nils Henrik Goecke
Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie, Leiter EndoProthetikZentrum Johanneum Wildeshausen
 - 19:10 Therapiekonzepte zum Kniegelenkerhalt
Olaf Maethner
Oberarzt Orthopädie und Unfallchirurgie
 - 19:30 Der moderne Kniegelenkersatz
Dr. Nils Henrik Goecke
 - 19:50 Narkose bei Knieoperationen
Dr. Andreas Neulinger
Ltd. Arzt der Anästhesie und Intensivmedizin
 - 20:10 Das neue Kniegelenk: Vor- und Nachbehandlung aus Sicht der Physiotherapie
Volker Seppelt
Leiter Zentrale Therapiebereiche
 - 20:30 Beantwortung der Publikumsfragen



Pflegeberatungsgespräche

Angebot des Ambulanten Pflegezentrums Johanneum

Die Beratungen finden an **jedem 1. Donnerstag** im Monat von 16.00 bis 18.00 Uhr statt. Individuelle Terminabsprachen sind ebenfalls möglich.

| | |
|-----------------------------|--|
| Termine: | 02.01.2014 06.02.2014 06.03.2014 03.04.2014 08.05.2014 05.06.2014 |
| Ort: | Räumlichkeiten des Ambulanten Pflegedienstes (Eingang Deekenstraße) Krankenhaus Johanneum |
| Pflegedienstleitung: | Thomas Möhle Pflegezentrum Johanneum |
| Anmeldung unter: | Tel. (0 44 31) 982-6000 |

Unterstützung in der letzten Lebensphase

Geschichten, die der Abschied schrieb

Was ist, soll und kann nach dem Tod noch getan werden? Was bedeuten Rituale? Ulla Meier-Sperling von der Hospizhilfe Wildeshausen referiert über Hilfestellung in der letzten Lebensphase und den achtsamen Umgang mit dem verstorbenen Menschen.

| | |
|---------------------------|---|
| Termin: | 19.05.2014 19.30 – ca. 21.00 Uhr |
| Veranstaltungsort: | Café Johanneum |
| Referentin: | Ulla Meier-Sperling Heilpädagogin, Palliative Care, Sterbe- und Trauerbegleiterin, Hospizhilfe Wildeshausen |



Wer rastet, der rostet! Gymnastik für Männer ab 60



In diesem Kurs werden verschiedene Übungen zur allgemeinen Mobilisation und Kräftigung, zur Verbesserung der Koordination und des Gleichgewichts vermittelt. Dehnungs- und Entspannungsübungen runden das Programm ab. Bitte bringen Sie bequeme Sportbekleidung mit.

Beginn: 22.01.2014
zehn Trainingseinheiten
jeweils mittwochs, 16.00 – 17.00 Uhr

Kosten: 60 €

Veranstaltungsort: Gymnastikraum der Physiotherapie
Krankenhaus Johanneum

Teilnehmer: max. 6

Trainerin: **Petra Dammann**
Physiotherapeutin,
Krankenhaus Johanneum

Anmeldung: Brigitte Hermes, Tel. (0 44 31) 982-9520
Petra Dammann, Tel. (0 44 31) 982-8750

Qi Gong und Achtsamkeit



Qi Gong ist ein Stützpfiler der traditionellen chinesischen Medizin und wird in China seit Jahrtausenden erfolgreich zur Gesunderhaltung von Körper, Geist und Seele eingesetzt. Aber auch in der westlichen Welt hat man inzwischen den Wert des regelmäßigen Praktizierens erkannt. Fließende, langsame aber auch dynamische Bewegungen und Atemübungen fördern die Entspannung. Sie wirken sich kräftigend auf unsere Lebensenergie aus und unterstützen Heilungsprozesse oder dienen der Prävention.

In diesem Kurs wird jede Übungseinheit mit einer kleinen Achtsamkeitsübung beendet. Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und dicke Socken oder Schuhe mit flexibler Sohle.

Beginn:

23.01.2014

zehn Übungseinheiten

jeweils donnerstags, 19.00 – 20.00 Uhr

Kosten:

60 €

Veranstaltungsort:

Kindergarten Johanneum

Deekenstraße 35

Teilnehmer:

mind. 6 Personen

Übungsleitung:

Christiane Schäfer

Kursleiterin Qi Gong

Krankenhaus Johanneum

Anmeldung:

Brigitte Hermes, Tel. (0 44 31) 982-9520

Massagen für Kopf, Rücken, Arme und Beine - erlernen und erproben



Sie werden unter Anleitung mit den Grundtechniken der klassischen Massage vertraut gemacht. Der Kurs ist auch für Personen mit geringen Grundkenntnissen geeignet, da unser Masseur Uwe Beeneken individuelle Wünsche berücksichtigen wird. Bitte tragen Sie Sportkleidung und dicke Socken.

Beginn: **05.02.2014**
sechs Trainingseinheiten
jeweils mittwochs, 16.00 - 17.00 Uhr

Kosten: 36 €

Veranstaltungsort Räumlichkeiten der Physiotherapie
Krankenhaus Johanneum

Teilnehmer: 6 Personen

Trainer: **Uwe Beeneken**
Masseur, Med. Bademeister
Krankenhaus Johanneum

Anmeldung: Brigitte Hermes, Tel. (0 44 31) 982-9520
Uwe Beeneken, Tel. (0 44 31) 982-8750

Tipp!

Melden Sie
sich am besten
zu zweit an

Nordic Walking

Ganzkörperbewegungskonzept in der freien Natur

In diesen Kursen erlernen Sie die Nordic Walking Grundtechnik, damit Sie möglichst schnell mit viel Freude physiologischer und effektvoller trainieren. Nur bei gut ausgeführter Grundtechnik kommen alle Effekte - sowohl gesundheitliche, als auch trainingsmethodische - zur Geltung.

Nordic Walking Grundkurs 1

Beginn: **25.02.2014**
sechs Trainingseinheiten
jeweils dienstags, 17.30 – 19.00 Uhr

Nordic Walking Grundkurs 2

Beginn: **29.04.2014**
sechs Trainingseinheiten
jeweils dienstags, 17.30 – 19.00 Uhr

Kosten pro Kurs: 75 €* / inklusive Stöcke
Erster Treffpunkt: Räumlichkeiten der Physiotherapie
 Krankenhaus Johanneum

Teilnehmer: mind. 6 / max. 10
Trainerin: **Birgit Zobel-Elders**

Anmeldung: Physiotherapeutin,
 anerkannte DNV-Instruktorin
 Krankenhaus Johanneum
 Brigitte Hermes, Tel. (0 44 31) 982-9520
 Birgit Zobel-Elders, Tel. (0 44 31) 982-8750

* Diese Kurse sind von der Krankenkasse anerkannte Präventionskurse. Je nach Krankenkasse erhalten Sie eine Kostenrückerstattung von 80 - 100 %.

Impressum:

Herausgeber:
 Krankenhaus Johanneum,
 Feldstraße 1
 27793 Wildeshausen
www.krankenhaus-johanneum.de
 V.i.S.d.P.:
 Dipl.-Kfm. Hubert Bartelt,
 Verwaltungsdirektor
Gestaltung/Redaktion:
 Ulrike Berg,
 Öffentlichkeitsarbeit,
 QM, Projekte
Terminkoordination:
 Brigitte Hermes, IBF
Druck:
 Druckerei Breckweg
 Alle Rechte vorbehalten



Programm
1. Halbjahr
2014



Krankenhaus
Johanneum

Krankenhaus Johanneum
Feldstraße 1 · 27793 Wildeshausen
Telefon (0 44 31) 982-0 · Telefax (0 44 31) 982-9005
info@krankenhaus-johanneum.de
www.krankenhaus-johanneum.de