

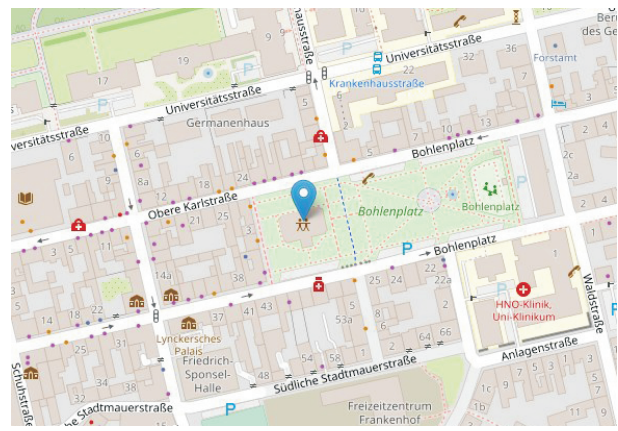
Im Arbeitskreis Frau&Gesundheit sind Frauen aus folgenden Einrichtungen vertreten:

- Ausländer- und Integrationsbeirat der Stadt Erlangen
- BildungEvangelisch
- Büro für Chancengleichheit und Vielfalt - Gleichstellungsstelle Stadt Erlangen
- Frauenhaus Erlangen e.V.
- Frauennotruf Erlangen
- Frauzentrum Erlangen e.V.
- Gleichstellungsstelle des Landkreises Erlangen-Höchststadt
- Koordinationsstelle Frühe Hilfen, Stadtjugendamt Erlangen
- Landratsamt Erlangen-Höchststadt, Staatliches Gesundheitsamt
- Mütter- und Familientreff Erlangen e.V.
- Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen bei der Stadt Erlangen
- Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen beim Landratsamt Erlangen-Höchststadt
- Zentrum für Selbstbestimmtes Leben Behinderter (ZSL) e.V.

Der Arbeitskreis Frau&Gesundheit will durch eine frauenzentrierte Aufklärungs- und Bildungsarbeit, durch Vorträge, Tagungen und Ausstellungen die Frauen besser über ihren Körper, über seelisch und sozial krank machende und über gesundheitsfördernde Faktoren informieren. Frauen sollen Sinn und Konsequenzen medizinischer Maßnahmen kennen und ermutigt und befähigt werden, zu unterscheiden und für sich selbst zu entscheiden.

Informationen zum Gesundheitstag:

- Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.
- Die Teilnahme ist kostenlos.
- Das gesamte Haus Kreuz&Quer ist behindertengerecht zugänglich.
- Die Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln wird empfohlen (Buslinien 293 und 289). Am Bohlenplatz stehen nur wenige Parkplätze zur Verfügung. Fußweg vom Großparkplatz ca. 15 Min., vom Parkhaus APCOA, Henkestr. 7, ca. 10 Min.



• Die Lage des Hauses und die Anfahrtsmöglichkeiten finden Sie auf der Homepage von Kreuz&Quer: <https://www.kreuz-und-quer.church/Anfahrt>.

Wenn Sie Fragen zu der Veranstaltung haben:

Arbeitskreis Frau&Gesundheit
 Landratsamt Erlangen-Höchststadt,
 Staatliches Gesundheitsamt
 Nägelsbachstraße 1, 91052 Erlangen
 Ansprechpartnerin: Brigitte Hartig
 Telefon 09131 803-2320 oder 0163 2562497
brigitte.hartig@erlangen-hoechststadt.de



Arbeitskreis Frau & GESUNDHEIT

Licht und Schatten

Gesundheitstag rund um Schwangerschaft, Geburt und erstes Lebensjahr

am Samstag, 26. Oktober 2019
Kreuz&Quer, Bohlenplatz 1, Erlangen

Offen für Frauen und Männer
Teilnahme kostenlos

- Erschöpfung
- Ich
- Migräne
- Quotenfrau
- Eileiter
- Müdigkeit
- Quengeln
- Essstörung
- Medikamente
- Quarkmaske
- Erziehung
- Meditation
- Querstellen
- Erholung
- Magnesiummangel
- Quelle
- Entspannung
- Meridiane
- Arbeitskreis
- Esoterik
- Intelligenz
- Frau
- Frustrations
- Intelligenz
- Idealgewicht
- Möncchspfi
- Müsl
- Makrobiotik
- Rhesusfaktor
- Famili
- Joule
- Make-up
- Religion
- Feminismus
- Joggen
- Muskelkater
- Rä
- Frauenhaus
- Jazz
- Mutterhaud
- Reinlich
- Familientherapie
- Jammen
- Mutterhaud
- Sauch
- Frigide
- Juchzen
- Musik
- Rheuma
- Frühreif
- Jubeln
- Musik
- Reflexe
- Flären
- Jugend
- K
- Rabenmutter
- Fruchtlos
- Jugend
- K
- Rabenmutter
- Frauenarzt
- Jungfrau
- K
- Rheuma
- Friseur
- K
- Reflexe
- Frauenmantel
- K
- Ruhe
- Frauenwurzel
- K
- Rhesusfaktor
- Furie
- K
- Religion
- Fressen
- K
- Rosen
- Fäden
- K
- Reife
- F
- K
- Reflexe
- Fliegen
- Kohlhydrate
- Kern
- Rabenmutter
- Freiheit
- Kondition
- Nerven
- Reize
- Gymnastik
- Klitoris
- Nacharbeit
- Schön
- Genießen
- Korn
- Nachmittags-schlafchen
- Saubere
- Geld
- Krankheiten
- Natuheilkunde
- Schlank
- Geschlecht
- Krebsvorgänge
- Neurodermitis
- Schwitzen
- Geschieden
- Kreisl
- Nacht
- Schweißfüße
- Gewalt
- beschwerden
- Nacht
- Schmerzen
- Gynäkologie
- Klimakterium
- Nimmersatt
- Schaufgarbe
- Gestagene
- Klugheit
- Müldiät
- Sepia
- Gebärmutter
- Knoblauch
- Mensagen
- Schwarzmond
- Geburt
- Kassandra
- Schlank
- Gemein
- Krank
- Ovulations-
- Spinat
- Gemütlich
- Krank
- Ovulations-
- Spinat
- G
- Göttin
- Kassandra
- Orgasmus
- Schluckauf
- Gattin
- Klugheit
- Orgasmus
- Schaufgarbe
- Greisin
- Kämpferin
- Osteoporose
- Sodbrennen
- Hygiene
- K
- Osteoporose
- Sepia
- H
- K
- Orientierung
- Stärke
- Hormone
- Laune
- Pubertät
- Schwäche
- Hitzewallungen
- Langeweile
- Periode
- Schweigen
- Hysterie
- Löwenzahn
- Periode
- Streiten

Ein neugeborenes Baby ist wie der Anfang aller Dinge - es ist Staunen, Hoffnung, Traum aller Möglichkeiten.

(Eda J. LeShan)

Die Geburt eines Kindes bringt viele Veränderungen mit sich, glückliche und manchmal auch schwierige. Die Grundlagen für ein gesundes Aufwachsen werden schon in der Schwangerschaft gelegt, viele Weichen für ein harmonisches Familienleben bereits bei der Geburt und in der ersten Zeit mit dem Baby gestellt.

Die Eltern müssen ihre Rollen und Zuständigkeiten neu klären, das bisherige Leben wird völlig auf den Kopf gestellt und das bedeutet für viele Mütter und Väter eine große Herausforderung. Besonders wenn gesundheitliche Belastungen beim Kind oder der Mutter hinzukommen.

Der Arbeitskreis Frau&Gesundheit lädt Sie ein zu Informationen rund um Licht- und Schattenseiten der Geburt:

über die Geburt in der Klinik und im Geburtshaus, über manche Illusionen zum Thema Kind und Karriere, über schwierige Diagnosen und Hilfemöglichkeiten, über die gesundheitliche Betreuung nach der Geburt und über Fragen zum Impfen, über elterliche Feinfühligkeit und sichere Bindung.

Begehen Sie mit uns eine überdimensionierte Gebärmutter und erleben Sie mit den Augen eines Fetus, was ihm gut tut oder schadet.

Lernen Sie Ansprechpartnerinnen für aktuelle und zukünftige Fragen zu Baby und Familie kennen. Institutionen, die in dieser wichtigen Zeit Unterstützung bieten können, sind mit Infoständen vor Ort und ansprechbar.

Wir wünschen Ihnen einen interessanten und informativen Tag!

Programm

9.30 Uhr Ankommen

10.00 Uhr Begrüßung durch die Veranstalterinnen

Vorträge:

10.10 Uhr, Katharinensaal

Die Alles-ist-machbar-Lüge

Über das Risiko von Perfektionismus und mechanistischem Menschenbild im Familienleben

Simone Steiner, Heilpädagogin B.A., Leiterin der Caritas Erziehungsberatungsstelle ERH

11.05 Uhr, Katharinensaal

FASD – Lebenslange Folgen durch Alkoholkonsum in der Schwangerschaft

Was genau verbirgt sich hinter der Krankheit FASD und wie könnte diese vermieden werden?

Dr. Heike Kramer, Ärztin, Ärztliche Gesellschaft zur Gesundheitsförderung

12.15 Uhr, Raum Comenius

Psychische Erkrankungen rund um Schwangerschaft und nach Geburt

Dr. Judith Walloch, Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie, Universitätsklinikum Erlangen, Psychiatrische und Psychotherapeutische Klinik

12.15 Uhr, Raum Luther

Kindergesundheit direkt nach der Geburt

Wie unsere Kinder von Anfang an gut betreut sind

Dr. med. Michaela Trinczek, Fachärztin für Kinderheilkunde und Jugendmedizin in einer Gemeinschaftspraxis in Erlangen

Pause 13.15 - 13.30 Uhr

13.30 Uhr, Katharinensaal

Die selbstbestimmte Geburt - Entbindung in der Geburtshilfe der Universitäts-Frauenklinik Erlangen

Prof. Dr. med. Sven Kehl, Oberarzt, Leitung Geburtshilfe Erlangen

Pause 14.30 - 15.00 Uhr

14.30 - 15.00 Uhr, Raum Luther

Ich will dich segnen und du sollst ein Segen sein

Angebot einer persönlichen Segnung für Schwangere durch Pfarrerin Ulrike Lorentz, Familienbeauftragte des Evangelischen Dekanats Erlangen

15.00 Uhr, Raum Comenius

Stark durch Bindung

Der Einfluss elterlicher Feinfühligkeit auf Gehirn- und Bindungsentwicklung

Renate Abeßer, Dipl.Sozialpädagogin, BildungEvangelisch

15.00 Uhr, Katharinensaal

Von der Diagnose zur Entscheidung:

Wege nach Pränataler Diagnose

Vortrag zu "Weitertragen" und Lesung aus "Lilium Rubellum"

Carolin Erhardt-Seidl, Fotografin und Autorin
Kathrin Fezer Schadt, Journalistin und Autorin

Infostände

von 12.00 bis 15.00 Uhr

Geburtshaus Erlangen

Hebammenzentrale

Stadt Erlangen - Landkreis Erlangen-Höchstadt

Koordinationsstelle Frühe Hilfen, Stadtjugendamt Erlangen

MammaProtest Franken e.V.

Schatten & Licht e.V., Initiative peripartale Erkrankungen

Schreibbabysprechstunde Lebenshilfe Erlangen-Höchstadt (West) e.V.

Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen Stadt Erlangen

Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen beim Landratsamt ERH

Infostand Buchautorinnen Schadt/Seidl

Ausstellung ZERO

Die innovative Ausstellung informiert erlebnisorientiert über Schwangerschaft, Alkohol und FASD (Fetal Alcohol Spectrum Disorders) - die Schädigungen, die ausschließlich durch mütterlichen Alkoholkonsum während der Schwangerschaft entstehen.

<http://wenn-schwanger-dann-zero.de>

Hinweis

Filmvorführung „Die sichere Geburt“ von Carola Hauck mit anschließendem Gespräch in ungezwungener Runde

Do, 28.11.19, 18.30 Uhr

Kino im E-Werk, Fuchsenwiese 1, 91054 Erlangen

Eintritt 7 €, ermäßigt 5 €

Eine Kooperation des AK Frau&Gesundheit mit dem Frauenzentrum und dem E-Werk