

"Schwindel" - Ursachen und Behandlung

Der Boden unter den Füßen schwankt, im Kopf dreht sich alles, Angst tritt auf - Störungen im Gleichgewichtsorgan äußern sich verschieden und belasten die Betroffenen erheblich. Schwindelbeschwerden sind kein Einzelfall, sondern jeder 10. Bundesbürger ist von diesen Beschwerden betroffen. Im Vortrag werden die häufigsten Ursachen, die erforderliche Diagnostik und Hinweise für eine Behandlung besprochen.

4114LA

Dr. med. Michael Sassenberg

Mi 08.02., 19⁰⁰ - 20³⁰ Uhr

Lage, Technikum, Raum 104

1x (2 UE), € 5,-

Einführung in die klassische Homöopathische Hausapotheke

Den ganzen Menschen heilen und nicht nur das Beseitigen und das Unterdrücken einzelner Symptome ist das Ziel der Homöopathie. In diesem Kursus werden Grundlagen der Homöopathie vorgestellt sowie an ausgewählten Beispielen die Behandlungsmethode erläutert. Anhand einer kleinen Hausapotheke soll besprochen werden, wie Homöopathie erfolgreich im Hausgebrauch anzuwenden ist. Dabei werden jedoch auch die Grenzen der Selbstbehandlung aufgezeigt.

4162OE

Eva Laffin, Heilpraktikerin

Do, 16.10., 19³⁰ - 21⁰⁰ Uhr

Oerlinghausen, Bürgerhaus, Gewölbekeller 2

2x (4 UE), € 11,-

Geschäftsstelle Lage

Lange Straße 124

Edda Koch

Monika Kampa

Telefon: 05232 - 9550-0

Fax: 05232 - 9550-55

@-Mail: koch@vhs-lw.de

Öffnungszeiten:

Montag – Freitag 9⁰⁰ – 12⁰⁰ Uhr

Montag - Dienstag 14⁰⁰ – 16⁰⁰ Uhr

Donnerstag 15⁰⁰ – 17⁰⁰ Uhr

In den Schulferien 10⁰⁰ – 12⁰⁰ Uhr

Geschäftsstelle Augustdorf

Bürgerzentrum, Pivitsheider Straße 16

Annette Fischer

Telefon: 05237 - 898400

Fax: 05237 - 898401

@-Mail: fischer@vhs-lw.de

Öffnungszeiten: *

Montag 9⁰⁰ – 12⁰⁰ Uhr

Donnerstag 15⁰⁰ – 17⁰⁰ Uhr

Geschäftsstelle Leopoldshöhe

Bürgermeister Brinkmann-Weg 3

Svenja Grosch

Telefon: 05208 - 700783

Fax: 05208 - 700784

@-Mail: grosch@vhs-lw.de

Öffnungszeiten: *

Montag + Dienstag 9⁰⁰ – 12⁰⁰ Uhr

Donnerstag 15⁰⁰ – 17⁰⁰ Uhr

Geschäftsstelle Oerlinghausen

Bürgerhaus, Tönsbergstraße 3

Heidi John

Telefon: 05202 - 5434

Fax: 05202 - 928630

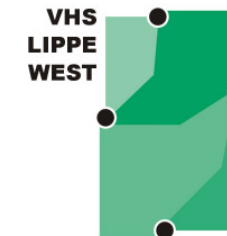
@-Mail: john@vhs-lw.de

Öffnungszeiten: *

Montag + Dienstag 9⁰⁰ – 12⁰⁰ Uhr

Donnerstag 15⁰⁰ – 17⁰⁰ Uhr

* in den Schulferien geschlossen



Lange Str. 124

32791 Lage

Telefon: (05232) 9550-0

Internet: www.vhs-lw.de

@-Mail: anmeldung@vhs-lw.de

Aktuelle Themen zu Gesundheit und Lebensstil



◆ 1. Semester 2012 ◆

"CMD"- Craniomandibuläre Dysfunktion oder einfacher: Kiefergelenk und Wirbelsäule aus ganzheitlicher zahnmedizinischer Sicht

Für eine wirkungsvolle Schmerztherapie ist es notwendig die Zusammenhänge zwischen Kopfschmerzen, Rückenproblemen, Fehlbelastungen beim Kauen, Stresssymptomen und deren gegenseitiger Beeinflussung zu erkennen und fächerübergreifend zu behandeln.

Der Vortrag soll die Zusammenhänge darstellen und über verschiedene Therapiemöglichkeiten (auch der Selbsthilfe) Informationen geben.

4157LA

Prof. Dr. Winfried Wojak
Mi 07.03., 19⁰⁰ – 21⁰⁰ Uhr

Lage, Technikum, Raum 107, Studio
1x (3 UE), € 5,-

Weniger schnarchen - besser schlafen

Statt Erholung in der Nacht kann der Schlaf zur zermürenden Belastung werden. Wer schnarcht, belastet nicht nur andere, sondern vor allem auch sich selbst und seine Gesundheit. Schnarchen im Zusammenhang mit Übergewicht kann sogar bedrohliche Formen annehmen. Auch wer morgens mit Kopfschmerzen das Bett verlässt oder durch unangenehm saures Aufstoßen aufwacht, erlebt den Schlaf oft als zehrend und belastend. Gerade mit diesen Symptomen hat sich die moderne Schlafforschung ausgiebig befasst. Der Referent Dirk Wintzer zeigt Lösungen auf. Er gibt seit vielen Jahren die Erkenntnisse aus der Schlafforschung in interessanten Vorträgen mit vielen Tipps und Tricks weiter. Der Schlaf kann wieder das sein, was er sein soll: Erholung rundum!

4158LA

Dirk Wintzer
Mi, 21.03., 18⁰⁰ - 19³⁰ Uhr

Lage, Technikum, Raum 107, Studio
1x (2 UE), € 5,-

Begabungen bei Kindern entdecken und fördern

Überdurchschnittlich intelligente und hochbegabte Kinder und Jugendliche sind ihrem Alter geistig oft um Jahre voraus. Sie denken sehr schnell und weitreichend. Ihr abstrakt-logisches Denken liegt weit über der Norm. Trotz dieses Potentials erkennt man hochbegabte ebenso wie überdurchschnittlich intelligente Kinder eher selten an hervorragenden Schulnoten, aber fast immer durch eine Intelligenzdiagnostik, die ihr gesamtes Begabungsspektrum erfasst. Das hochintelligente Kind leidet - mitunter schon im Kindergarten, doch spätestens in der Schule, an ständiger geistiger Unterforderung, was Verhaltens- und Motivationsdefizite, psychosomatische Erkrankungen und Schulversagen nach sich ziehen kann.

Der Vortrag will Möglichkeiten aufzeigen, begabte Kinder zu finden und Hilfestellungen geben, sie auch ihrem Potential entsprechend zu fördern.

4159LA

Karsten Otto, Hochbegabtenförderung e.V.
Mi 25.04., 18⁰⁰ – 20¹⁵ Uhr

Lage, Technikum, Raum 107, Studio
1x (3 UE), € 5,-

Jetzt oder Nie!

Viele Menschen beschäftigen sich so sehr mit ihrer Vergangenheit, dass sie die Gegenwart nicht mehr wahrnehmen und genießen können. Oder sie erhoffen sich von der Zukunft ein glücklicheres Leben und verpassen dadurch das Jetzt. Warum verschieben wir so gerne unsere Aufgaben auf morgen oder tragen unsere früheren Erfahrungen wie einen schweren Rucksack mit uns herum? Wir tun so, als wäre unsere Zeit unbegrenzt. Wollen Sie ein friedvolles und erfülltes Leben im Hier und Jetzt führen?

Der Vortrag zeigt auf, wie Sie mit Modellen des Contextuellen Coachings® lernen, sich von den Fesseln Ihrer Vergangenheit zu befreien und der "Aufschieberitis" ein Ende zu bereiten.

Unsere Denkgewohnheiten bestimmen unser Handeln. Erst durch neues Denken wird neues Handeln möglich. Anhand praktischer Beispiele wird im Dialog mit der Referentin aufgezeigt, wie Leben im Jetzt gelingen kann.

4160LA

Carmen Bintz,
Zertifizierter Coach für Contextuelles Coaching®

Do 08.03., 19³⁰ – 21³⁰ Uhr

Lage, Technikum, Raum 107

1x (3 UE), € 9,50

Kinesiologie - Was uns krank macht: Nahrungsmittel...

Kinesiologische Testverfahren ermöglichen es, die Ursache von Beschwerden herauszufinden. Mit Hilfe des Muskeltests als Biofeedback des Körpers können nicht nur Lebensmittelunverträglichkeiten und Vergiftungen durch Schwermetalle aufgespürt werden, sondern auch andere Belastungen wie beispielsweise durch Viren, Pilze (z.B. Darmpilz), Elektromog, Störungen von Organen, emotionale Blockaden u.a.. Von besonderer Wichtigkeit ist es, dass Symptom und Ursache direkt miteinander in Verbindung gebracht werden.

Spezifische Techniken ermöglichen es, den Körper wieder in Balance zu bringen, seine natürlichen Selbstheilungskräfte anzuregen und somit das Immunsystem zu stärken.

Neben einigen Fallbeispielen wird die Dozentin den kinesiologischen Muskeltest ausführlich erläutern und einen Test vor Ort demonstrieren.

4183LA

Anke Lemm

Sa 17.03., 10⁰⁰ – 13⁰⁰ Uhr

Lage, Technikum, Raum 308

1x (4 UE), € 11,-