

# Meine Gesundheit – Meine Entscheidung

## Kostenfreier dreiteiliger Kurs für Frauen 60+



© Frauengesundheitszentrum

**Was** Information, Erfahrungsaustausch/Diskussion

**Teil 1: Meine Gesundheit – Mitreden und Mitentscheiden**

**Teil 2: Gute Gesundheitsinformation**

**Teil 3: Gespräch mit der Ärztin, mit dem Arzt**

**Mit wem** Marlene Schader, Frauengesundheitszentrum

**Wann** Montag, 21. Oktober 2019, von 15 bis 17 Uhr  
Montag, 28. Oktober 2019, von 15 bis 17 Uhr  
Montag, 04. November 2019, von 15 bis 17 Uhr

**Wo** Bürgerservicestelle Sankt Johann  
8565 Sankt Johann o. H. 83

**Wie** **Kostenfrei** (gefördert vom Gesundheitsfonds Steiermark)

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

### Information und Anmeldung

Anmeldung und weitere Informationen im Gemeindeamt Söding-St. Johann bei Barbara Münzer unter 03137/6130-10 oder bei akzente unter 03142/930 30 oder [office@akzente.or.at](mailto:office@akzente.or.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?



### 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?

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  
*beräten, begleiten, bewegen*



Gefördert von

