

VHS bietet Infos zur Gesundheit an

Die VHS - Forum für Weiterbildung Lübeck bietet diese Woche zwei Gesundheitskurse an: "Volkskrankheit Depression - keine Angst vor neuer Epidemie" und "Gut zu Fuß".

Am Donnerstag, 23. März 2006, findet von 19.30 bis 21 Uhr in der VHS, Huxstraße 118 - 120 ein Vortrag in Zusammenarbeit mit dem Lübecker Bündnis gegen Depression zum Thema "Volkskrank Depression - keine Angst vor neuer Epidemie" statt. Es handelt sich um einen Vortrag von Dr. Ang Schürmann, Psychatrium Neustadt.

Zunehmend wird in der Öffentlichkeit und in der Politik wahrgenommen, dass psychische Erkrankungen und insbesondere Depressionen zu den schwerwiegenden Erkrankungen zählen. Das persönliche Leiden der betroffenen Menschen ist hoch, aber auch die volkswirtschaftlichen Auswirkungen sind immens. Mehr Aufklärung über das Krankheitsbild und bewährte Behandlungsmöglichkeiten sind erforderlich, um weitere Fortschritte zu erzielen. Der Eintritt kostet vier, ermäßigt drei Euro.

Einen Tageskurs unter dem Motto "Gut zu Fuß" bietet die VHS II, Schwartauer Allee 44 - 44 a, mit Christine Björner Schinz am Sonntag, 26. März, von 10 bis 14 Uhr an.

Es wird erläutert, welche Beweglichkeit, Kraft und Stabilität in den Füßen steckt. Die Vielfältigkeit der Füße soll neu entdeckt werden und den Teilnehmern etwas Gutes tun, um Überbelastungen im Bereich der Füße, Knie und der Wirbelsäule zu vermeiden. Die Gebühr beträgt 21, ermäßigt 13,20 Euro.
