

Vorträge im Senior:innenbüro

Interaktive Vorträge zu verschiedenen Gesundheitsthemen für ältere Menschen in Kooperation mit dem Senior:innenbüro der Stadt Graz.

Wann & Wo

Mittwoch, 17. Juli, von 10 bis 11 Uhr
Liebe kennt kein Ablaufdatum! Sexualität im Alter.

Mittwoch, 14. August, von 10 bis 11 Uhr
Alt werden ist kein Zuckerschlecken.
Über Bluthochdruck, Diabetes, Depression und Co.

Mittwoch, 12. Juni, von 10 bis 11 Uhr
Smart Ageing. Mit Strategie selbstbestimmt durchs hohe Alter.

Mittwoch, 10. April, von 10 bis 11 Uhr
Mittwoch, 15. Mai, von 10 bis 11 Uhr
Vorsorge mal anders. Ein kritischer Blick auf das Gesundheitssystem.
Senior:innenbüro, Stigergasse 2, 3. Stock

→ Anmeldung

senioren@stadt.graz.at
Tel.: +43 316 872-6391

Informationsveranstaltung Pflegegeld

(Türkisch/Ukrainisch)

Wer bekommt Pflegegeld? Was ist dafür zu tun?
Ein Vortrag mit anschließender Diskussion in die Muttersprache gedolmetscht, damit Sie über Ihre Rechte informiert sind.

Thomas Becker/Olena Renner: Rechtsberatung,
Caritas Steiermark

Elke Weidinger: Pflegegeldberatung SMZ Liebenau
Dolmetscher:in vor Ort

Wann & Wo

(Türkisch)

Montag, 29. Jänner, von 17 bis 18.30 Uhr

(Ukrainisch)

Montag, 12. Februar, von 17 bis 18.30 Uhr

Stadtteilzentrum Lend, Mariengasse 41

→ Keine Anmeldung erforderlich

Frauengesundheitssprechstunde

Buchen Sie Ihre Beratungseinheit zum Thema Frauengesundheit. In Kooperation mit dem Frauengesundheitszentrum Graz.

Wann & Wo

Donnerstag, 14. März, von 12 bis 15 Uhr

Anita Adamiczek: Wechseljahre

Mittwoch, 3. April, von 15 bis 18 Uhr

Marlene Pretis-Schader: Schmerzen und Schlafprobleme

Donnerstag, 16. Mai, von 12 bis 15 Uhr

Kerstin Pirker: Sexuelle und reproduktive Gesundheit

Mittwoch, 5. Juni, von 15 bis 18 Uhr

Marlene Pretis-Schader: Gebärmuttergesundheit

→ Anmeldung

gesundheitsdrehscheibe@stadt.graz.at
Tel.: +43 316 872-3999

Stadt Graz | Gesundheitsamt –
Gesundheitsdrehscheibe

Annenstraße 28, 8020 Graz

Tel.: +43 316 872-3999

gesundheitsdrehscheibe@stadt.graz.at

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag von 8 bis 16 Uhr,

von 8 bis 12 Uhr offene Beratung,

Termine außerhalb der Öffnungszeiten

nach Vereinbarung

GESUNDHEITS- FÖRDERUNG UND PRÄVENTION

Kostenlose Zusatzangebote der
Gesundheitsdrehscheibe der Stadt Graz.
Jänner bis August 2024

[graz.at/
gesundheitsdrehscheibe](https://www.graz.at/gesundheitsdrehscheibe)

Interreg



Sofinancira
EVROPSKA UNIJA
Kofinanziert von
der EUROPÄISCHEN UNION

Slovenija – Österreich

Health for All

Dein Gedächtnis in deinen Händen

Ein schneller Gedächtnistest inklusive Informationen zu Demenz und Alzheimer – auf der Straße, im Park, vor dem Geschäft oder am Bauernmarkt.

Wann & Wo:

Montag, 13. Mai, von 9 bis 15 Uhr
Billa Plus Eggenberg
Dienstag, 11. Juni, von 12 bis 18 Uhr
Volksgartenpark
Mittwoch, 19. Juni, von 9 bis 15 Uhr
Grüne Oase Mariahilferplatz
Donnerstag, 4. Juli, von 8 bis 12 Uhr
Bauernmarkt Lendplatz

→ Keine Anmeldung erforderlich

Praxiskurs für pflegende Angehörige

(Türkisch/Arabisch)

Ein Kurs für pflegende Angehörige in der Muttersprache, um die körperlichen Belastungen der Pflege zu Hause besser zu bewältigen. Bringen Sie Ihre individuellen Fragestellungen mit.

Angelika Führer: Community Nursing Lend

Melanie Koch: Community Nursing Gries

Dolmetscher:in vor Ort

Wann & Wo

Türkisch: Donnerstag, 7. März, von 17 bis 19 Uhr
Arabisch: Donnerstag, 28. März, von 17 bis 19 Uhr
Albert-Schweitzer-Trainingszentrum,
Albert-Schweitzer-Gasse 36

→ Anmeldung

gesundheitsdrehscheibe@stadt.graz.at

Tel.: +43 316 872-3999

Offene Gesprächsgruppe

Bringen Sie Ihr Thema mit – es gibt keine Grenzen. Zusammensein und herausfinden, was mich und andere bewegt, und dabei neue Leute kennenlernen. Auch nur Zuhören ist erlaubt.

Wann & Wo:

jeden 1. Mittwoch im Monat, von 10 bis 11 Uhr
Volksgartenstraße 8

→ Keine Anmeldung erforderlich

Walk and Talk

Das Hier und Jetzt erleben bei achtsamen Spaziergängen an der frischen Luft. Angeleitet von unserer Psychotherapeutin nehmen Sie sich selbst und die Umgebung Schritt für Schritt bewusster wahr.

Wann & Wo:

jeden 3. Mittwoch im Monat, von 10 bis 11 Uhr
Volksgartenstraße 8

→ Keine Anmeldung erforderlich

Community Nursing – Sprechstunde vor Ort

Unkompliziert, auch ohne Termin und direkt in Ihrer Nähe beraten die Community Nurses Lend zu allen möglichen Gesundheitsfragen.

Wann & Wo

14-tägig am Mittwoch, von 10 bis 13 Uhr in den geraden Kalenderwochen (Start mit 7. Februar)
Stadtteilzentrum Lend, Mariengasse 41

14-tägig am Dienstag von 12 bis 15 Uhr in den geraden Kalenderwochen (Start mit 6. Februar)
erfa, Exerzierplatzstraße 33

25. Juni, von 12 bis 16 Uhr
Grüne Oase, Mariahilferplatz

→ Keine Anmeldung erforderlich

Wie gesund ist Lend?

(Deutsch/Englisch/BKS/Dari/Farsi)

Was in Lend hält gesund? Was macht krank?

Eine gesundheitspolitische Diskussion im Rahmen der Grünen Oase in mehreren Sprachen.

Wann & Wo:

Mittwoch, 12. Juni, von 16 bis 19 Uhr
Montag, 24. Juni, von 16 bis 19 Uhr
Grüne Oase, Mariahilferplatz

→ Keine Anmeldung erforderlich

Kindergesundheitssprechstunde

Ein Ort für Eltern, um in kleiner Gruppe Fragen und Sorgen zur Gesundheit ihrer Kinder mit einer Kinderfachärztin und anderen pädiatrischen Fachpersonen zu besprechen.

Analena Ott: Kinderfachärztin, LKH Graz

Mirjam Purkarthofer: Physiotherapeutin

Astis Schrag: Sozialarbeiterin

Wann & Wo:

Montag, 12. Februar, von 9.30 bis 11.30 Uhr
Montag, 4. März, von 9.30 bis 11.30 Uhr
Büro der Nachbarschaften,
Maria-Stromberger-Gasse 20

→ Anmeldung

gesundheitsdrehscheibe@stadt.graz.at

Tel.: +43 316 872-3999