



lokal.vernetzt.lernen
Lernen in der Lipizzanerheimat
Bildung vor Ort in Söding - Sankt Johann

www.akzente.or.at



PC-Cafe „Mausklick - Fingertipp“ beim Hochstrasser

(für Frauen und Männer 55+)



Sie möchten bei einer Tasse Kaffee oder Tee eigenständig am Computer Neues ausprobieren? Sie haben zu Hause keinen PC, möchten aber etwas üben oder im Internet surfen? Sie haben spezielle Fragen rund um Computer, Tablet und Smartphone oder stoßen im Alltag immer wieder auf Probleme im Umgang mit diesen Geräten?

Dann ist unser PC-Cafe genau das Richtige für Sie!

Eine Trainerin von akzente gibt in gemütlicher Atmosphäre, Tipps und Antworten auf Ihre persönlichen Fragen.

**Wir treffen uns 14-tägig, immer am Mittwoch
von 15.00 bis 17.00 Uhr im Gasthaus Hochstrasser
(Packer Straße 103, 8561 Söding-Sankt Johann)**

Termine: 10.04., 24.04., 08.05., 22.05., 05.06., 19.06.2019

Die Teilnahme am PC-Cafe ist kostenlos!

Weitere Infos bei akzente unter 03142/ 93 030 oder office@akzente.or.at



REGIONALMANAGEMENT
Steirischer Zentralraum



Das Land
Steiermark

→ Regionen



lokal.vernetzt.lernen
Lernen in der Lipizzanerheimat
Bildung vor Ort in Söding - Sankt Johann

www.akzente.or.at



ÖBB, GKB & Co

eine kostenlose Informationsveranstaltung
für die Mitglieder des Seniorenbundes Söding-Sankt Johann

Wie finde ich heraus, wann der nächste Bus/der nächste Zug fährt?
Wie kann ich über's Internet ein Zugticket kaufen?
Wie kann ich eine SeniorInnen-Bahnkarte über's Internet beantragen?
Wie bedient man einen Fahrkarten-Automaten?

Diese Fragestellungen werden in der kostenlosen
Informationsveranstaltung von akzente behandelt.
Gerne gehen wir auch auf Ihre persönlichen Fragen ein.

Termin: Freitag, 27. September 2019, 15:00-17:00 Uhr

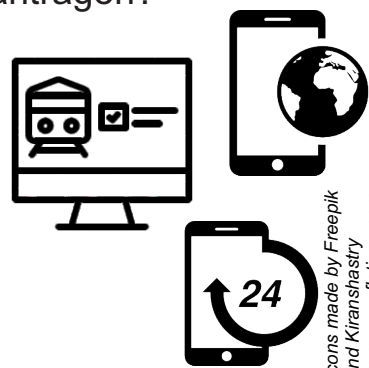
Ort: Sitzungssaal des Gemeindeamtes Söding
Schulplatz 1, 8561 Söding

akzente stellt Ihnen Leihgeräte (Samsung Galaxy Tablets) zur
Verfügung. Sie können aber auch gerne Ihr eigenes Tablet,
Smartphone oder einen Laptop mitnehmen.

Die Veranstaltung ist auf 12 Plätze begrenzt.

Anmeldung bei Herrn Ferdinand Lackner unter 0664/734 034 20.

Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenlos!



Icons made by Freepik
and Kiranshastry
from www.flaticon.com



Eva Brenner



REGIONALMANAGEMENT
Steirischer Zentralraum



Das Land
Steiermark

→ Regionen

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

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

