

# Schweizerisches Rotes Kreuz Bern-Oberland

## Vorträge

Herbst/Winter 2011/2012

### Thun

#### Oktober

##### **Aus der Bergrettungspraxis**

Eine erfolgreiche Bergrettung basiert immer auf vernetztem Teamwork – vom Alarmeingang über die medizinische Versorgung und Bergung bis zum Transport ins Spital. Kälte und Höhe sind in den Bergen häufig zusätzliche Risikofaktoren.

**Referent:** Dr. Bruno Durrer, Notarzt/Bergführer AirGlacier, Caremed Lauterbrunnen/Mürren, Lauterbrunnen

**Datum:** Dienstag, 25. Oktober 2011

**Zeit:** 19.30 Uhr

**Ort:** Hotelfachschule Thun, Mönchstrasse 37, 3600 Thun (gegenüber Hotel Seepark)

**Eintritt frei**

#### November

##### **Erwachsene mit Erwartungen – Jugendliche mit Provokationen!**

Was tun? Entschärfen oder eskalieren lassen? Nachgeben oder mich durchsetzen? Die Flow-Kommunikation zeigt eine elegante dritte Möglichkeit auf: Nämlich, Erwartung in Einladung verwandeln und Provokation als echtes Lebensspiel erkennen. Gelingt dies, entstehen neue Formen von Kooperation. Der Abend bietet Theorie, Beispiele und eine praktische Demonstration.

**Referent:** PD DrDr. Johannes Gasser, Philosoph, klinischer Psychologe, Schulleiter der GasserSchule, Coach und Ausbildner, Winterthur

**Datum:** Dienstag, 22. November 2011

**Zeit:** 19.30 Uhr

**Ort:** Hotelfachschule Thun, Mönchstrasse 37, 3600 Thun (gegenüber Hotel Seepark)

**Eintritt frei**

#### Dezember

##### **Rückenschmerzen – das Volksleiden**

Gut 2/3 der Bevölkerung leidet mindestens einmal im Leben an Rückenschmerzen, die finanzielle Belastung unserer Volkswirtschaft dadurch ist immens. Die häufigsten Rückenerkrankungen und ihre Behandlungsmöglichkeiten werden vorgestellt.

**Referent:** Dr. med. Othmar Schwarzenbach, FMH orthop. Chirurgie, spez. Wirbelsäulenchirurgie, dasRückenzentrum, Thun

**Datum:** Dienstag, 13. Dezember 2011

**Zeit:** 19.30 Uhr

**Ort:** Hotelfachschule Thun, Mönchstrasse 37, 3600 Thun (gegenüber Hotel Seepark)

**Eintritt frei**

#### Januar

##### **Wechseljahre – eine fruchtbare Lebensphase**

Möchten Sie mehr über die spannende Zeit des körperlichen und seelischen Wandels wissen? Sie erfahren anschaulich, was sich im Körper in den Wechseljahren verändert, welche seelischen Vorgänge den Wandel

begleiten, woran Sie merken, dass Sie in den Wechseljahren sind, was Sie bei allfälligen Beschwerden oder präventiv Gutes für sich tun können.

**Referentin:** Annina Kramer, Heilpraktikerin/Naturärztin und Pädagogin, Spiez

**Datum:** Dienstag, 24. Januar 2012

**Zeit:** 19.30 Uhr

**Ort:** Hotelfachschule Thun, Mönchstrasse 37, 3600 Thun (gegenüber Hotel Seepark)

**Eintritt frei**

## Februar

### **Religiöse Themen in heutiger Zeit – wie reden wir drüber?**

In Radio und Fernsehen, in vertrauten Gesprächen am Familientisch, in der Kirche und drumrum fragen wir nach dem Sinn unseres Lebens, nach dem Glück ... Wir suchen nach Halt, gucken in die Geschichte, fragen nach Anfang und Ende, Geburt und Tod. Wie tun wir das heute? Anders als früher? Und was bleibt?

**Referentin:** Pascale Käser, Theologin und Pfarrerin, Projektleiterin Gottesdienst (Radio und Fernsehen) und Social Media Community Manager bei den Reformierten Medien in Zürich

**Datum:** Dienstag, 28. Februar 2012

**Zeit:** 19.30 Uhr

**Ort:** Hotelfachschule Thun, Mönchstrasse 37, 3600 Thun (gegenüber Hotel Seepark)

**Eintritt frei**

## März

### **Migräne und andere Kopfschmerzen**

Kopfschmerzen gehören zu den häufigsten Krankheitssymptomen. Sie führen oft zu einer deutlichen Einschränkung im Alltag und vermindern die Lebensqualität. Die Migräne und die Spannungskopfschmerzen sind die wichtigsten Kopfschmerzformen. Wichtig ist die Abgrenzung gegenüber gefährlichen Kopfschmerzen, die insbesondere bei akuten Gefässerkrankungen auftreten können. Mit einer optimalen Behandlung und Prophylaxe mit Medikamenten, aber auch mit nicht medikamentösen Therapieformen können die Symptome bei vielen Kopfschmerz-Patienten deutlich gelindert werden.

**Referent:** Prof. Dr. med. Marcel Arnold, Stv. Leiter Stroke Unit, Universitätsklinik für Neurologie, Inselspital, Bern

**Datum:** Dienstag, 20. März 2012

**Zeit:** 19.30 Uhr

**Ort:** Hotelfachschule Thun, Mönchstrasse 37, 3600 Thun (gegenüber Hotel Seepark)

**Eintritt frei**