



ofa bamberg

Sich selbst managen – Tipps für die Ödemtherapie

09. – 10. Juni 2022

Seminar für Selbsthilfegruppen

Schlosshotel Kassel Wilhelmshöhe
Schlosspark 8
34131 Kassel

Veranstaltungsort

Schlosshotel Kassel Wilhelmshöhe
Schlosspark 8, 34131 Kassel
Tel +49 (0)561-3088-0
www.schlosshotel-kassel.de
info@schlosshotel-kassel.de

Teilnahmegebühr

79,- Euro inkl. gesetzl. MwSt.

Tipp:

Die Kosten unserer Veranstaltung können Sie sich anteilig über die gesetzlichen Krankenkassen fördern lassen.

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an:

Ofa Bamberg GmbH
Elke Golly
Laubanger 20, 96052 Bamberg
Tel. + 49 951 6047-134
Fax + 49 951 6047-250
golly.elke@ofa.de

Freitag, 09.06.2023

- Ab 12.00 Uhr** Come Together
- 12.30 Uhr** Begrüßung mit virtueller Betriebsbesichtigung
Michaela Lundius
- 13.00 Uhr** Kennenlernen mal anders – Meet & Speak
Michaela Lundius
- 14.00 Uhr** Ernährung bei Lipödem – Was ist richtig?
Workshop
Andrea Barth
- 15.00 Uhr** Pause
- 15.45 Uhr** Bellicon Trampolin – Schwung für das Lymphsystem
Jonas Beuke
- 16.15 Uhr** Die positiven Auswirkungen von Yoga auf Lymph- und Lipödem
Martina Heldt
- 16.45 Uhr** Entstauungsgymnastik im Freien (Katja Wagner) **oder** Stuhlyoga mit Atemübungen für jeden Tag (Martina Heldt) **oder** Belliconübungen (Jonas Beuke)
- 18.00 Uhr** Ende

Samstag, 10.06.2023

- 9.00 Uhr** Brustkrebsvorsorge – Was ist zu beachten?
Claudia Horrer
- 10.00 Uhr** Circle of Influence – Was und wie ich es beeinflussen kann
Michaela Lundius
- 10.45 Uhr** Pause
- 11.30 Uhr** Intermittierende Kompression – Wie die Heimtherapie die KPE unterstützt
Beate Wenzel-Leisgang
- 12.15 Uhr** Wie reagiere ich auf verbale Attacken?
Workshop
Isabel Garcia
- 13.30 Uhr** Ende der Veranstaltung

Referent*innen



Andrea Barth
Diplom Oecothrophologin
Hirschlandstr. 93
73730 Esslingen



Jonas Beuke
Bellicon Europe GmbH
Schanzenstraße 6-20
51063 Köln



Martina Heldt
Heilpraktikerin für Psycho-
therapie/Yogalehrerin
Kolonistenweg 11
24876 Hollingstedt



Katja Wagner
Leitung SHG Lily Turtles
Am Glockenberg 39
29308 Winsen (Aller)



Claudia Horrer
Amoena Deutschland
Kapellenweg 36
83064 Raublingen



Beate Wenzel-Leisgang
FMT Medizintechnik GmbH
Laubanger 23
96052 Bamberg



Isabel Garcia
Autorin und Sprecherin
Justdiek 6
24145 Kiel



Michaela Lundius
Ofa Bamberg GmbH
Leitung Kunden-
und Vertriebsseminare

Anmeldung

zum Seminar für Selbsthilfegruppen vom 09. bis 10.06.2023
(bitte in Druckbuchstaben ausfüllen):

Name/Vorname

Straße

PLZ/Ort

Telefon

E-Mail

Bitte beachten Sie:

Die Kosten für die Unterkunft sind von den Teilnehmern selbst zu tragen. Wir bitten Sie benötigte Zimmer selbstständig zu buchen. Hierfür haben wir ein Zimmerkontingent mit Sonderkonditionen im Veranstaltungshotel reserviert. Die Zugangsdaten für das Zimmerkontingent erhalten Sie mit Ihrer Anmeldebestätigung von uns. Vielen Dank!

Ich nehme an

- der Entstauungsgymnastik **oder**
- dem Stuhlyoga **oder**
- den Belliconübungen teil.

Senden Sie ihre Anmeldung direkt per E-Mail an uns:

→ **Jetzt anmelden**