

8. Mittagspause (12:50 Uhr)

Essen, Austausch und Walk & Talk

Vorsitz:

Pauline Fleck, Dr. med. Gerd Ehrhardt

9. Fachvortrag (13:50 Uhr)

Dr. Michael Utech (Hannover)

Der unspezifische Rückenschmerz – Möglichkeit und Notwendigkeit einer bewegten Begegnung (anschließend Gang zu den Kleingruppen I-IV)

10. Reflexion in den Kleingruppen I – IV (14:30 Uhr)

Impulse aus dem Gesundheitsgespräch und den Fachvorträgen.

Gruppe I **Kohärenzsinn:** L. Janus(Heidelberg), Chr. Riebartsch Biedenkopf), Andreas See (Dodenau/Eder)

Bin ICH zufrieden mit meinem Leben?

Gruppe II **Verstehbarkeit:** G. Ehrhardt, B. Beisenherz (Marburg)

Verstehe ICH was gerade passiert?

Gruppe III **Handhabbarkeit:** F. Heidler, M. Utech
Habe ICH die richtigen Ressourcen?

Gruppe IV **Sinnhaftigkeit:** S. Splettsen, M. Martin (Marburg)

Was brauche ICH in meinem Leben?



interaktiv

11. Resümee und Ausblick – Gedanken zur Tagung (16:20 Uhr)

Berichte aus den Kleingruppen

12. Verabschiedung (17:00 Uhr)

Anmeldung

Zu empfehlen ist eine vorherige Anmeldung bei Frau Petra Schweiger unter:

martha.langer@icloud.com

Jedoch sind auch spontan Entschlossene herzlich willkommen. - Für bescheidene Verpflegung in der Mittagspause ist gesorgt. Die Veranstaltung ist mit den Linien 7 und 9 erreichbar.

Veranstalter

Die Veranstalter sind die Entwickler der Wartburggespräche von 1992 bis 2017 (Schüffel: Medizin IST Bewegung und Atmen; Halle, 2009; Schüffel/Hrsg.: Wartburgphänomen Gesundheit; Halle, 2012).

Teilnahme

Die Teilnahme an der Gesamtveranstaltung ist **kostenlos**. Lediglich im Falle einer Zertifizierung durch die Hessische Landesärztekammer (LÄKH) mit 8 Punkten muss eine Bearbeitungsgebühr von € 30 bezahlt werden:

**DE46513400130220559900 (Commerzbank);
Psychotherapie Aus- und Weiterbildungsstätte
Marburg-Kassel-Gießen**

Ihr **Prof. em. Dr. med. Wolfram Schüffel**

ehem. Leiter der Klinik und Poliklinik für Psychosomatik im Zentrum Innere Medizin

Fachbereich Humanmedizin

Philipps-Universität Marburg

Kontaktdaten

Martha.langer@icloud.com



4. Marburger Gesundheitsgespräch

Von der Wiege zur Bahre:

**Zuhören. Mitmachen. Diskutieren.
Mitnehmen.**



Anregung für ein gesundes Leben

Samstag 09. November 2019

Universitätsklinik Lahnberge. Hörsaal III. und Lehr- und Lernzentrum MARIS
Conradstraße 9, 35043 Marburg

Was ist das Marburger Gesundheitsgespräch?

Das Marburger Gesundheitsgespräch ist ein Tag für Studenten, Ärzte und alle, die sich für ein gesundes Leben interessieren. Als zentraler Punkt des Programms gibt es ein tiefgreifendes Gespräch eines Arztes mit einer freiwilligen Person aus dem Plenum über Gesundheit und deren persönliche Balance zwischen eigenverantwortlichem und professionellem Handeln. Sie als Teilnehmende können einfach zuhören, sich mit ihrer eigenen Definition von Gesundheit auseinandersetzen oder sich sogar dazu hinreißen lassen, Ihre Überzeugungen zu überdenken. In den Kleingruppen, die frei gewählt werden können, wird das Gesundheitsgespräch und die *Reflexion* des Gesundheitsgesprächs unter den Hauptpunkten der Salutogenese von Antonovsky (Gruppennamen der Kleingruppen) und unter Einbeziehung prä-/perinataler Entwicklung *diskutiert*.

Funktionelle Entspannung (FE)

Das Thema „Zuhören. Mitmachen. Diskutieren. Mitnehmen“ spannt sich als inhaltliches Netz über den gesamten Tag. Dabei hilft die zwischengeschaltete Funktionelle Entspannung (FE), die eine körpertherapeutisch orientierte Methode ist, zuvor Gehörtes oder Diskutiertes nachzuempfinden und sich ganz auf die Signale des eigenen Körpers zu konzentrieren. Es ist Ihnen überlassen, ob Sie sich im Stillen spüren wollen oder ihren Impulsen mit Bewegungen und Worten Ausdruck verleihen wollen. Im Anschluss an die Bewegungs- und Spürangebote wird die Aufmerksamkeit für das Empfundene wieder nach außen gerichtet und die eigenen Gedanken werden in die Diskussion getragen

und im Plenum geteilt. Die FE wird angeboten durch Silvia Rost (Weimar) (diesmal verhindert); bewegungstherapeutisch mitgetragen durch: Michael Utech (Hannover).

Programm: Die Inhalte der Fortbildungsmaßnahmen sind Produkt- und/oder dienstleistungsneutral gestaltet. – Potenzielle Interessenskonflikte des Veranstalters, der wissenschaftlichen Leitung und der Referenten werden in einer Selbstauskunft gegenüber den Teilnehmenden offengelegt. Die Höhe der Gesamtaufwendung beträgt 500€.

Schirmherr Dr. med. Thomas Spies

Dr. Thomas Spies ist Schirmherr der Veranstaltung und Promotor des *Aktionsprogrammes* „Marburg - Gesunde Stadt“.



Begrüßung (09:00 Uhr)

Dr. Thomas Spies
Oberbürgermeister der Universitätsstadt Marburg
Frau Cordula Schulz-Asche, MdB,
Die Grünen/90, Berlin
Prof. Dr. med. U. Gieler,

Vorsitz:
Jana Springob, Dr. med. Chr. Riebartsch

1. Überblick zum Tagungsprogramm und Einleitung des Gesundheitsgesprächs (09:20 Uhr)

 Ankommen und Einstimmen

2. Fachvortrag (09:30 Uhr)

Peter Schmidt (Marburg):
Gemeindeschwestern: 2.0 Werte und Bedürfnisse



interaktiv

3. Diskussion (09.50 Uhr)

Schon vor dem Ende des Vortrages bewegen sich FEler, Motologen, Ergotherapeuten



interaktiv

4. Gesundheitsgespräch – im Plenum (10:20 Uhr)

Dr. med. Christian Riebartsch (Biedenkopf) und eine freiwillige Person aus dem Plenum

5. Pause (11.00 Uhr)

6. Reflexion des Gesundheitsgesprächs (11.20 Uhr)

Bewegen – Beschweren – Bedeuten – Besinnen

Die Lebensparabel, in der Symptome, Krankheiten und lebensgeschichtliche Daten festgehalten werden

Bewegen: **Dr. med. Gerd Ehrhardt** (Hattersheim)

Beschweren: **Dr. med. Felicita Heidler**(Mühlhshn)

Bedeuten: **Dr. med. Sigrid Splettsen**(Bad Hombg)

Besinnen: **Dr. med. Andreas See (Dodenau)**

Lebensparabel: **Dr. med. Sigrid Splettsen**

7. Der Nächste Kleine Schritt NKS



den nächsten kleinen Schritt unter Anleitung der FE entwickeln und gehen

interaktiv