Kochkurse

Ernährungsbildung ist eine tragende Säule der praktischen Gesundheitsbildung an der Volkshochschule. Es werden Kompetenzen zu Ernährung und Essen vermittelt, welche die Gesundheit und Leistungsfähigkeit fördern.

Einsteigerinnen und Einsteiger lernen grundlegende Kochtechniken und Abläufe in der Küche kennen, Fortgeschrittene reisen kulinarisch durch fremde Länder und erfahren nebenbei Wissenswertes über Land und Leute. Außerdem vermitteln die fachkundigen Kursleiterinnen und Kursleiter Kenntnisse zur Lebensmittelkunde und zur gesunden Ernährung. Das Lernen in der Gruppe, der Austausch untereinander und das gemeinsame Essen runden jeden Kochkurs ab.

Teilnehmende werden gebeten Schürze, Geschirrtuch, scharfes Messer, Behälter für Reste sowie Schreibzeug und ein eigene Getränke mit zu bringen.

Veranstaltung "" (Nr.) ist für Anmeldungen nicht freigegeben.

241EB30306: Brustkrebs mitten im Leben - Vorbeugen, Früherkennung und Behandlung

Brustkrebs ist die häufigste Krebsdiagnose der Frau. Entwicklungen in Früherkennung und Behandlung führen insgesamt zu einer sehr hoffnungsvollen Prognose bei dieser Krebserkrankung. So leben unter uns sehr viele Frauen, die diese Erkrankung entweder ganz überwunden haben oder trotz ausgebliebene Heilung mit dieser Erkrankung weiterleben. Ein Impulsvortrag beleuchtet Vorbeugen, Früherkennung und Behandlung des Brustkrebs und erklärt die positiven Entwicklungen bei der Therapie.
Fragen der Zuhörer*innen werden im Gespräch sehr gerne beantwortet.
Der Referent, PD Dr. Klaus H. Baumann, ist Direktor der Frauenklinik am Klinikum der Stadt Ludwigshafen am Rhein gGmbH.

Beginndatum: Donnerstag, 23.05.2024, 18.30 Uhr

Baumann PD Dr. Klaus H.

Details Kurstage Anmelden In den Warenkorb Empfehlung

241EB30308: Herausforderung Schulterbeschwerden - Welche Therapiemöglichkeiten gibt es?

Die Schulter ist ein faszinierendes Gelenk, das eine enorme Bewegunsfreiheit und Leistungsfähigkeit entfaltet. Die rein weichteilige Gelenkführung macht es jedoch anfällig für verschiedenste Beschwerden. In diesem Vortrag wird von muskulärem Ungleichgewicht bis hin zum Gelenkverschleiß (Arthrose) auf verschiedene Beschwerdeursachen eingegangen. Dabei werden innovative Therapieansätze sowie aktuelle Erkenntnisse aus der Trainingstherapie und moderne operative Verfahren beleuchtet.
Schulterspezialist PD Dr. med, Boris Sowa ist ab April 2024 Leitender Arzt am Internationalen Zentrum für Orthopädie in der Atos Klinik Heidelberg.

Beginndatum: Donnerstag, 06.06.2024, 18.30 Uhr

Sowa PD Dr. Boris

Details Kurstage Anmelden In den Warenkorb Empfehlung