

**Ort:** Krankenhaus Oststadt-Heidehaus  
Podbielskistr. 380  
30659 Hannover

**Beginn:** 18.00 Uhr (Personalspeiseraum)

Für Mitglieder ist der Eintritt zu Vorträgen frei  
Über eine Spende von Nichtmitgliedern freuen wir uns!

Nehmen Sie teil am **Lungensport** beim  
SFB Hannover in der  
Sophienschule, Seelhorststr. 8

montags und mittwochs jeweils  
16.00 - 17.00 Uhr  
17.00 - 18.00 Uhr

Auskünfte erteilen:

Frau Sylvia Fischer - Tel.: 0511 / 497 781  
Frau Conny Müller - Tel.: 0511 / 123 7565

Unsere **Selbsthilfegruppe in Hannover** trifft  
sich jeden **dritten** Donnerstag im Monat von  
17.00 bis 19.00 Uhr im Krankenhaus Ost-  
stadt- Heidehaus.

Unsere **Selbsthilfegruppe in Neustadt** trifft  
sich jeden **ersten** Donnerstag im Monat von  
17.00 bis 19.00 Uhr in der Praxis Linden-  
blatt/ Laue in Neustadt a. Rbg.

**Werden Sie Mitglied der  
Patientenliga Atemwegserkrankungen e.V.**

**Auskünfte erteilen:**

**Detlef Henning**  
Tel.: 05032 / 964 413

**Michael Wilken**  
Tel.: 05130 / 5838 577

E-Mail: [pla-hannover@t-online.de](mailto:pla-hannover@t-online.de)

und die

**Geschäftsstelle der Patientenliga  
Atemwegserkrankungen e.V.**

Berliner Straße 84, 55276 Dienheim  
Tel.: 06133 / 35 43

Fax: 06133 / 92 45 57

Montag bis Donnerstag  
von 8.30 – 13.30 Uhr

E-Mail:

[pla@patientenliga-atemwegserkrankungen.de](mailto:pla@patientenliga-atemwegserkrankungen.de)

Schauen Sie auch auf unsere Homepage.

[www.patientenliga-atemwegserkrankungen.de](http://www.patientenliga-atemwegserkrankungen.de)

**Besuchen Sie unser Internet-Forum  
„Asthma“ und „COPD“**

**Programm  
des  
Ortsverbandes  
Region Hannover**

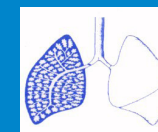
**Selbsthilfe  
schafft  
Lebensqualität**

**Termine und Themen  
2. Halbjahr 2011**

Mit Unterstützung der



**Unser Ziel ist die Verbesserung  
Ihrer Lebensqualität**



**Donnerstag, 06.10.2011, 18.00 Uhr**

### **Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung**

Für den juristischen Laien ist es nicht immer einfach, die verschiedenen Instrumente der Vorsorge voneinander zu unterscheiden und abzugrenzen.

Themen dieser Informationsveranstaltung sind:

Welche Bedürfnisse und Wünsche habe ich für den Fall einer sehr schweren Erkrankung und die letzte Lebensphase?

Wie kann ich diese Vorstellungen für andere verbindlich festlegen?

Wie kann ich durch eine Vorsorgevollmacht eine Person meines Vertrauens ermächtigen, für mich zu handeln, wenn ich selber dazu nicht mehr in der Lage bin?

Wie kann ich durch eine Patientenverfügung bestimmen, wie eine von mir bevollmächtigte Person in einer bestimmten Phase einer nicht mehr heilbaren Erkrankung gegenüber dem behandelnden Arzt meinen Willen zum Ausdruck bringen soll.

**Rechtsanwalt und Notar Helmut Wulfert-Markert** aus Hannover wird uns erläutern, was - besonders nach der neuen Rechtslage - zu beachten ist, wenn wir jemandem eine Vorsorgevollmacht erteilen und/oder eine Patientenverfügung verfassen wollen.

**Donnerstag, 10.11.2011, 18.00**

### **COPD und Depression**

Atemnot, ständiger Husten und die Verminderung der körperlichen Leistungsfähigkeit schränken viele Patienten mit chronischen Atemwegserkrankungen in ihren alltäglichen und sozialen Aktivitäten so stark ein, dass Vereinsamung droht und es zu Depressionen kommen kann.

Hinter den häufigen Symptomen von Erschöpfung, Konzentrationsmängeln und Schlafstörungen verbirgt sich in vielen Fällen eine massive Depression.

Mit einer gezielten Behandlung dieser Begleiterkrankung lassen sich auch diese Symptome verbessern und die Lebensqualität steigern.

Was können Betroffene und ihre Angehörigen tun, damit es erst gar nicht zu einer Depression kommt?

Was sollten sie tun, um trotz schwerer Erkrankung eine positive Grundeinstellung zu entwickeln und ein zufriedenstellendes Leben zu führen.

Darüber informiert **Michael Wilken**, Dipl.-Volkswirt, Medizinsoziologe mit psychotherapeutischer Ausbildung, Praxis für Coaching und Psychotherapie in Hannover.

**Donnerstag, 08.12.2011, 18.00 Uhr**

### **Gesunde Lebensführung bei chronisch obstruktiven Atemwegserkrankungen**

An diesem Abend sollen eine Reihe von Fragen zur gesunden Lebensweise behandelt werden:

- Wie kann ich mich bei obstruktiven Atemwegserkrankungen gesund ernähren?
- Was ist bei Reisen, insbesondere Flugreisen, zu beachten?
- Welche Bedeutung haben Schlafstörungen und was ist zu tun?
- Die überragende Bedeutung von Bewegung bei Atemwegserkrankungen. Was sollte ich mindestens tun?

Darüber hinaus haben Sie die Möglichkeit, alles zu erfragen, was Sie schon immer zu Ihrer obstruktiven Atemwegserkrankung wissen wollten. Bitte kommen Sie mit Ihren Fragen zu unserem Abend.

**Prof. Dr. med. Bernd Schönhofer**  
Chefarzt der Abteilung für Pneumologie und internistische Intensivmedizin,  
Krankenhaus Oststadt-Heidehaus,  
Klinikum Region Hannover