



## 7. SYMPOSIUM, 20.1.2018

Fachreferate & Workshops: 13.20 – 16.30 Uhr

Block 1 / 13.20 – 14.40 Uhr

**Fachreferat** Wenn's juckt, brennt und schmerzt... Lichen Sclerosus / Prof. Dr. med. Andreas Günthert

Wenn es juckt, brennt und schmerzt im Intimbereich können das Anzeichen eines Pilzes oder einer bakteriellen Infektion sein. Gehen die Beschwerden nach entsprechender (ärztlicher) Behandlung nicht weg oder kehren sie zurück, sprechen Sie Ihren Arzt auf Lichen Sclerosus an. Diagnose und Behandlungsmöglichkeiten

**Praxis-Workshop** Lebensqualität trotz(t) Selbstkatheterismus / Miriam Lefevre

### Programmänderung

Wenn die Blase Ihren Dienst nicht mehr tut, bedeutet dies für Betroffene einen Weg voller Hürden, Hindernisse und Herausforderungen.

Entspannung oder reine „Beckenbodenarbeit“ kommen hier an Ihre Grenzen.

In unserem Workshop wollen wir aufzeigen wie es (für Frau und Mann) möglich ist, trotz der Notwendigkeit von instrumenteller Harnableitung selbstbestimmt zu leben und zu entleeren.

**Praxis-Workshop** Entspannung im Beckenraum – wenn die Vitalität verkrampft! / Cordula Haselwander

In diesem Workshop geht es um praktisches Erfahren: Wir machen Übungen zur Wahrnehmung, Entspannung und Vitalisierung des Beckenbodens und des Beckenraumes. Die Idee ist - sowohl in isolierten als auch in kombinierten Übungsformen - den Beckenboden und den Beckenraum in einem umfassenden und nicht ausschließlich funktionalen Zusammenhang zu integrieren und zu erfahren. In der abschliessenden Gesprächsrunde sollen Gedanken und Ideen ausgetauscht werden.

**NEU ! Sprechstunde mit Dr. med. Karin Scheurich und Christine Kaffer**

Fallbeispiele und Fachaustausch in der kleinen Gruppe besprechen, max. 8 Teilnehmer

In dieser neuen Sprechstunde bietet sich die Gelegenheit fachliche Fragen von Patienten/Patientinnen oder von sich selbst an unsere beiden Expertinnen Dr. med. Karin Scheurich und/oder Christine Kaffer zu stellen.

**Fachreferat Reconnect the disconnect** / Bernd Scharwies

Wir glauben Erfahrungen zu machen, doch die Erfahrungen machen uns!

Impulse und Einsichten zum Thema innere und äußere (Körper-) Haltungen und deren Auswirkungen auf unser Fasziensystem.

Die Anliegen von Bernd Scharwies: Menschen mit seinen Händen und Worten berühren, Faszientechiken als Dialog vermitteln, Körperlesen als wertschätzende Unterstützung für die Klienten zu verstehen.

**Praxis-Workshop Das Becken – unsere “Zentrale” der Lebenskraft** / Aline Jeker

**AUSGEBUCHT**

Aktivieren, verteilen und kultivieren unserer Lebenskraft. Eine energetisierende Fusion aus Tanz, Atmungsübungen, Energiearbeit und Beckenbodentraining.

Mittels spezifischen Pranayamas (Atemübungen) öffnen wir Räume und Kanäle und aktivieren unsere Energie (Chi oder Prana). NIA tanzend lassen wir die Energie durch den ganzen Körper strömen. Von der Erde durch Füße und Beine in Deine wunderbare Beckenschale. Von dort aus hochsprudelnd über unser Herz in den ganzen Oberkörper, Rumpf, Arme und Kopf. Du fühlst Deinen Körper zwischen Erde und Himmel und in der Mitte Dein Becken als starkes Zentrum und sicheren Anker. Mit einschlägigen Beckenbodenübungen sammeln wir die frei gesetzte Energie in unserer Körpermitte ein und "speichern" sie dort ab.

Erfreue Dich an Deiner starken und erfüllten Körpermitte.

**Praxis-Workshop Beckenboden loslassen – Schmerzen (in der Sexualität) reduzieren** / Anke Kindermann

**AUSGEBUCHT**

Durch eine rechtzeitige Behandlung und gezielte Beckenbodenübungen kann eine eventuelle Vulvodynie erspart bleiben und/oder Chronic Pelvic Pain speziell behandelt werden. Symptome, die der Lichen Sclerosus mit seinen Gewebeveränderungen hervorruft, werden mit gezielten, sanften Bewegungen weniger dominant und Betroffene können wieder ein lustvolleres Leben führen.

**NEU ! Sprechstunde mit Dr. med. Karin Scheurich und Christine Kaffer**

**AUSGEBUCHT**

Fallbeispiele und Fachaustausch in der kleinen Gruppe besprechen, max. 8 Teilnehmer

In dieser neuen Sprechstunde bietet sich die Gelegenheit fachliche Fragen von Patienten/Patientinnen oder von sich selbst an unsere beiden Expertinnen Dr. med. Karin Scheurich und/oder Christine Kaffer zu stellen.