

Seminartag

„Hygiene“

am 19. Januar 2018 in Duisburg

Kurzbeschreibung Workshops

Workshop A

Hygiene rund um Zahn und Mund

Dr. Peter Schmidt, Lehrstuhl und Abteilung für Behindertenorientierte Zahnmedizin, Universität Witten/Herdecke

Das Zähneputzen sollte als fester Bestandteil zu unserer täglichen Körperhygiene gehören, selbst wenn dies durch körperliche oder andere Einschränkungen erschwert wird. Einige dadurch entstehende Schwierigkeiten werden wir in diesem Workshop praxisnah besprechen. Mit Tipps und kleinen Tricks sollen Hilfestellungen angeboten werden, um auch im Mund sauber und gesund zu bleiben.

TeilnehmerInnen des Workshops werden gebeten, ihre eigenen Zahnpflegeprodukte (wie z. B. eigene Zahnbürste, Zahncreme) von zu Hause mitzubringen.

Workshop B (Frauenrunde)

Workshop C (Männerrunde)

Körperhygiene und Sexualität – Sauber ist sexy!

Stephanie Kösters, Jan Pellens, Kultur- und SexualberaterIn

Sich zu waschen und seinen Körper zu pflegen ist nicht nur gesund, sondern macht auch ein gutes Gefühl. Für uns selber und auch für andere. Denn sauber ist auch sexy. Wenn unser Körper sauber ist, werden wir nicht so schnell krank. Außerdem riechen wir dann gut.

Wie wir unseren Körper waschen und pflegen, schauen wir uns gemeinsam in diesem Workshop an. Dabei geht es auch um die Sauberkeit bei der Sexualität – vorher, dabei und danach.

Workshop D

Den unsichtbaren Mitbewohnern auf der Spur ...

Marion König, Hauswirtschaftsleiterin und Hygienebeauftragte, VIA-Integration gGmbH

Ohne diese kleinen Mitbewohner – sie heißen Mikroorganismen – ist das Leben nicht vorstellbar. Wir sind umgeben von ihnen und denken nicht daran, weil sie unsichtbar sind. Aber:

- Wer oder was sind diese Mitbewohner?
- Sind sie gefährlich?
- Wie kann ich mich vor krankmachenden Mitbewohnern schützen?

Im Workshop wollen wir gemeinsam diesen und weiteren Fragen auf den Grund gehen: wir gehen auf „Spurensuche“, lernen den richtigen Umgang mit den unsichtbaren Lebewesen und lernen ganz praktisch, wie wir uns vor Krankheiten schützen können.

Gefördert im Rahmen der krankenkassenindividuellen Selbsthilfeförderung von:

