

„Mittwochsinfo – gut zu wissen“ (WiSe 2024/25)

Die Mittwochsinfo – ein kurzer Input in der Mittagszeit – gibt einmal im Monat einen kurzen, halbstündigen Überblick zu Themen aus den Feldern Gesundheit, Vereinbarkeit und Gleichstellung.

Wechseljahre: Wenn die Hormone tanzen (Britta Scholten, Wechseljahresberaterin, www.wechselwiese.de)

In diesem Impulsvortrag erhalten die Teilnehmer_innen einen Überblick über die hormonellen Veränderungen in den Wechseljahren. Typische Symptome werden vorgestellt und einige Behandlungsansätze besprochen. Mit diesem Wissen ist bereits der erste Schritt getan, um gut, gesund und gelassen durch die Wechseljahre zu kommen – oder Frauen im eigenen Umfeld zu begleiten. Eine Studie der Uni Göteborg hat nachgewiesen, dass Frauen, die mehr über die körperlichen Veränderungen während der Wechseljahre wissen, weniger unter Symptomen leiden. Dieser Vortrag ist aber nicht nur für Frauen! Inhalte: Der weibliche Zyklus und die hormonellen Stammspieler, Prä-, Peri- und Menopause – Begriffsklärung, hormonelle Veränderungen in den einzelnen Phasen und damit verbundene Symptome.

16. Oktober 2024 11:45 bis 12:15 Uhr via ZOOM
Anmeldung über das [BGM Anmeldeportal](#)

Aktuelles aus der Personalabteilung (Carina Helling, Personalreferentin)

Frau Helling wird in ihrem Vortrag auf aktuelle Themen aus der Personalabteilung eingehen. Fragen, die aus der Belegschaft regelmäßig an die Personalabteilung herangetragen werden, sollen erläutert werden.

13. November 2024 11:45 bis 12:15 Uhr via ZOOM
Anmeldung über das [BGM Anmeldeportal](#)

Thema Opferschutz: Die Opferhilfe Niedersachsen stellt ihr Angebot vor (Opferhilfebüro Oldenburg, Stiftung Opferhilfe Niedersachsen)

Oft ändert sich für die von Straftaten betroffenen Personen Vieles und sie fühlen sich mit Fragen und Problemen alleine. Hier greift das Unterstützungsangebot der Opferhilfe Niedersachsen: Fachberater_innen bieten Orientierung, informieren vertraulich über Rechte und Verfahrensabläufe und helfen im Umgang mit Behörden und Gerichten. Im Vordergrund stehen dabei individuelle Hilfsangebote sowie eine umfassende Beratung und Begleitung.

04. Dezember 2024 13:00 bis 13:30 Uhr via ZOOM
Anmeldung an: gleichstellungsbeauftragte@jade-hs.de

Gemeinsam gegen Blutkrebs - DKMS Stammzellenspende (Mareike Sprock, Gleichstellungsstelle)

Alle 27 Sekunden erhält irgendwo auf der Welt ein Mensch die Diagnose Blutkrebs, und viele dieser Menschen sind auf Stammzellenspenden angewiesen. Allerdings finden nur 30 Prozent der Patient_innen den oder die passende_n Spender_in in der Familie. Die DKMS setzt sich dafür ein, dass alle Blutkrebspatient_innen, die eine lebensrettende Stammzelltransplantation benötigen, ihr passendes "Match" finden – und wir können dabei helfen! Neben Informationen zu Blutkrebs, zur DKMS-Registrierung und zum Ablauf einer Spende kommen auch Spender und Empfänger selbst zu Wort.

Jede neue Spenderin und jeder neue Spender könnte Leben retten!

22. Januar 2025 13:00 bis 13:30 Uhr via ZOOM
Anmeldung an: gleichstellungsbeauftragte@jade-hs.de

Eingeladen sind alle Hochschulangehörigen; die von den Vorgesetzten genehmigte Teilnahme wird als Arbeitszeit angerechnet.