

Vorträge

10.25 Uhr - 11.00 Uhr

„Schlaganfall“ -

nur etwas für alte Leute?

Referent: Prof. Dr. Klaus - Dieter Böhm

11.15 Uhr - 11.45 Uhr

„Wenn die Pumpe schlapp macht“

Referent: Prof. Dr. Holger Nef

12.00 Uhr - 12.30 Uhr

Alltagsbetreuung & Pflege so lange wie möglich zu Hause

Kosten & Finanzierung
der Pflege zu Hause

Referentin: Martina Stamm
PROMEDICA PLUS

13.30 Uhr - 14.00 Uhr

Die Rotkreuzdose

Kleine Dose - große Hilfe

Referent: Christian Steinmüller vom DRK

14.15 Uhr - 14.45 Uhr

Gutes Hören als Lebensqualität

Referent: Steffen Pohl - Hörakustikmeister

15.00 Uhr - 15.45 Uhr

Besser vorsorgen - Wichtiges zu Vollmacht und Testament

Referent: Jens - Oliver Müller
Rechtsanwalt und Notar

16.15 Uhr - 16.45 Uhr

Fit und Vital

durch gesunde Ernährung

Referentin: Anna Schmitz
Ernährungswissenschaftlerin
Master of Science

IM GESUNDHEITSPARCOURS

KOSTENLOSE GESUNDHEITSCHECKS

Mitmachen lohnt sich für Ihre Gesundheit!

Besuchen Sie die verschiedenen Stationen
und lassen Sie sich kostenlos durchchecken!

Ultraschalluntersuchung der Halsschlagader

Alltags-Fitness-Test

Hörtest

Augen: Sehtest, Augendruckmessung,
Überprüfung der Sehleistung,
Screening auf Auffälligkeiten

Mini Check: Blutdruck, Blutzucker, Puls

Kurze Anwendungen im Bereich
Hüft-, (Beckenschiefstand) und
Wirbelsäulenausgleich

Fahrsicherheitstest

Reaktions -, Koordinations -,
Konzentrations und Konditionstest

Körperfettmessung mit Risikobewertung,
BMI - Bestimmung und - Beratung

Testen von Therapieformen
zur Schmerzlinderung

2. HÜTTENBERGER

SENIOREN GESUNDHEITSMESSE

„GESUND LEBEN
UND ÄLTER WERDEN“



Samstag, 19. Oktober 2019

von 10.00 Uhr - 17.00 Uhr

im Bürgerhaus Rechtenbach,
Im Saales 2

Eintritt frei

KOSTENLOSE AKTIONEN AUF DEM PARKPLATZ

Als Besonderheit ist an diesem Tag das Institut für Gerontologie der Universität Heidelberg mit Dr. Christoph Rott und sein Team zu Gast mit dem „Alltags - Fitness -Test“.

Sie können dort testen, ob Sie auf dem richtigen Weg für ein selbstständiges Leben im Alter sind.

30 Aussteller,
Mitmachangebote, Standaktionen,
Gewinnspiele, Fachvorträge,
Gesundheitschecks, Informationen,
und Beratungen

Für das leibliche Wohl ist durch den Förderverein der Diakoniestation mit Bockwurstchen, Brötchen, Kartoffelsalat, Kaffee und Kuchen bestens gesorgt.

Die hierdurch erzielten Einnahmen kommen der Diakoniestation Hüttenberg zugute.

Wir laden alle älteren Bürgerinnen und Bürger, aber auch Angehörige und Interessierte ein, sich einen Tag lang mit dem Thema Gesundheit auseinanderzusetzen.

Unter dem Motto
„Gesund leben und älter werden“
veranstaltet die Gemeinde Hüttenberg die 2. Senioren - Gesundheitsmesse.

Um **10.00 Uhr** eröffnet
Bürgermeister Christof Heller die
Senioren - Gesundheitsmesse.

Der Chor „Frauentöne Hüttenberg“
umrahmt die Eröffnung musikalisch.

Bei freiem Eintritt erwartet Sie ein interessantes Programm mit Informationen zu vielen Themen rund ums Älterwerden, wie Gesundheit, Wohnen, Pflege und Ernährung.

Hörmobil
Hörtest, Beratungen,
Informationen



Sehtest Mobil
Messen, prüfen, testen



Sehmobil
Hilfsmittel, Alltagshelfer,
Sehhilfen



**Rettungswagen
DRK Wetzlar**
Besichtigung



Im Bürgerhaus

Fahrsimulator

3 - Minuten -Test der Reaktion und Fahrsicherheit im Straßenverkehr

