

Gesund, mobil und sicher im Alter

Die Gesundheitsbranche mit den Peripheriebereichen Ernährung, Sport, Fitness und Wellness wächst immer noch stark, weil der gesellschaftliche Trend zu „ewiger Jugend“ ungebrochen anhält: 60 ist das neue 40!

Die Verbraucher verlangen Transparenz bevor sie sich für einen Kauf entscheiden oder eine Dienstleistung in Anspruch nehmen.

„In jeder Lebensphase gesund zu bleiben und am Leben teilzuhaben ist ein zentraler Wunsch aller Menschen – auch im Alter.“

Der Dauner Gesundheitstag „Daun – fit und mobil“ ist an diesem Tag wieder regionaler Marktplatz für das Thema Gesundheit. Besucherinnen und Besucher haben die Möglichkeit, sich in den Fachvorträgen und bei Ausstellern zu informieren.



Aussteller

ABS Weiler GmbH – mit Sicherheit!

Wir beraten Sie individuell und präsentieren Lösungen zum Schutz vor Einbruch und Brandschäden.

Adler Apotheke Daun

Beratung in allen Fragen rund um Ihre Gesundheit sowie Blutdruckmessung und Bestimmung Blutzuckerwert. Mit Unterstützung und Beratung durch die Firmen Schwabe (pflanzliche Arzneimittel) und Orthomol (Nahrungsergänzungsmittel)

Bürger für Bürger e. V.

Der Verein sorgt für Mobilität von Seniorinnen und Senioren, durch Fahrten mit privaten PKWs zum Arzt, zum Einkauf oder zu besonderen Zielen. Zusammen mit der Ortsgemeinde Sarmersbach wird ein Bürgerbus betrieben.

Capio Mosel-Eifel-Klinik

In Kooperation mit der Deutschen Venen-Liga e. V. checken wir Ihre Venen.

Dauner & Dunaris Quellen GmbH & Co. KG

Aus 8 hauseigenen Mineralquellen wird das natürliche Mineralwasser gefördert und mit Liebe, Fachkenntnis und Sorgfalt direkt an den Quellen abgefüllt. Es ist auch die gesunde Basis für die hauseigenen fruchtigen Erfrischungsgetränke.

Laufschule Schritt für Schritt

Theoretische Einführung und Praxisübungen zum Laufen ohne Fehlhaltungen und ohne übermäßige Belastung. Laufen ist eine der effektivsten Methoden, die körperlichen und seelischen Negativfolgen des Älterwerdens zu vermeiden und zu lindern.

Haus der Gesundheit

Infos zu Fußpflegeangeboten im Alter sowie über die vielfältigen Möglichkeiten im Bereich Krankengymnastik/Physiotherapie für jedes Alter ...



Kneippverein Daun

Wandern, Radfahren, Schwimmen, Walken oder sanfte meditative Bewegungsformen aus fernen Ländern – es gibt viele Möglichkeiten, genau das Richtige für mehr Entspannung, mehr Beweglichkeit und Freude im Leben zu finden. "Kneipp" bedeutet Bewegung sinnvoll in den Alltag zu integrieren und damit Ausdauer, Koordination und das Herz – Kreislauf – System zu stärken.

Krankenhaus Maria-Hilf

Die Abteilung Orthopädie stellt sich vor.

Nephrocare Daun, Dialyse

Informationen über die modernen Dialysetherapien

Optik & Akkustik Mayer

Vorführung vergöbernde Sehhilfen, Lupen und Kantenfalterbrillen für das Leben im Alter

Polizei Rheinland-Pfalz

Sicherheit für Senioren

R+V Versicherung

Pflegebedürftigkeit kann jeden treffen - unabhängig vom Alter. Die gesetzliche Pflegeversicherung stellt nur eine Grundversorgung dar, daher ist eine private Vorsorge sinnvoll. Auch für eine private Krankenzusatzversicherung bei Kassenpatienten gibt es individuelle Lösungen, um beim Arzt auf die beste Versorgung zurückgreifen zu können. Außerdem informieren wir über unsere attraktiven Mitgliederkonditionen. Wir freuen uns auf Sie!

Sanitätshaus Wittlich GmbH

Versorgen und Umsorgen – Immer in Ihrer Nähe, Sicherheit im Alter. Die neuesten Scooter und Rollatoren sind zum Testen vor Ort.

Tanzschule Vulkaneifel

Tanzen beeinflusst und verbessert nachweislich die Hirnleistung und fördert Körper, Geist und Seele. Tanzkurse gibt es ab 4 Jahre, für Singles oder Paare.

Teleropa – ihr kompetenter Ansprechpartner

Fachmarkt für Unterhaltungs- und Hauselektronik mit individueller Beratung z.B. zu Telefonen mit großen Tasten, Fernsehern mit extra-lautem und deutlichem Ton, leicht zu bedienenden Radios oder auch gewichtsoptimierte Staubsauger oder energiesparende Haushaltsgeräte. E-Bikes der Firma TechniBike können getestet werden.

Selbsthilfegruppen SEKIS Trier (Demenz)

Die Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle e. V. ist in Fragen der Selbsthilfe u.a. zuständig für den Vulkaneifelkreis und unterstützt hier die Selbsthilfestrukturen. Seit 28 Jahren existiert das Kontaktbüro Pflege Selbsthilfe, das sich an pflegende Angehörige richtet und sich Ihnen gerne vorstellt.

VHS Daun

Tipps und Anregungen, worauf Sie beim Online-Einkauf und bei der Nutzung des Internets achten sollten ...

Wohnkonzept GmbH

Das "WohnenPlus" Konzept ermöglicht ein lange selbstbestimmtes Leben im Alter. Beim Wohnen-Plus in Daun entstehen auf dem Gelände der ehemaligen Thomas Morus Kirche 50 Wohnungen und eine Arztpraxis, verteilt auf vier Baukörper. Die Wohnungen werden im KfW-55-Standard erstellt, verfügen über Aufzüge und Tiefgaragenstellplätze und sind barrierearm gestaltet.



DAUN fit und mobil

12. Gesundheitstag in der Verbandsgemeinde Daun im GesundLand Vulkaneifel

Sonntag, 2. September 2018

von 11:00 bis 17:00 Uhr · FORUM DAUN



Thema
**»Gesundheit,
Sicherheit
& Mobilität«**

- Vorträge
- Bewegung
- Infostände



Liebe Bürgerinnen und Bürger,
liebe Gäste des GesundLand
Vulkaneifel,

„Schön dass alles geregelt ist“

Wir Menschen werden älter! Das erfüllt uns einerseits mit Dankbarkeit – macht uns aber vielleicht auch etwas unsicher. Können wir wirklich gut versorgt unseren Lebensabend genießen? Gesundheitliche Einschränkungen und Herausforderungen machen es nötig, rechtzeitig Vorsorge zu treffen! So können wir die Verantwortung für unser Leben vollständig tragen und dies ganz nach dem Motto: „Schön, dass alles geregelt ist!“ Vereine, Institutionen, Organisationen und Selbsthilfegruppen präsentieren sich und informieren über die Vielfalt der unterschiedlichen Hilfen und Beratungsangebote. Vorträge, Workshops und Mitmachaktionen runden die Veranstaltung ab. Mit unseren Referenten und Ausstellern haben wir ein abwechslungsreiches Programm aufgestellt. So können z. B. weitsichtige Regelungen und umfassende Informationen in Bezug auf Testament, Patientenverfügung und Betreuungsvollmacht, ebenso wie die finanzielle Vorsorge große Erleichterung und Zufriedenheit bringen. Das Ziel des Gesundheitstages ist es, Ihnen individuelle und praktische Anregungen zu geben – für ein beherztes Handeln statt zögerliches Abwarten! Informieren Sie sich über die Vielfalt der unterschiedlichen Hilfen und Beratungsangebote.

Werner Klöckner
Werner Klöckner

Bürgermeister der Verbandsgemeinde Daun

Programm

11.00 – 11.15 Uhr

Begrüßung und Eröffnung durch Herrn Werner Klöckner, Bürgermeister der VG Daun
mit musikalischer Begleitung der „Swinging Ladies“ (Saxophon-Quartett der Musikschule Vulkaneifel e. V.)

11.30 – 12.00 Uhr

Impfschutz im Alter ab 50 Jahren? Unbedingt!
Ltd. Med. Dir. Dr. Volker Schneiders, Amtsarzt u. Facharzt Dermatologie und Venerologie, Leiter Gesundheitsamt Daun

12.00 – 12.30 Uhr

Nierenkrank im Alter – gut weiterleben dank moderner Dialysetherapien
Dr. Achim Bous, Facharzt für Innere Medizin, Nephrocare Daun, Dialysen

13.30 – 14.30 Uhr

Sicherheit für Senioren: Einbruchschutz, Haustürgeschäfte, Betrug am Telefon und im Netz, allgemeine Verhaltensweisen
Zentrale Prävention des Polizeipräsidiums Trier

15.00 – 15.30 Uhr

Fragen zur Vorsorgevollmacht und Betreuung – und Antworten!
Dr. Martin Eimer, Notar und Stefan Kraft, Richter am Amtsgericht Daun

15.45 – 16.15 Uhr

„Wenn der Rücken schmerzt“
PD Dr. Sebastian Fürderer, Chefarzt Orthopädie u. Wirbelsäulenchirurgie Krankenhaus Maria Hilf, Daun

16.30 – 17.00 Uhr

„Wenn die Schulter schmerzt“
Dr. Andreas Heck, Oberarzt Orthopädie und Wirbelsäulenchirurgie Krankenhaus Maria Hilf, Daun

Aktionen

11.00 – 15.00 Uhr

Venenchecks
Capio Mosel-Eifel-Klinik in Kooperation mit der Deutschen Venen-Liga e. V. und dem GesundLand Vulkaneifel

14.15 – 14.45 Uhr

„Line Dance für Beginner“
Mitmachangebot der ADTV Tanzschule Vulkaneifel (Ein Tanzpartner ist nicht notwendig!)

15.00 Uhr

„Laufen im Alter“
Theoretische Einführung und Praxisübung mit Inge Umbach, Laufschule „Schritt für Schritt“

Ganztägig

Messungen
Blutdruck und Blutzuckerwert von der Adler Apotheke

Probefahrten

mit der neuesten Roller- und Scooter-Generation auf dem Vorplatz
E-Bikes der Marke TechniBike können getestet werden!



GesundLand

Zu einer gesunden Lebensweise gehört neben einer gesunden Ernährung und einem achtsamen Umgang mit sich selbst auch ausreichend Bewegung.

Dabei ist es nicht egal, in welcher Umgebung man sich aufhält. Studien haben gezeigt, dass besonders die Bewegung in einer naturbelassenen Landschaft die Gesundheit fördert. Im GesundLand Vulkaneifel finden sich hierfür perfekte Bedingungen. Die ursprüngliche Landschaft wirkt wie ein natürliches Therapeutikum und verhilft zu mehr Wohlbefinden.

Hinzukommt, dass in der Region zahlreiche gut ausgebildete Experten an einer optimalen Gesundheitsvorsorge für Einheimische und Gäste arbeiten. Sie finden in jedem Fachbereich immer einen kompetenten Ansprechpartner, der Sie umfassend berät und alle Ihre Fragen beantwortet.

Unsere Experten arbeiten Hand in Hand, um Sie bei einer gesunden Lebensweise zu unterstützen und Ihnen zu zeigen, wie Sie auf verschiedenen Wegen auf sich und Ihren Körper achten können.

Einer dieser Partner ist die Deutsche Venen-Liga e. V., die sich in Kooperation mit der Capio Mosel-Eifel-Klinik, einer Fachklinik für Venenerkrankungen und Rezidiv-Operationen, auf dem diesjährigen Gesundheitstag präsentiert und sich ein besonderes Mitmachangebot ausgedacht hat: Angeboten werden kostenfreie Venen-Check-Ups, bei denen die Venenspezialisten innerhalb von 5-10 Minuten das Venensystem am Knöchelbereich mittels Infrarotlichttechnik untersuchen. Mögliche Venenerkrankungen können dabei frühzeitig erkannt werden. Außerdem erhält jeder Teilnehmer einen persönlichen Venenpass.

Mit unserem Newsletter verpassen Sie nicht mehr die neusten Informationen aus dem GesundLand Vulkaneifel. Jetzt anmelden!



Folgen Sie uns auf



Entdecken Sie die GesundLand-App: kostenfrei in den App-Stores



GesundLand Vulkaneifel
Tel. +49 (0)6592 951 370
info@gesundland-vulkaneifel.de
www.gesundland-vulkaneifel.de



Eine Veranstaltung der Verbandsgemeinde Daun mit freundlicher Unterstützung von:

