

Helpsen hält sich fit

Vierter Gesundheitstag am Sonntag mit Fachvorträgen und Ausstellern

HELPSEN. Alle zwei Jahre dreht sich in der Gemeinde Helpsen alles um die Themen Gesundheit, Fitness, Wellness und Pflege. Für Sonntag, 23. April, lädt die Gemeinde wieder alle Interessierten zum großen Gesundheitstag ein.

In und um das Schulgelände der IGS Helpsen können sich die Besucher von 11 bis 17 Uhr an insgesamt 22 Ständen über vielfältige Themen informieren – von Physiotherapeuten über das Mehrgenerationenhaus-Projekt bis hin zu Krankenkassen sind zahlreiche Aussteller aus der Gesundheitsbranche vertreten. Mit dieser Veranstaltung möchte die Kommune dem Gesundheitswesen in den Gemeinden Helpsen, Hesper

und Seggebruch eine Möglichkeit zur Präsentation geben, heißt es von der Gemeinde.

Darüber hinaus wird den

ganzen Tag über ein Programm mit Fachvorträgen, Vorführungen und Mitmachaktionen geboten. Auch für Fami-

lien mit Kindern gibt es einiges zu erleben, für die Kleinen werden Kinderschminken und Bastelaktionen angeboten. *kil*

Das Programm

➤ **11 Uhr:** Begrüßung und Eröffnung durch Bürgermeister Manfred Kesselring.

➤ **11.15 Uhr:** Christopher Merseburger vom Kreisaltenzentrum: Kurzinformationen zum Pflegestärkungsgesetz.

➤ **11.45 Uhr:** Vorführung Rhythmische Bewegungen für Menschen ab 50 Jahren.

➤ **12 Uhr:** Vortrag von Sarah Watermann (Pflegedienst AmбуSama) zu ganzheitlicher Versorgung im eigenen Zuhause.

➤ **12.30 Uhr:** Claudia Kuhlmann (Landkreis Schaumburg): Vorstellung der Beratungsmöglichkeiten des Pflegestützpunktes.

➤ **12.45 Uhr:** Vorführung Rhythmische Bewegungen für Menschen ab 50 Jahren.

➤ **13.15 Uhr:** Christopher Merseburger vom Kreisaltenzentrum: Kurzinformationen zum Pflegestärkungsgesetz.

➤ **13.45 Uhr:** Vortrag zur Krebsvorsorge: Lian Wang, Facharzt für Innere Medizin in Hesper.

➤ **14 Uhr:** Vorführung/Mitmachaktion Looms sports & wellness: Rückentraining.

➤ **14.30 Uhr:** Vortrag von Frank Lucht, BKK 24, zu der Aktion „Länger – besser – leben“.

➤ **15 Uhr:** Heilpraktikerin für Psychotherapie Christina Bärwolf, Vortrag: „Glauben Sie nicht alles, was Sie denken“.

➤ **15.30 Uhr:** Vorführung Rhythmische Bewegungen für Menschen ab 50 Jahren.