



Arbeitskreis Gesundheitsförderung
Landkreis Ludwigslust-Parchim
Region Parchim

10. Gesundheitsmarkt

Samstag, 13. September 2014

10.00 Uhr bis 15.00 Uhr

Kreisverwaltung in Parchim
Putlitzer Straße 25

**Alle
Angebote
kostenlos !**

*Eine Veranstaltung des Arbeitskreises Gesundheitsförderung
des Landkreises Ludwigslust - Parchim, Region Parchim,
in Zusammenarbeit u. a. mit:
Asklepios Klinik Parchim, MediClin Plau am See, DRK,
AOK Nordost, BARMER GEK, DAK Gesundheit, Polizei,
Wohlfahrtsverbänden, Vereinen, Firmen und Einzelpersonen
sowie Ämtern der Kreisverwaltung*

Programm

**Seien Sie und Ihre Kinder herzlich zum
Mitmachen eingeladen!**

auf der Rasenfläche: **Bewegungsspiele für Kinder
Springburg
Basteln mit Kürbissen**

in den Gebäuden:
**Einschätzung Ihres persönlichen
Arteriosklerose- Risikos:**

→→ Cholesterin →→ Gewicht
→→ Blutdruck →→ Blutzucker
→→ Blutfett

Durchführung von:

→→ Sehtest
→→ Hörtest
→→ Venenfunktionstest
→→ Fußabdruckmessung
→→ Test mit dem Rauchometer
→→ Alkohol- und Drogenschnelltest
→→ Beratung zur Zahngesundheit
→→ Impfberatung/Reiseimpfberatung
→→ Beratung zu Hygienefragen - Trinkwasser
→→ Beratung zum Behindertenrecht
→→ Beratung zum Betreuungsverfahren,
Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung
→→ Beratung zur Kindergesundheit

Für das leibliche Wohl sorgen:

- Lewitz- Werkstätten gGmbH Parchim
- Nachsorgeeinrichtung Dessin – Fischräucherei
- Gesundes und Schönes „Gärtnerei Grünkram“

Akteure

Asklepios Klinik Parchim
MediClin Plau am See
Diakoniewerk Kloster Dobbartin gGmbH
Lewitz Werkstätten gGmbH
Grone Bildungszentren M-V GmbH- gemeinnützig-
AOK Nordost
BARMER GEK
DAK Gesundheit
Pilzberater- Jürgen Gärtner und Lothar Strelow
Optiker Bode GmbH
Kompetenzzentrum für Menschen mit Hör- und Sehbehinderung Schwerin
Hypnosezentrum Parchim, HP Christa Leverenz und
Klangschalenthérapeutin Ines Förster
Physiotherapeutin Anika Buntrock
Orthopädietechnik- Sanitätshaus Köhler
Sanitätshaus Kowsky GmbH
Stolle Sanitätshaus GmbH & Co. KG
DRK- Blutspendedienst gGmbH Schwerin
DRK- Kreisverband Parchim e.V.
ZiP- Büro Parchim
Polizeiinspektion Ludwigslust
Aphasiker Zentrum Mecklenburg- Vorpommern e.V.
Buchhaus „Fette“ Parchim
Bürgerkomitee Südstadt e.V.
Gesundheitsnetzwerk Pro Gesundheit:
Kneipp®- Kompetenzzentrum Plau am See, Beate Möller
Feng Shui, Gladys Maria Siewert
Energetische Heilpraxis, Helga Mossbauer
Baubiologische Beratung, Birgit Pfaff
Yin Yoga, Dolores Lange
Heilpraktiker- Praxisgemeinschaft Parchim, Peter Schabbel
Kreisverkehrswacht Parchim e.V.
Lesmona Moden- LR Health & Beauty Systems
Sozialverband VdK Schwerin
SoVD Sozialverband Deutschland
UNA e.V.
Thermomix-Vertretung, Marieta Steinborn
Mitarbeiter/Innen aus der Kreisverwaltung:
Fachdienst Gesundheit
Fachdienst Volkshochschule und Kreismusikschule
Fachdienst Soziales, Pflegestützpunkt Parchim
Fachdienst Jugend, FIN- Familien-Informationen-Netzwerk
Fachdienst Gebäudemanagement und Dezentraler Service

Solitärgebäude - „Großer Saal“

10:00 Eröffnung des

10. Gesundheitsmarktes

Schirmherr Landrat Rolf Christiansen

**anschließend:
Blutspendeaktion,
vielfältige Gesundheitstests und
Mitmachangebote,
Informationsstände,
Beratungsangebote,
Vorträge,
Massagen**

Reanimationstraining für Laien

*Mitarbeiter der Abteilung für Anästhesie und Intensivmedizin
der Asklepios Klinik Parchim*

*Bei Voranmeldung unter Telefon 03871-37-1001, Frau Cieslak,
Überreichung eines Teilnehmerzertifikates*

Programm

Solitargebäude - „Kleiner Saal“ Vorträge

10:30 Diagnostik und Therapie des Schlaganfalls

Häufigkeit, Formen, Symptome, Risikofaktoren,
Diagnostik und Behandlung des Schlaganfalls
*Dr. med. Torsten Helberg, Leitender Oberarzt der
Abteilung für Neurologie und Stroke Unit,
MediClin Plau am See*

11:30 Endoprothetik

*Dr. med. Rüdiger Wenzel, Chefarzt der Abteilung für
Orthopädie und Unfallchirurgie,
Ärztlicher Direktor der Asklepios Klinik Parchim*

12:30 Darmkrebs – Vorsorge, Früherkennung, Diagnostik und Therapie

*Dr. med. Wolfram Schreiber, Chefarzt der Abteilung
für Innere Medizin und
Dr. med. Jochen Klinnert, Chefarzt der Abteilung für
Allgemein- und Visceralchirurgie, Asklepios Klinik Parchim*

13:30 Geriatrie

Eine moderne Medizin für Lebensqualität und Selbstständigkeit
bis ins hohe Alter-
Eine Herausforderung die jeden betrifft!
*Dr. med. Tobias Hess, Chefarzt der Abteilung für Geriatrie,
Asklepios Klinik Parchim*

Programm

Nebengebäude - Fachdienst Gesundheit 2. Etage

Raum 622 / Raum 623 / Raum 624

- **Blutspendeaktion**
Anmeldung und Arztgespräch

Raum 621 – Labor

- **Blutspendeaktion**
DRK Blutspendedienst M-V gGmbH Schwerin

Raum 626

ab 11:30 Uhr - alle 30 Minuten - Mitmachangebot

- **Mentales Training**
*Annegret Bretz, Leiterin Servicecenter,
Mentaltrainerin, DAK Gesundheit Schwerin*

Programm

Nebengebäude - Fachdienst Gesundheit 1. Etage

Raum 610 / Raum 611 - Zahnärztlicher Dienst

- Informationen zur richtigen Zahnputztechnik für Kinder und Erwachsene
- auf Wunsch Anfärben von Belägen und individuelle Anregungen zur Zahnpflege

Speziell für Kinder: Wissensquiz mit tollen Preisen und der Film „Kalle, Klops und Karies“

Raum 612 Jugendärztlicher Dienst

- Beratung zu gesundheitlichen Fragen bei Kindern und Jugendlichen
- Hör- und Sehtest

Raum 613

Gripeschutzimpfung und Reiseimpfberatung

Raum 614 - Betreuungsbehörde

- Beratung zum Betreuungsrecht und zur
- Erstellung von Vorsorgevollmachten und Betreuungsverfügungen
- Beglaubigung von Vorsorgevollmachten
- Informationsmaterial - Vollmacht und Patientenverfügung

Raum 615 - Sozialpsychiatrischer Dienst

- Beratung zum Behindertenrecht und Nachteilsausgleichen
- Beratung von Betroffenen und ihrer Angehörigen zur Behandlung und Bewältigung psychischer Erkrankungen
- Beratung zur Fahrtauglichkeitsuntersuchung von Berufskraftfahrern

Raum 616 - Mediathek - Vorträge laut Programm

Raum 617 - Hygiene

- Beratung rund um das Trinkwasser

Programm

Hauptgebäude - 1. Etage - Raum 102 Vorträge

10:30 Smovey - Das kleinste Fitness - Studio der Welt

Erfahren Sie etwas über das Lymphsystem, die Stimulation der Handreflexzonen und lernen Sie selbst mit praktischen Übungen das neue Fitness-Gerät kennen.
Anika Bunrock, Physiotherapeutin und Smovey- Coach, Parchim

11:30 Yin- Yoga - Einführungsstunde

Nehmen Sie teil an einer Yin-Yoga-Stunde. Yin-Yoga ist eine sanfte ruhige Yoga- Praxis mit Wirkung auf die tiefere Schicht unseres Bindegewebes. Es vermittelt ein Gefühl des inneren Friedens und wirkt beruhigend auf das Nervensystem.
Dolores Lange, Heilerin der Neuen Zeit, Raduhn

Wenn möglich, bitte Yogamatte mitbringen!

12:30 Die stationäre Schmerztherapie

Dr. med. Christian Müller-Grottrian, Chefarzt der Abteilung für Anästhesie und Intensivmedizin, Asklepios Klinik Parchim

13:30 Kneipp® zum Wohlfühlen- Anwendungen für den Hausgebrauch

Kneipp® sche Methoden erlernen und selbst ausprobieren- z.B. Wassertreten, Armbäder
Beate Möller, Kneipp®-Kompetenz-Zentrum, Plau am See

Bitte bringen Sie ein Handtuch mit!

Programm

Hauptgebäude - 2. Etage - Raum 202
Vorträge

- 10:30 Warum Kompressionsstrümpfe?**
Wie wirkt die Kompression und welche Art der Versorgung kommt für mich in Frage?
Dipl.-Ing. Peter Meier, Fachberater Phlebologie und Orthopädie, OFA Bamberg GmbH
- 11:30 Optimistisch Stress bewältigen**
Vielfältige Gesundheitsstörungen, wie Herz- und Magenbeschwerden, Unruhezustände, Schlafstörungen, Bluthochdruck und Schmerzen, werden durch Stress im Alltag hervorgerufen. Stressbewältigung (Zeitmanagement, Atemtechniken, Selbstwertstärkung, soziale Unterstützung, Genuss und Lebensfreude) ist eine Basiskompetenz, die auch Sie erlernen können um mit Erfolg und Optimismus Stress zu bewältigen.
- und**
- 12:30 Schlafstörungen**
Ein-, Durchschlafstörungen und gestörte Schlafqualität sind weit verbreitet und oft quälend. Hilflöse Versuche mit Medikamenten oder Alkohol das Schlafen zu erzwingen führen zu weiteren Problemen. Schlaf ist für das Wohlbefinden wichtig, Träume auch. Wir werfen einen Blick auf Ihre Träume und deren Bedeutung und stellen Regeln für einen gesunden Schlaf auf.
Jutta Scharf, Psycholog. Psychotherapeutin, Bereichsleiterin Sucht- und Gefährdetenilfe, Diakoniewerk Kloster Dobbertin gGmbH
- 13:30 Hypnose - eine wirksame Heilmethode**
Die Anwendung der Hypnose erstreckt sich von der Medizin bis in viele Bereiche des Alltagslebens, z.B. sportlicher Wettkampf, schulische Lernergebnisse oder die Berufswahl
Hypnose in der Medizin - *Christa Leverenz, Heilpraktikerin und*
Hypnose für das tägliche Leben - *Ines Förster, Klangschalen-therapeutin und Hypnosecoach, Hypnosezentrum Parchim*

Programm

Nebengebäude - Fachdienst Gesundheit
1. Etage - Mediathek - Raum 616
Vorträge

- 10:30 Erwerbsminderungsrente**
Annegret Bretz, Leiterin Servicezentrum, Mentaltrainerin, DAK Gesundheit Schwerin
- 11:30 Landschaft- Spiegel der Seele – Heilung durch die Kraft der Natur**
Blockaden oder alte Verletzungen, die den Energiefluss stören, werden ins Bewußtsein gebracht und mit den unterstützenden Kräften der Natur losgelassen, um wieder voller Kraft und Freude das eigene Leben zu leben
Helga Mossbauer, freiberufliche Tätigkeit in Natur- und Umweltbildung, Zietlitz
- 12:30 Wir messen Elektrosmog**
Die Strahlenbelastung verschiedener elektrischer Geräte wird gemessen. Sie erfahren, was Elektrosmog ist, was er mit uns macht und wie man gesundheitsverträglich mit der Technik umgeht
Birgit Pfaff, Baubiologische Beratung, Kreien
- 13:30 Das Leben in den Fluss bringen mit Feng Shui und energetischer Blockadenauflösung**
Gladys Maria Siewert, Dipl.- Ingenieurin und Designerin, Feng- Shui- Ausbildung, Schwerin