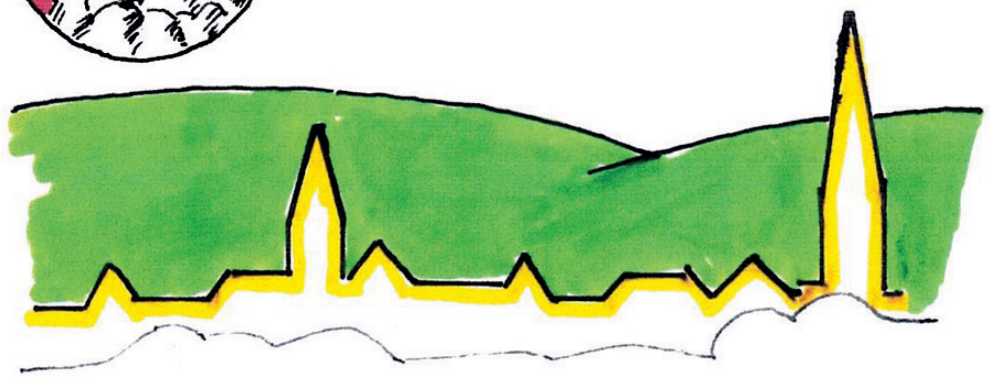
Unsere Aussteller im großen Saal des Bürgerhauses

- Lilo Beil – Gesundheitsberatung, Herxheim
- Brillen-Hammer GmbH & Co KG, Kandel
- Vera Gräßer – Fachfußpflege, Nageldesign, Kosmetik, Steinweiler
- Inge Maria Hammerschmidt – ärztlich geprüfte Gesundheitsberaterin, Pirmasens
- Klingbach-Apotheke, Rohrbach
- Martin Linke – Sehen und Hören, Bad Bergzabern
- Pflegestützpunkt Kandel
- Rheumaliga Kandel
- Schumann – Schimmelpilzspürhunde, Rohrbach
- Kobbe –Sanitätshaus, Kandel
- Turnverein Steinweiler
- Mechthild Weiß, Gutmund GmbH, Böbingen
- Völkel – Fachmarkt für Raumgestaltung, Kandel
- Sparkasse Germersheim-Kandel
- VR Bank Südpfalz

„GEMEINSAM ÄLTER WERDEN
-ZU HAUSE-IN STEINWEILER"



GESUNDHEITSMESSE

Sonntag, 19. Juni 2016, 11-18 Uhr
Bürgerhaus Steinweiler

Eröffnungsprogramm
Vorträge · Infostände
Mittagessen
Kaffee · Kuchen · Tanztee

Veranstalter: Ortsgemeinde Steinweiler

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,
verehrte Gäste,

im Oktober letzten Jahres lud die Ortsgemeinde ein zu einer Informations- und Diskussionsveranstaltung unter dem Motto **„Gemeinsam älter werden - Zuhause - in Steinweiler"**. Eingeladen waren insbesondere Mitbürgerinnen und Mitbürger mit über 60 Lebensjahren, denn diese Altersgruppe der „über 60jährigen" repräsentiert mittlerweile fast 25% unserer Einwohner. Mit dieser Veranstaltung ging die Ortsgemeinde das Thema **„Demografische Entwicklung"** aktiv an, namhafte Referenten gaben Impulse, wie das „Zuhause älter werden" organisiert werden kann – denn das Ziel vieler Seniorinnen und Senioren ist es, möglichst bis ins hohe Lebensalter zuhause in der gewohnten Umgebung eine gute Lebensqualität zu genießen.

In der Folge bildeten sich etliche **Arbeitskreise**, die mittlerweile Fahrdienste und Nachbarschaftshilfe anbieten, Vorträge zur Gesundheit abhalten, sich mit Wohnformen im Alter beschäftigen und seit einigen Wochen findet donnerstags immer ein Bürgertreff statt. Als Gemeinschaftsmaßnahme der Arbeitskreise wird nun erstmalig in Steinweiler eine **Gesundheitsmesse** veranstaltet – allerdings nicht nur für Seniorinnen und Senioren – denn: **Gesundheit geht uns alle an!**

Lassen Sie sich überraschen vom Eröffnungsprogramm, von den Vorträgen und Mitmachaktionen, von den Informationen und Angeboten der Schausteller – oder „entschleunigen" Sie beim Tanztee.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen.

Herzliche Grüße
Michael Detzel, Ortsbürgermeister

Eröffnungsprogramm:

11:00 Uhr – Eröffnung durch die Ortsgemeinde

- Gedanken der Organisatoren
- Tanzkreis Steinweiler
- Grußworte
- Zumba

Vorträge - Veranstaltungen - Aktionen

Vorträge und Mitmachaktionen - im Seniorenraum

- **13:00 Uhr** I. M. Hammerschmidt - „Arthrose, Bluthochdruck, Diabetes"
- **13:30 Uhr** Kathrin Kaiser - „Stressabbau durch Meditation"
- **14:00 Uhr** Lilo Beil - „Superfoods und grüne Smoothies"
- **14:30 Uhr** Manuela Adling - „Aufgaben und Leistungen des Pflegestützpunktes"
- **15:00 Uhr** Gerald Claus - „Bewegen statt schonen"
- **15:30 Uhr** Ilona Lautenschläger - „Bewusstheit durch Bewegung" nach der Feldenkraismethode
- **16:00 Uhr** Martina Bossmann - „Wie funktioniert der Hausnotruf?"
- **16:30 Uhr** Gerald Claus - „Gehirnjogging"
- **17:00 Uhr** Gerald Claus - „Zumba zum Schnuppern"

Was ist los - im Vereinsraum

- **ab 12:00 Uhr** - Mittagessen - Kaffee und Kuchen
- **von 16:00 - 18:00 Uhr** - Tanztee mit einer Live-Band

Programmänderung vorbehalten!

Bitte beachten Sie die Auflistung unserer Aussteller auf der Rückseite!