

## **Rollator-Training beim Gesundheitstag**

**Linden.** „Gesund altern“ lautet das Motto des 6. Geriatrischen Gesundheitstages im Lindener Zentrum für Altersmedizin und Pflege der Augusta-Klinik. Am Samstag, 14. September, 10 bis 16 Uhr, zeigen die Mediziner an der Dr.-C.-Otto-Straße 27 auf, wie man sich schon früh auf ein möglichst gesundes und aktives Leben im Alter vorbereiten kann.

Es gibt eine ganze Reihe von Vorträgen, zum Beispiel zu altersbedingten Schluckstörungen oder typischen Alterserkrankungen. Ein Vortrag widmet sich auch dem ganzheitlichen Gedächtnistraining. Beim Gesundheitstag geht es diesmal u.a. um die wichtige Vorsorgevollmacht und um einen eventuellen Zusammenhang zwischen Ernährung und Demenz. Eines der Highlights wird ein Rollator-Training der Bogestra sein. In diesem Kurz-Kurs (11 bis 13 Uhr) können die Senioren lernen, wie sie sich mit ihrer Gehhilfe in Bus und Bahn sicher bewegen können.