

Augusta-Zentrum in Linden gibt Tipps fürs Alter

„Fit ins Alter – fit im Alter“, lautet das Motto des 8. Geriatrischen Gesundheitstages, der am Samstag, 16. September, von 10 bis 16 Uhr im Lindener Augusta-Zentrum für Altersmedizin und Pflege (LiZAP) an der Dr.-C.-Otto-Straße 27 stattfindet.

Um 10 Uhr begrüßt Chefarzt Dr. Olaf Hagen die Gäste. Es folgen verständlich gehaltene Vorträge von Fachärzten über Altersmedizin, Schluckstörungen und Alterstraumatologie ebenso wie über die Versorgung nach der Krankenhausbehandlung. Von 12 bis 16 Uhr haben die Besucher dann die Möglichkeit, sich an Info-Ständen u.a. über Sturzprophylaxe und die Therapie von Gedächtnisstörungen zu informieren. Es gibt Übungen für die Fingerfertigkeit sowie Messungen von Knochendichte, Blutzucker, Blutdruck oder Quick. Auch ein kleiner Lungenfunktionstest ist möglich.

Interessierte trainieren mit Polizei und Verkehrswacht den Umgang mit dem Rollator, Musikfreunde besuchen die Gruppe „Berg & Tal“ bei einem gemeinsamen Singen.