

GESUNDHEIT BEGINNT MIT WISSEN



www.landkreis-nordsachsen.de

16.00 Uhr
PUPPENTHEATER

„Prinzessin Isabell und
der Kartoffelkönig“

Workshops
und Vorträge

Mitmachaktionen
für Groß und Klein

Gesundheitscheck
und Impfberatung

Informations- und
Beratungsstände

Entspannungs-
und Sportkurse



**KOSTENFREI
FÜR ALLE**

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Delitzsch, Richard-Wagner-Str. 7a

TAG DES GESUNDHEITSAMTES
19.03.2024 - 14:00 Uhr bis 18:00 Uhr

ANGEBOTE

Teddy-Doc (Stofftierklinik)

Erkranktes Stofftier zur Untersuchung und Behandlung mitbringen!

Gesundheitscheck

Messung von Blutdruck und Blutzucker, BMI-Ermittlung, Sehtest

Ernährungsberatung

mit Zuckerausstellung

Aktion „saubere Hände“

Richtiges Händewaschen und Überprüfung mittels UV-Lampe

Selbsthilfekontaktstelle

Wie gründe ich eine Selbsthilfegruppe? Welche Unterstützung kann ich erhalten?

Gesunde Zähne von Anfang an

Aktionen rund um die Zahngesundheit

Sozialpsychiatrischer Dienst

Wie erkennt man eine psychische Erkrankung?

Betreuungsbehörde

Wie sorge ich gut für später vor?

Psychosoziale Krebsberatungsstelle

Beratung und Unterstützungsangebote

Impfberatung

Welche Impfung fehlt oder ist wichtig? Wir prüfen Ihren Impfausweis auf Aktualität. Impfausweise mitbringen!

Säuberung von Schmutzwasser

Spielerisch und experimentell

Suchtberatungsstelle

des SBZ Delitzsch

Kinderschminken

Farbenfroher Spaß ab 16:00 Uhr



WORKSHOPS

DELITZSCH, RICHARD-WAGNER-STR. 7A

Raum 6.13 a

- 14:00 – 14:10 Uhr Wo bekomme ich Hilfe bei einer Krebserkrankung?
- 14:10 – 14:20 Uhr Vollmachten: Wie sorge ich gut für später vor?
- 14:30 – 14:50 Uhr Zecken, Läuse, Krätze – ungeliebte Haustiere
- 15:00 – 15:30 Uhr Diabetes mellitus - Eine Volkskrankheit?
- 15:45 – 16:15 Uhr Darmbalance: Ihr Schlüssel zu mehr Wohlbefinden
- 16:30 – 17:00 Uhr Mehr als beinhart: Vitamin D – Das Sonnenhormon
- 17:15 – 18:00 Uhr Gelassen und sicher im Stress

Raum 7.14

- 14:00 – 14:30 Uhr Qigong für mehr Kraft und Energie
- 14:40 – 15:10 Uhr Face- und Augen-Yoga: Die fünf Sinne aktivieren
- 15:30 – 16:00 Uhr Wirbelsäulengymnastik für den Alltag
- 16:15 – 16:45 Uhr Klangreise mit Tambura, Klangschalen & Gong
- 17:00 – 17:45 Uhr Bewegte Meditation

Haus B 1. OG

- 15:00 – 17:00 Uhr Praktische Erste Hilfe und Reanimationstraining beim Kind und Erwachsenen

PUPPENTHEATER

DELITZSCH, RICHARD-WAGNER-STR. 7A

Cafeteria

- 16.00 Uhr „Prinzessin Isabell und der Kartoffelkönig“
Die Plätze sind begrenzt!

