

GESUNDHEIT BEGINNT MIT WISSEN



www.landkreis-nordsachsen.de

16.00 Uhr
PUPPENTHEATER
„Unter dem
Osterregenbogen“

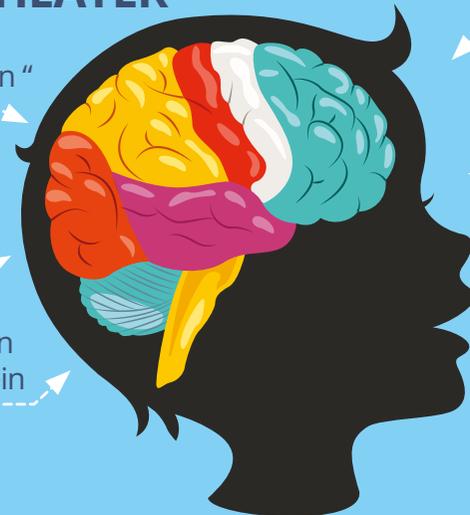
Workshops
und Vorträge

Mitmachaktionen
für Groß und Klein

Gesundheitscheck
und Impfberatung

Informations- und
Beratungsstände

Entspannungs-
und Sportkurse



KOSTENFREI
FÜR ALLE

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Torgau, Südring 17

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

Alterssimulationsanzug

Erleben Sie die Einschränkungen älterer Menschen.

Betreuungsbehörde

Wie sorge ich gut für später vor?

Impfberatung

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

Psychosoziale Krebsberatungsstelle

Beratung und Unterstützungsangebote

Suchtberatungsstelle

der Diakonie Oschatz-Torgau

Sozialpsychiatrischer Dienst

Wie erkennt man eine psychische Erkrankung?



WORKSHOPS

TORGAU, SÜDRING 17

Raum 314

- 14:00 – 14:30 Uhr Mitmachangebot Entspannung
- 14:45 – 15:15 Uhr Zecken, Läuse, Krätze – ungebetene Haustiere
- 15:30 – 16:00 Uhr Psychosoziale Krebsberatung – Hilfen & Begleitung
- 16:15 – 16:45 Uhr Vorstellung der anonymen Online-Suchtberatung DigiSucht
- 17:00 – 18:00 Uhr Medizinischer Notfall in meiner Familie – was kann ich tun?

TURNHALLE SÜDRING

- 14:00 – 14:20 Uhr Bewegtes Sitzen
- 14:25 – 14:45 Uhr Rückenmobilisierung im Alltag
- 14:50 – 15:10 Uhr Richtiges Entspannen ohne Aufwand
- 15:15 – 15:35 Uhr Fit mit jedem „Schritt“

Sportbekleidung und
Turnschuhe mitbringen!

PUPPENTHEATER

TORGAU, SÜDRING 17

TURNHALLE SÜDRING

- 16.00 Uhr
„Unter dem Osterregenbogen“
Die Plätze sind begrenzt!

