

## **EvK lädt ein: Älterwerden – selbstbestimmt bleiben**

Tag der Senioren am 10. April mit Informationen und Mitmachangeboten

**Selbstbestimmt älter werden – das ist der Wunsch aller Menschen. Welche Möglichkeiten es gibt, dies in die Tat umzusetzen, zeigt der „Tag der Senioren“ am 10. April im Evangelischen Krankenhaus Castrop-Rauxel. Von 13 bis 17 Uhr gibt es Informationen, Mitmachangebote und persönliche Beratung zu Fragen rund ums gesunde Älterwerden, aber auch Unterhaltung und Genuss.**

Zum „Tag der Senioren“ verwandelt sich die Kapelle des EvK in eine bunte Messehalle. Aussteller aus den unterschiedlichsten Bereichen präsentieren ihre Angebote. Ob Zweithaarfrisuren, Mode und Accessoires, Möglichkeiten der Naturheilkunde oder Hilfsmittel aus dem Sanitätsbereich, das Spektrum ist breit gefächert.

Wichtige Informationen zum Thema Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung helfen, vorausschauend zu handeln. Die Ernährungsberatung klärt auf, was bei der gesunden Alltagsküche zu beachten ist. Die Diabetesberatung bietet Blutzuckermessungen an. Welche Hilfsmöglichkeiten Angehörige haben, die zu Hause einen bettlägerigen Menschen versorgen müssen, darüber klärt die „Familiale Pflege“ des EvK auf. Spezialstationen, wie die Palliativstation, stellen ihre Arbeit vor und berichten, welches Versorgungskonzept sich hinter dem Begriff „Palliativ“ verbirgt.

Aktionsreich wird es mit der Therapie des EvK. Auf einem Parcours können die Besucherinnen und Besucher Trittsicherheit und Gleichgewichtssinn testen. Außerdem lädt das Gesundheitszentrum ReVital zu einer flotten Hockergymnastik ein, die zeigt, dass man auch bei körperlichen Einschränkungen noch Spaß an der Bewegung haben kann. Für das leibliche Wohl stehen Waffeln und Würstchen bereit. Und damit es auch etwas zu lachen gibt, wird sich Clownin Wurzel unter die Besucherinnen und Besucher mischen. Organisiert wird der Tag vom Liaisondienst des EvK, Maria Prediger.

Kontakt:

EvK Castrop-Rauxel

Liaisondienst

Maria Prediger

02305.102-2557