



# 2.

# LOHFELDENER GESUNDHEITSTAG

BÜRGERHAUS  
LOHFELDEN  
Lange Straße 22  
11 – 18 Uhr

**28.3.'09**



... MIT  
VIELEN AKTIONEN  
EINTRITT FREI





LOHFELDENER

GESUNDHEITSTAG 28.3.'09

## Ausstellung

### Aussteller

#### **Aesculap-Apotheke, Söhre-Apotheke, Linden-Apotheke**

Blutkermessungen, Blutdruckmessungen, Cholesterinwertbestimmung, Homöopathie-Beratung, Altmedikamente-Sammlung, Überprüfung von Blutdruckmessgeräten

#### **Neue Apotheke am Rathaus**

Orthomol Messung der freien Radikalen

#### **Mehrgenerationenhaus Lohfelden / ASB-Altenzentrum Söhre**

Vorstellung des ASB-Mehrgenerationenhaus Lohfelden, des ASB-Altenzentrum und dessen Angebote

#### **Asbestose-Selbsthilfegruppe**

Informationen über Asbestkrankungen

#### **Barke**

Information, Beratung u. unterstützende Betreuung für Menschen mit Demenz und deren Angehörige.

#### **Beratungsstelle für Ältere**

Die Beratungsstelle für Ältere ist ein Angebot der Gemeinden Kaufungen, Lohfelden und Nieste für ihre älteren Bürgerinnen und Bürger.

#### **Zweckverband Sozialstation Kaufungen-Lohfelden-Nieste**

Information, Beratung, Vermittlung von Hilfen für hilfs- und pflegebedürftige Menschen.

#### **BKK Henschel Plus**

„Deine Haut ist wichtig“ • Sonnenschutz • Hautschutz  
• Gewinnspiel-Fühlboxen • Glücksrad m. kleinen Sofortgewinnen

#### **Blaues Kreuz e.V. Kassel**

Kontakt- und Informationsstelle, Suchtkrankenhilfe

#### **DRK Lohfelden / Frühdefibrillation – was ist das?**

#### **elan – Motivationstraining für Ernährung, Bewegung und Gesundheit / elan ... wer abnehmen will darf richtig essen!**

#### **Ergotherapie Andrea Wagner und Sabine Nörthemann**

Ergotherapie, ein Weg zu mehr Selbstständigkeit.

#### **Fahrrad Eskuche / Elektrorad – das Fahrrad mit Rückenwind** Fahrrad Eskuche hat Ihr Elektro-Fahrrad der neuen Generation

#### **FSK Lohfelden Turnen – Leichtathletik – Rücken**

Rathausvorplatz, 12 Uhr: Einf. Nordic-Walking, Mach-Mit-Aktion

#### **Freundeskreis Söhre e.V.**

Hilfe für Suchtkranke und Suchtgefährdete

#### **Gemeinde- und Schulbücherei Lohfelden**

Die Bücherei stellt sich vor mit Büchern und Ratgebern zu Medizin, Gesundheit und Wellness sowie CDs und DVDs zum Thema Meditation, Yoga und Pilates.

**Grubschat Ambulante Pflegedienste** informieren über häusliche Pflege, Änderungen der Pflegereform und bieten eine individuelle Bioresonanzmessung an.

**Heilpraktikerin Doris Klingenschmitt** / Heilen aus der Natur (Aloe, Colostrum, Cistus) und die Bedeutung des Säure-Basen-Haushaltes.

**Heilpraktikerin Inge Leimer** / Rückenbehandlung n. Dorn-Breuss, Eigenbluttherapie, Inter-X, TCM (Traditionelle Chinesische Medizin), ETA-Scan

#### **Jugendfeuerwehr und Feuerwehrverein Crumbach**

• Saft-Bar auf dem Rathausvorplatz • Kaffee, Kuchen und kleine Snacks im Familienraum am Bürgerhaus

#### **Jugendpflege Lohfelden**

Infobörse • sexueller Missbrauch im Internet • Drogenprävention • Rechtsextremismus • alles rund um Sex • besondere Angebote für Mädchen • und vieles mehr

**Kind Hörgeräte-Welt** / Entdecken Sie eine Welt, in der gutes Hören wieder selbstverständlich ist.

**Lohfeldener Zahnärzte Dr. med. R. Edinger, S. E. Hunte-Mussler, B. König, R. Schott & ZTM H. Fehr**  
Wir sorgen für Ihr gesundes Lächeln – ein Leben lang.

#### **LernWiese Lohfelden** / Die LernWiese stellt sich vor

Förderunterricht, Nachhilfeunterricht in allen schulischen Fächern für alle Klassen: Mathematik, Deutsch, Englisch, Französisch, Latein u.s.w.; Rechtschreibtraining, Therapie bei Lese-Rechtschreibschwäche, Legasthenie, Therapie bei Rechenschwäche, Konzentrations-training für Schulkinder und Jugendliche, Prüfungsvorbereitungskurse für die Abschlussprüfungen in der Haupt- und Realschule in Mathematik, Englisch, Deutsch; Integriertes Konzentrations- und Wahrnehmungstraining. Beratung und Hilfe bei Lernstörungen.

**Naturheilpraxis Regina Müller** / Energetika-World, Heilen mit Energien: Reiki, Ayurveda Massage, Chakraharmonisierung u. v. m.

**Naturheilpraxis Liane Hessler** / Homöopathie, Bachblütentherapie, Fußreflexzonen-therapie, Schröpfen und Schröpfkopfmassage, Wirbelsäulenbehandlung nach Dorn/Breuss-Massage, Aroma-Teilmassage, Aroma-Ganzkörpermassage

**Nicole Faust** / Naturseifen – handgemacht nach alter Siedertradition sind nicht nur ein Genuss für die Sinne! Für die Hautgesundheit gibt es kaum Besseres. Denn Naturseife regt die natürlichen Hautfunktionen an und unterstützt diese; daneben ist sie frei von chemischen Zusätzen, Weichmachern, Konservierungsmitteln und Paraffinen.

**Optik am Rathaus** / Sehtest, Lupen, Lesegeräte, Sport und Sonnenbrillen, Kontaktlinsenberatung, modischer Schmuck

#### **Orthopädisches Präventionszentrum Dr. med. Hermann Uhlig/ Volker Thormeyer (OPZ), Orthopädie Schuhtechnik Arnold**

Besucher des 2. Lohfeldener Gesundheitstages haben die Möglichkeit unter fachlicher Anleitung einen Kurztest ihrer Wirbelsäule stabilisierenden Muskulatur durchzuführen. Die Orthopädie Schuhtechnik Arnold bietet parallel dazu von 12–15 Uhr eine kostenfreie Laufanalyse zu Ihrem individuellen Laufbild an. Für Interessierte halten wir natürlich umfangreiches Informationsmaterial zu „UNSEREM THEMA RÜCKENSCHMERZ“ bereit.

#### **Physiotherapie Christine Bosshammer – Physiotherapie**

• Magnete und Alltag • Übersäuerung • Wasser und Gerstengras • Gesunder Schlaf • entspannte Muskulatur

**Physiotherapie Ellen Lehmann** / Inhalte und Therapiemöglichkeiten der Praxis. Mitmachen und Ausprobieren einiger Geräte, Hot-Stone-Massage, Kräuterstempelmassage und vieles mehr.

#### **Shiatsu-Praktikerin u. Physiotherapeutin Christina Eichstaedt**

Shiatsu, was ist das? Information in Theorie und Praxis.

**Physiotherapie Ullrich Reis** / Praxispräsentation, Gutscheinverkauf zu Sonderpreisen, Information: Was ist Osteopathie?

**Sanitätshaus Molke** / Fit und Mobil im Alter

**Schreinerei Heinemann** / Guter Schlaf ist die Basis für eine gute Gesundheit. Schlafsysteme u. ergonomische Bewegungsstühle.

**vhs Region Kassel** / Informationen und Beratung über Angebote aus dem Programmbereich Gesundheit. Außerdem lädt eine Bewegungsstrecke zum Mitmachen ein. Die Methode und Selbsthilfeübung nach D. Dorn werden vorgestellt. Zwei Miniworkshops im Rathausfoyer (11.30–12.30 und 14.30–16 Uhr näheres s. Aktionen) runden das Programm ab.

**Vitametik Gesundheitspflege Birgit Zobel** / Informationen über Vitametrik sowie Entspannung für Muskulatur, Wirbelsäule und Nervensystem.

## Vorträge im Konferenzraum der neuen Gemeinde- und Schulbücherei, Lange Straße 51

**11.30 Uhr: Macht und Ohnmacht in zwischenmenschlichen Beziehungen**  
**Dr. Inge Ferbert,**  
**Ärztin/Psychotherapeutin**

Macht und Ohnmacht in Eltern-Kind-Beziehungen, Paarbeziehungen, in kleineren und größeren Gemeinschaften. Überblick über die damit verbundenen psychischen und physischen Leiden und deren psychotherapeutischen Heilungsmöglichkeiten.

**12.30 Uhr: Mit den Händen heilen**  
**Ullrich Reis, Physiotherapeut**  
Was ist Osteopathie?

**13.30 Uhr: Homöopathie was ist das?**  
**Dr. Edmar Seebach, Söhre-Apotheke**

**14.30 Uhr: Wie und warum Lymphdrainage mit Kompression**  
**Christine Bosshammer, Physiotherapeutin**

**15.30 Uhr: Kennen Sie das Mammographie-Screening-Programm schon?**

**Dr. med. Rudolf Türk, Gynäkologe** stellt Ihnen die Einrichtung, ihre Ziele, Nutzen und mögliche Risiken vor. Anschließend besteht in einem offenen Gespräch die Gelegenheit Fragen zu stellen.

**16.30 Uhr: Vorsorge und Impfschutz**  
**Dr. med. Uwe Nießner, Internist**  
„Früh erkannt – Gefahr gebannt!“ Impfungen retten Leben. Gesundheitsvorsorgeuntersuchungen – Was bezahlt meine Krankenkasse? Welche Zusatzuntersuchungen sind sinnvoll?

**17.30 Uhr: Sauer macht nicht lustig**  
**Doris Klingenschmitt, Heilpraktikerin**

## Aktionen im Foyer des Rathauses Lange Straße 20

**11.30–12.30 Uhr: Pilates**  
**Sigrid Wellerhaus, vhs Region Kassel**

**13–14 Uhr: Qigong mit praktischen Übungen**  
**Andrea Gulbis, Ärztin**

**14.30–16 Uhr: Hatha-Yoga**  
**Gabriele Mader, vhs Region Kassel**

**16.30–17.15 Uhr: Das Kreuz mit dem Kreuz**  
**Birgit Zobel, Vitametik Gesundheitspflege**

Vitametik ist eine Methode zur Entspannung der Muskulatur. Dadurch kann es zur Entlastung der Wirbelsäule und des Nervensystems kommen.

## Aktion auf dem Rathaus-Vorplatz

**12 Uhr: FSK Lohfelden / Turnen – Leichtathletik – Rücken**  
Einführung Nordic-Walking  
Mach-Mit Aktion

**Sportmenge – Thomas Menge**

- Präsentation und Verkauf von Nordic Walking- und Laufzubehör
- Wir berechnen Ihren BMI (Body-Maß-Index)
- Nordic Walking-Schnupperkurse
- Präsentation der neuen Trendsportarten „Skike“ und „Offroad Skating“ inkl. Schnupperkursen

**Veranstalter**

Gemeinde Lohfelden, Lange Straße 20, 34253 Lohfelden  
Brigitte Hirdes, Seniorenbeauftragte  
Tel. 05 61 / 5 11 02 52  
Karin Schnell, Frauenbeauftragte  
Tel. 05 61 / 5 11 02 41



LOHFELDENER

GESUNDHEITSTAG 28.3.'09



LOHFELDENER

GESUNDHEITSTAG 28.3.'09

# Angebot in der Gesundheitswoche

vom 30. 3. bis 4. 4. 2009 in den Räumlichkeiten/Praxen der Aussteller

**Tagespflege „Die Dinos“**  
**Ambulanter Pflegedienst**  
**Medicus, Hauptstr. 59,**  
**34253 Lohfelden,**

Mi. 1. 4. 09, 10.30 Uhr  
 Theaterstück und Kunst helfen  
 uns dabei über uns zu reden.

**Anmeldung erbeten**  
**Tel. 05 61 / 4 00 06 06**



**LOHFELDENER**

**GESUNDHEITSTAG 28.3.'09**

**Physiotherapie Christine Bosshammer**  
**Helsaer Straße 4, 34253 Lohfelden**

Mo., 30. 3. 09,	15–16 Uhr	DVD Übersäuerungs Vortrag
Di., 31. 3. 09,	15–18.30 Uhr	Kardiomessung und Rollauf
Mi., 1. 4. 09,	15–16 Uhr	DVD Übersäuerungs Vortrag
Do., 2. 4. 09,	15–18.30 Uhr	Kardiomessung und Rollauf
Fr., 3. 4. 09,	15–15.30 Uhr	Nordic Walking
	15.45–16.15 Uhr	kleine Rückenschule
	16.30–17 Uhr	Nordic Walking
	17.15–17.45 Uhr	kleine Rückenschule

**Anmeldung erbeten, Tel. 05 61 / 51 74 33**

**Physiotherapie Ullrich Reis**  
**Hauptstraße 67–69, 34253 Lohfelden**

Schnupperkurse: Energiedance, WS-Gymnastik, Entspannung,  
 Osteopathie zum Probieren

**Anmeldung erbeten, Tel. 05 61 / 5 77 80**

**Orthopädisches Präventionszentrum**  
**Dr. med. Hermann Uhlig/Volker Thormeyer (OPZ)**  
**Eschweiger Straße 1, 34253 Lohfelden**

Kostenfreier Kurztest ihrer Wirbelsäule stabilisierender Muskula-  
 tur. Nach Terminvereinbarung in unseren Räumlichkeiten.

**Anmeldung erbeten, Tel. 05 61 / 51 42 52**

**Praxis für Körper Geist und Seele**  
**Hiltrud Müller (Gesprächspsychologin)**  
**Kasseler Straße 1 A, 34253 Lohfelden**

Sa. 4. 4. 09,	10–11 Uhr	Yoga und Chakren/Energie auf allen Ebenen und
	12–13 Uhr	Autogenes Training

**Anmeldung erbeten, Tel. 0 56 08 / 9 16 93**

**Jugendpflege der Gemeinde Lohfelden, Jugendhaus Skuhl,**  
**Crumbacher Str. 18, 34253 Lohfelden**

Do. 2. 4. 09, 19.30 Uhr, Alkohol! Was nun?

**ASB Mehrgenerationenhaus Lohfelden**  
**Lange Straße 37, 34253 Lohfelden**

Ernährungsberatung, gesunde Ernährung für Kinder

Do. 2. 4. 2009, Uhrzeit bitte telefonisch erfragen beim ASB-Mehr-  
 generationenhaus, **Tel. 05 61 / 9 51 87 15**

**Naturheilpraxis Regina Müller**  
**Fahrenbachstr. 15, 34320 Söhrewald**

Mi., 1. 4. 09,	19–20 Uhr	Hormon-Yoga
Fr., 3. 4. 09,	19–20 Uhr	Hormon-Yoga
Sa., 4. 4. 09,	14–15 Uhr	Einführung Persönlichkeitstraining mit Pferd

**Anmeldung erbeten, Tel. 0 56 08 / 95 91 44**

**Naturheilpraxis Liane Hessler**  
**Korbacher Str. 66 H, 34134 Kassel**

Mo., 30. 3. 09, 15–15.30/16–17 Uhr  
 Kurzvortrag und Demonstration Fußreflexzonenmassage

Di., 31. 3. 09,  
 17–18/18.30–19 Uhr  
 Progressive Muskelent-  
 spannung mit Phantasie-  
 reise  
 Mi., 1. 4. 09, 16–17 Uhr  
 Vorbeugen und Behandeln  
 mit ätherischen Ölen  
 Mi., 1. 4. 09, 18–19.30 Uhr  
 Wirbelsäulenbehandlung nach  
 Dorn/Breuss-Massage und  
 Schröpfkopfbehandlung

Do., 2. 4. 09, 18–19 Uhr: Autogenes Training mit Phantasie-  
 reise  
 Fr., 3. 4. 09, 16–16.30/17–18 Uhr: Kurzvortrag und Demonstration  
 Fußreflexzonenmassage

**Anmeldung erbeten, Tel. 05 61 / 4 75 54 40**

**Ergotherapie Andrea Wagner und Sabine Nörthemann,**  
**Lange Straße 53, 34253 Lohfelden**

Di., 31. 3. 09, 10–12 Uhr, 16–18 Uhr: Ergotherapie ein Weg zu  
 mehr Selbständigkeit. Besichtigung der Praxisräume.

**Physiotherapie Ellen Lehmann**  
**Hauptstraße 40, 34253 Lohfelden**

Do., 2. 4. 09, Tag der offenen Tür  
 mit Führung in unseren Praxisräumen.

**Linden-Apotheke**  
**Vollmarshäuser Straße 2, 3425 Lohfelden**

Blutzuckermessungen, Blutdruckmessungen, Cholesterinwert-  
 bestimmungen sind täglich möglich.

**Voranmeldung erbeten: Tel. 0 56 08 / 6 60**

**Söhre-Apotheke**  
**Hauptstraße 52, 34253 Lohfelden**

Blutzuckermessungen, Blutdruckmessungen, Cholesterinwert-  
 bestimmungen, Homöopathie-Beratung, Altmedikamente-Samm-  
 lung, Überprüfung von Blutdruckmessgeräten sind täglich ohne  
 Voranmeldung möglich. **Tel. 05 61 / 51 22 70**

**Gemeinschaftspraxis**  
**Dr. med. Uwe Nießner und Dr. med. Hans-Günter Wiemer**  
**Fachärzte für innere Medizin**  
**Bergstraße 16, 34253 Lohfelden**

Intimedia-Dicke-Messung zur Klärung der Frage, leide ich unter  
 Arteriosklerose/Gefäßverkalkung (schmerzfreie Ultraschall-Unter-  
 suchung), Schilddrüsen-Ultraschall-Untersuchung

**Anmeldung erbeten: Tel. 05 61 / 5 19 03 00**

**Eskuche Fahrräder und Anhänger**  
**Schwarze Gasse 3, 34253 Lohfelden**

Ein Elektrorad ist das ideale Fahrrad im Innenstadtkverkehr, für den  
 Weg zur Arbeit, als Zubehör für Wohnmobile, Boot, Campingplät-  
 ze, in Kur- und Ferienorten, in weitläufigen Firmengeländen, als  
 Fitnesstrainer – selbst bei eingeschränkter Bewegungsfähigkeit.  
 Aktionswoche 28. 3. bis 4. 4. 2009

**Vitametik Gesundheitspflege**  
**Birgit Zobel Kaninchenberg 26, 34320 Söhrewald**

Kostenloser Beintest und Informationsgespräch  
 Für jede Erstanwendung Preisnachlass von 35 Euro auf 30 Euro

**Anmeldung erbeten: Tel. 0 56 08 / 44 60**