

Im Foyer

Infos - Tipps - Ratgeber

Information/Ratgeber/Angebote

- Amberger Zeitung
- Volksbank Raiffeisenbank Amberg
- Seniorenstelle
- Stadtbibliothek, VHS "Treffpunkt 55 plus"
- Seniorenclub St. Michael
- Kneippverein
- Kriminalpolizei
- Öffentlicher Personennahverkehr (VAS - VGN)
- Hospizverein
- Donum vitae
- Angehörigenberatung
- LeA - Mehr Lebensqualität im Alter-
- Amberger Alten- und Senioreneinrichtungen
- Kreisverkehrswacht
- ASAM - Senioren im Internet-

Verbilligte Seniorenkarten im ACC für

26.11.2004 Benefizkonzert des Deutschen

Rotary-Orchesters

27.11.2004 Zauber der Operette

01.12.2004 Emil Steinberger

30.12.2004 Chiemgauer Volkstheater

an beiden Tagen

Hinweise - Ausstellungen

Gesundheit/Ernährung/ sonstige Gesundheitsfragen

- Akkupressurmassagen
- Kontinenztraining - Beckenbodengymnastik
- Diabetes und Cholesterin- Test
- Gesichtsmassagen
- Blutzucker- und Blutdruckmeßgeräte
- entspannende Handmassagen
- Meditationsübungen
- Thai Chi
- Sehtest, Lesehilfen
- Zahntechnik
- Hörtest
- Venenmessung
- Sondennahrung
- Home Care (Inkontinenz, Stoma)
- Reformkost, gesunde Ernährung
- Wellness

• **Spezielles Angebot**

- Pflege-, Renten-, Sterbevorsorge
- Spezielles Angebot**

Spezielles Angebot

- technische Haushaltshilfen
- Essen auf Rädern
- Vorstellung Bochumer Gesundheitstraining
- Barrierefreie Wohnausstattung

- **Mit dem Citybus zu den Seniorentagen:
Linien 4, 9, und 10**

Gegen Vorlage des Fahrscheins ein Freiticket

Entwurf (17.08.082005)

Amberger

Seniorentage 2005

Vorträge auch in Gebärdensprache

**Dienstag 4.Oktober und
Mittwoch 5. Oktober 2005
im ACC**

präsentiert von

Amberger Zeitung Volksbank/Raiffeisenbank Amberg
Eintritt frei

8. Amberger Seniorentage 2005		Mittwoch 05.Oktober 2005
Dienstag 04.Oktober 2005		Frauen- und Männergesundheit / Anti Aging
10.00	Eröffnung der Amberger Seniorentage Oberbürgermeister Wolfgang Dandorfer	
10.30	Altersmedizin – gesundheitspolitische Herausforderung und Chance Prof. Dr. med. Cornel Sieber Klinikum Nürnberg Nord, Leiter des Instituts für Biomedizin des Alterns der FAU Erlangen-Nürnberg Vizepräsident der Deutschen Gesellschaft für Geriatrie	10.00 Der Weg zu Energie und Lebensfreude Gesundheitsmanager Thomas Eberl
11.15	aktive Pause/Übung	12.30 Mittagspause
11.25	Bankgeschäfte im Alter – Vollmachten, Rechte, Kartenzahlungen Thomas Retzer, Volksbank/Raiffeisenbank Amberg	13.30 Erben und Vererben - Verschenken Wann muss eine Regelung getroffen werden? Bruno Zeiler, Volksbank Raiffeisenbank Amberg
12.15	Mittagspause Männer- und Frauengesundheit -Männergesundheit ist Frauensache-	14.15 Was kommt nach den Wechseljahren? Zeit für Frausein! Prof. Dr. Anton Scharl, Klinikum St. Marien Amberg
13.15	Das starke Geschlecht und seine Schwächen Privat Dozent Dr. Jürgen Zumbé, Klinik für Urologie Leverkusen	14.30 Fluch oder Segen? „Müssen Hormone denn wirklich sein?“ Dr. Jürgen Krieg, Schwerpunkt Gyn. Endokrinologie, Klinikum St. Marien Amberg
14.00	Damit nichts in die Hose geht- wir kriegen sie trocken! -„Blasenschwäche“ ist heilbar Oberarzt Dr. Junginger, Klinikum St. Marien Amberg	14.45 „Nahrungsergänzung – Notwendigkeit oder Geldschneiderei? Sichtweise eines Reha-Urologen“ Chefarzt Dr. Michael Zellner, Klinik Passauer Wolf, Bad Griesbach
14.30	aktive Pause / Übung	15.20 Sprechstunde - Prof. Scharl, Dr. Krieg, Dr. Junginger
14.40	Impotenz – Tod der Männlichkeit Männerarzt Dr. Walter Vogl , Amberg Prostata-Krebs – durch Früherkennung heilbar Urologe Dr. Dietrich Schreyer, Amberg	15.45 Modenschau – Modetrends für den kommenden Winter Modehäuser Eckert und Engelhart & Walther Optik Wöhlmann –Brillen- Baier Hüte , Leder Meid Désirée Damenwäsche
15.20	Sicher und trocken trotz Blasenschwäche Barbara Theuss SCA Personal-Care	„Für mich bist Du schön“ DJK 2002 Amberg 50 plus
16.00	„Blaue Couch“ - Experten stellen sich den Fragen Priv. Dozent Dr. Zumbé, Dr. Junginger, Amberger Urologen Dr. Vogl und Dr. Schreyer	
16.30	Ende	16.45 Ende

