

Folgende Aussteller sind vertreten:

Selbsthilfegruppen

- Alzheimer- und Demenzkranken Gesellschaft Rüsselsheim
- Beratungsstelle für ältere und behinderte Menschen der Stadt Rüsselsheim
- Blinden- und Sehbehindertenbund
- Deutsche ILCO
- Deutsche Parkinson Vereinigung Gruppe MSP
- Die Rosa Kriegerinnen
- Frauenselbsthilfe nach Krebs
- Lebenshilfe Rüsselsheim e.V.
- Leukämiehilfe RHEIN-MAIN e.V.
- Lungenemphysem-COPD
- Osteoporose Selbsthilfegruppe
- Parkinson Regionalgruppe Groß-Gerau/Rüsselsheim
- Prostatakrebs Selbsthilfe
- Rheuma-Liga-Hessen e.V.
- Rüsselsheimer Hospizhilfe e.V.
- SHG Adipositas „Wer wagt, gewinnt“ Mainz u. Umgebung
- SHG Frauen mit Harninkontinenz
- SHG Schlaganfall / Bluthochdruck
- SHG für Hypophysen- u. Nebennierenerkrankte Mainz und Umgebung

Andere

- Ambulante Rehabilitation für Sehgeschädigte
- ASB Wohngemeinschaft für Demenzkranke
- Deutsche Ismakogie Gesellschaft e.V.
- Deutsches Rotes Kreuz, Rüsselsheim
- Fachärzte Rhein-Main
- Gesundheits- und Pflegezentrum Rüsselsheim gem. GmbH
- Kämmerer Augenoptik
- Rosen-Apotheke
- Lammert Sanitätshaus
- Senior-Aktiv Krankenfahrdienst
- Seniorensicherheit und Service Glenz
- Shiatsu-Interessengemeinschaft Hessen-Süd
- Sozialverband VDK Hessen-Thüringen, Ortsv. Rüsselsheim

Veranstalter / Organisation / Information:

Selbsthilfegruppen Arbeitsgemeinschaft (SHG AG) Rüsselsheim

Koordinationsstelle

Hasslocher Str. 118
65428 Rüsselsheim
www.shg-ag.de

Bürozeiten

Montag bis Freitag
8:30 bis 16:00 Uhr

Tel (06142) - 3 22 40
Fax (06142) - 17 56 42
E-Mail: buero@LHRM.de

Spendenkonto:

Wir würden uns freuen, wenn Ihnen dieser Tag eine Spende wert ist.

Wir finanzieren damit unsere Unterstützungsangebote.

Volksbank Rüsselsheim
IBAN DE69 5009 3000 0003 5193 09

Wir danken außerdem für die freundliche Unterstützung:

- der Stadt Rüsselsheim
- der AOK-Hessen
- allen ehrenamtlichen Helfern
- allen ehrenamtlichen Referenten (Kontakt Daten am Infostand)
- allen Ausstellern

12. Selbsthilfe-Gesundheitstag

Schirmherr:
Oberbürgermeister
Patrick Burghardt

12. März 2016

Samstag, 09:30 bis 16:30 Uhr

Rathaus Rüsselsheim

Eingang Faulbruchstraße

**Parkmöglichkeiten
am Mainufer**

KEINE Teilnahmegebühr

Sehr geehrte Damen und Herren,

„Die menschliche Gesellschaft gleicht einem Gewölbe, das zusammenstürzen müsste, wenn sich nicht die einzelnen Steine gegenseitig stützen würden“, sagte einst der römische Philosoph und Dichter Seneca.

Ganz in diesem Geiste ist für mich die Selbsthilfegruppen Arbeitsgemeinschaft Rüsselsheim ein vorbildliches Beispiel dafür, wie sich die Menschen gegenseitig stützen und wertvolle Hilfe geben. Die Mitglieder gehen auf die Sorgen und Nöte von Menschen, die von Krankheiten betroffen sind, und ihrer Angehörigen ein.

Dieses Angebot ist nach wie vor stark nachgefragt. Denn häufig werden wir von einem auf den anderen Tag von einer Krankheit überrascht, und ärztliche Informationen sind nicht immer schnell und einfach zu verstehen. „Selbsthilfe statt Resignation“ könnte das Motto lauten, wenn die Mitglieder der SHG zu Rate gezogen werden und Durchblick durch den häufig dichten Dschungel von Untersuchungen und Angeboten geben. Damit sind sie wertvolle Unterstützerinnen und Unterstützer in schweren Stunden. Und deswegen bin ich auch gern Schirmherr des Selbsthilfe-Gesundheitstags.

Der Gesundheitstag am 12. März ist eine hervorragende Veranstaltung, an dem das breite Beratungsspektrum der Mitgliedsvereine gebündelt der Öffentlichkeit präsentiert wird. Er bietet unterschiedliche Gesundheitstests, und in Vorträgen gibt es zudem viel Wissenswertes über Krankheiten und Hilfsangebote zu erfahren.

Der Selbsthilfegruppen Arbeitsgemeinschaft Rüsselsheim und ihren Mitgliedern danke ich für ihr großes Engagement für die Bürgerinnen und Bürger in der Stadt und wünsche eine gute Resonanz auf den Selbsthilfe-Gesundheitstag.



Ihr
Patrick Burghardt



Oberbürgermeister der
Stadt Rüsselsheim

RAUM 1 Zwischengeschoss

- PP 1 10:30**
Die Prostata im Manne, wie gehe ich damit um?
Dr. med. Marcus Benz
GPR Klinikum Rüsselsheim
- PP 2 11:45**
Hautkrebs – wie beugt man vor, wie erkennt man ihn?
Dr. med. Heidrun Mitzel
Hautkrebszentrum Rhein-Main
- PP 3 13:00**
Hormonsteuerung wo entsteht sie?
Margot Pasedach
Selbsthilfegruppe Hypophyse und Nebennierenerkrankte
- PP 4 14:15**
Adipositas (Fettleibigkeit) – Eine Last für`s Leben?
Volker Gottschall, Dipl. Biologe

Um die Raumzuordnung der einzelnen Vorträge besser organisieren zu können, bitten wir Sie, sich (nach Möglichkeit) im Büro der SHG AG anzumelden.

! Bitte achten Sie auf die aktuelle Raumaufteilung am Veranstaltungstag!

RAUM 2 Obergeschoss

- PP 5 10:30**
Wissenswertes zum Fibromyalgie-Syndrom (Weichteilrheuma, Faser-Muskel-Schmerz)
Rainer Marx
Fibromyalgie – Selbsthilfe Rhein-Main-Kinzig
- PP 6 11:45**
Begleiten und kommunizieren mit dem Demenzkranken in seiner Welt
Ingo Reuter, Autorisierter Trainer für Integrative Validation nach Richard
- PP 7 13:00**
Tinnitus – das ständige Geräusch im Ohr
Dr. med. Katrin Hempel
FÄ Hals-Nasen-Ohrenheilkunde Groß-Gerau
- PP8 14:15**
Was kann ich für meine Augengesundheit tun? Therapiemöglichkeiten aus naturheilkundlicher Sicht bei Erkrankungen wie Makula-Degeneration, Glaukom, Augeninfarkt u.s.w.
Marion Kressmann, Heilpraktikerin
Augen u. Makula Spezialpraxis Neu-Isenburg

Tagesverpflegung wird angeboten

RAUM 3 Obergeschoss

- PP 9 10:30**
Volkskrankheit Harnstein
Dr. med. Lena Pompetzki
GPR Klinikum Rüsselsheim
- PP 10 11:45**
Herzgesundheit was kann man tun?
Dr. med. Rudolf Henrich Theis
Facharzt für Innere Medizin, Kardiologie, Notfallmedizin
GPR Klinikum Rüsselsheim
- PP 11 13:00**
„Warum ich?“
Darmkrebs, das sollten Sie wissen!
Dr. Lars Leupolt, GPR Klinikum Rüsselsheim
- PP 12 14:15**
Knorpelschäden therapieren – Was ist möglich?
Dr. med. Rolf Stein
Fachärzte Rhein-Main

RAUM 4 Obergeschoss

- 11:00 MITMACHANGEBOT**
Ismakogie (Haltungs- und Bewegungsmethode)
- 13:00 MITMACHANGEBOT**
Ismakogie (Haltungs- und Bewegungsmethode)
- 15:00 MITMACHANGEBOT**
Ismakogie (Haltungs- und Bewegungsmethode)

Angebote der Aussteller

-  **3D-Rückenvermessung**
-  **Blutdruckmessung**
-  **Blutzuckertest**
-  **Dynamisches Körperlot**
-  **Fußscan**
-  **Fußdruckmessung**
-  **Hilfsmittel für Sehbehinderte**
-  **Impfberatung**
-  **Inkontinenz-Beratung**
-  **Ismakogie**
-  **Posturomed-Gerät**
-  **Sehtest**
-  **Shiatsumassage**

Große Hilfsmittel-Ausstellung
für den Haushalt und zur besseren Mobilität bei Behinderung und im Alter



Rollstuhlfahrer können alle Räume im Zwischengeschoss sowie im Obergeschoss mit dem Fahrstuhl erreichen!