



besser gesünder leben

Aktion zur Gesundheitsförderung am Rinnentor

Die Bevölkerung in Europa wird immer älter, auch in Bensheim. Doch ist sie auch gesund? Isst sie auch gesund?

"Every one desires to live long, but no one would be old" (Abraham Lincoln).
Alterungsprozesse haben etwas mit dem individuellen Lebensstil und mit den aktuellen Umweltbedingungen zu tun, in denen wir leben. Können wir besser leben?

Bei einer Aktion am Rinnentor möchte die Hausarztpraxis Wetzel in Verbindung mit RüBe, der kompetenten Beratung für Ernährung und Gesundheit aus Rüsselsheim und Bensheim, den aktuellen Stand der Forschung darstellen und daraus resultierende Möglichkeiten für die Lebensgestaltung aufzeigen. Damit jeder besser gesünder leben kann, um gesünder besser zu leben.

Um dabei auch persönliche Risiken aufzuspüren, können Fragebögen zu Erkrankungsrisiken (wie FINDRISK für Diabetes), zum 10-Jahres-Infarkttrisiko (wie PROCAM) oder zum Ernährungsstatus (wie MNA) ausgefüllt werden. Ergänzt wird das Angebot an diesem Tag durch Messung von Blutdruck, Blutzucker, Gewicht und Taillenumfang. Wer mutig genug ist, kann sich auch für eine Analyse der Körperzusammensetzung (Muskel-, Wasser- und Fettanteil) anmelden. Die Auswertung erfolgt durch das fachlich geschulte kompetente Team der Veranstalter.

Aktionstag am Rinnentor am 19.09.2009 zwischen 10:00 und 14:00 Uhr

Die Aktionen werden kostenfrei, aber nicht umsonst sein.