

Gesund und aktiv

Vier Vorträge an vier Tagen und Seniorenmesse als Abschluss

VON SIMONE FLÖRKE

■ Höxter. Vier Vorträge und im Paket zum Abschluss eine Messe: Höxters Seniorensprecher Manfred Joullet lädt zu einer Premiere und zu einer vierten Auflage ein. Erstmals finden Gesundheitstage in Höxter statt, und zwar am 15. und 16. Oktober sowie am 18. und 19. Oktober (siehe Info-Kasten). Abschluss ist mit der vierten Seniorenmesse am Sonntag, 20. Oktober, von 10 bis 18 Uhr in der Stadthalle, die unter der Überschrift „Gesund und aktiv“ steht.

Seit April arbeitet der engagierte Höxteraner an diesem Konzept, hat dafür Themen aufgegriffen, die derzeit vielen unter den Nägeln brennen, aber nicht nur Senioren betreffen. Auch Kinder und Enkel sowie alle Interessierten sind zu den Veranstaltungen eingeladen. Um sich zu informieren, um sich auszutauschen und um sich Anregungen und Tipps zu holen. Das gilt zunächst für die vierteilige Vortragsreihe an vier Tagen im Sitzungssaal des Historischen Rathauses. „Warum nicht mal in Höxter“, fand Manfred Joullet angesichts der Themenvielfalt, die derzeit viele Menschen umtreibt. „Das kann man während einer Messe auf einer Bühne aber nicht so rüberbringen.“ So entstanden die Gesundheitstage. Mit der Idee lief er bei den referierenden Experten offene Türen ein. Unterbrochen werden die Gesundheitstage nur am Mittwoch, weil dann im Ratssaal die Ratssitzung stattfindet.

„Mir ging es um die Themen

INFO Gesundheitstage

◆ **Dienstag, 15. Oktober:** 15.30 Uhr Begrüßung und Eröffnung der Messeweche durch Bürgermeister Alexander Fischer; „Vergesslichkeit – Beginn einer Demenz?“ mit Dr. Uta Häberle, Oberärztin der Neurologischen Kliniken im St.-Ansgar-Krankenhaus Höxter

◆ **Mittwoch, 16. Oktober:** „Diabetes – was nun?“ mit Dr. Hans-Joachim Schwandt, Oberarzt der Diabetologie Klinik Rosenberg Bad Driburg

◆ **Freitag, 18. Oktober:** „Depression/Burnout Syndrom“ mit Dr. Volker Knapczik, Chefarzt für klinische Psychiatrie und Psychotherapie am St.-Josef-Hospital Bad Driburg

◆ **Samstag, 19. Oktober:** „Pflegeversicherung/Patientenverfügung/Vorsorgevollmacht“ mit Katrin Heitkampfer (AOK Nord-West) und Rechtsanwalt und Notar Michael Schuster. Die Vorträge inklusive Diskussion mit Podiumsteilnehmern finden jeweils von 16 bis 18 Uhr im Sitzungssaal des Historischen Rathauses Höxter statt.

und darum, kompetente Referenten dazu zu finden“, sagt der Seniorensprecher. Und darum, dass sich die Zuhörer mit ihren Anliegen anschließend an die Experten wenden können. Deshalb ist nach den jeweils rund

halbstündigen Vorträgen viel Zeit für Diskussionen und den Erfahrungsaustausch eingeplant. „Die Zuhörer sollen mit vielen Fragen kommen.“ Mit den Themen wie Vergesslichkeit, Diabetes oder Depression und Burnout angesprochen sind aber nicht nur Senioren, „sondern alle quergebte durch die Gesellschaft“.

Gleiches gilt für die Messe am Sonntag, 20. Oktober, von 10 bis 18 Uhr, die den Namen „Seniorenmesse“ zur Wiedererkennung trägt. Viel Neues gibt es bei der vierten, diesmal einjährigen Auflage, verspricht Joullet, der von einem niederschwelligen Informationsangebot spricht: Die Besucher können sich bei den rund 30 Ausstellern rund um „Körper, Geist und Seele“ informieren. Neu ist der kostenlose Gesundheitscheck, bei dem an den Ständen der Anbieter die Daten von Tests und Messungen (Blutdruck, Blutzucker, Körperfett, Reaktions-, Seh- oder Hörtest und weitere) in einen Gesundheitspass eingetragen werden. „Den können die Besucher dann mitnehmen und eventuell ihrem Arzt vorlegen“, erklärt der Höxteraner. Mit dabei sind auch das schalldichte Hörmobil sowie die Verkehrswacht Minden mit ihrem Fahrsimulator, in dem die Besucher ihre Fahrtauglichkeit und ihr Reaktionsvermögen testen können.

Joullet ist wichtig, dass alle Angebote und Vorträge anschaulich und verständlich für jedermann sind. Und dass sich vor allem die ältere Generation mit ihren Sorgen und Anliegen ernst genommen und nicht allein gelassen fühlt.



Geballte Information: Höxters Seniorensprecher Manfred Joullet lädt zu den Vorträgen ins Historische Rathaus und zur Messe in die Stadthalle ein.

FOTO: SIMONE FLÖRKE