



Plötzlicher Herztod

Wie kann ich mich davor schützen?

Dülmener Herz-Aktionstag

Sonntag, 10.11.2019 von 11 bis 16 Uhr

Alte Sparkasse, Eingang: Münsterstr. 29 oder Ostring 32

Das SGZ Dülmen und seine Kooperationspartner laden Interessierte und Betroffene zum Herz-Aktionstag in Dülmen ein, der im Rahmen der bundesweiten Aktion der Deutschen Herzstiftung stattfindet. Alle Veranstaltungen an diesem Tag sind kostenfrei und werden allgemeinverständlich präsentiert. Jeder ist herzlich eingeladen – wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Vortragsveranstaltungen:

- 11:00 Uhr Begrüßung und Einführung in den Herz-Aktionstag
A. Hullermann, SGZ Dülmen
Grußworte der Stadt Dülmen
A. Holtrup, Stellvertretende Bürgermeisterin
- 11:15 Uhr „Plötzlicher Herztod – Wie kann man sich davor schützen?“
Thomas Hellmann, Christophorus-Kliniken
- 12:00 Uhr „Was tun im Notfall? – Leben retten mit Wiederbelebung – die Rettungskette!“
Dr. K. Wälter, Christophorus-Kliniken
anschließend
„Herz-Lungen-Wiederbelebung mit dem Defibrillator“
N. Klaas, DRK Dülmen
- 13:15 Uhr „Die Versorgung des Patienten aus der Sicht des Hausarztes“
Dr. M. Olbrich, Ärzte-Netz Dülmen und Dr. W. Bagnewski, IKK classic
anschließend
„Herzsport – Eine kleine Bewegungseinheit“
M. Bruns, BSG Dülmen e.V.
- 14:15 Uhr „Gesunde Seele – gesundes Herz“
J. Overbeck, Christophorus-Kliniken
- 15:15 Uhr „In der Ruhe liegt die Kraft – Entspannung in Theorie und Praxis“
N. Wiesel, FBS Dülmen

Informationsstände, Rahmenprogramm und Verpflegung:

- AOKNORDWEST Messung Schlaganfall-/Herzinfarkt-Test-Score incl. Blutdruckmessung, Körperfettmessung, Informationen zur herzgesunden Ernährung
- Christophorus-Kliniken: Informationen und Beratung, Blutdruck- und Blutzuckermessung, Messung der Sauerstoffsättigung im Blut und des Pulses
- DRK Buldern: Getränke und Verpflegung wie z.B. Kartoffelsuppe, Brötchen, Waffeln ...
- DRK Dülmen: „Herz-Lungen-Wiederbelebung“ mit dem Defibrillator („Defi“)
- Interessenvertretung Menschen mit Behinderungen und chronischen Erkrankungen: Informationen und Beratung, theoretische und praktische Anleitung zu einer präventiven Handakupressur

Informationsmaterial zu den Themen „Bewegung“, „Entspannung“ und „Ernährung“:
Dülmener Gesundheitsforum, SGZ Dülmen und VHS Dülmen

Kontakt für weitere Informationen:

SGZ Dülmen, Tel.: 0 25 94 / 8 59 44 und www.sgz-duelmen.de

