
Informationsveranstaltungen für pflegende Angehörige und Interessierte

Der DRK Landesverband Berliner Rotes Kreuz e.V. und das BeSIZ - Berliner Service- und InformationsZentrum für Angehörigenarbeit - laden zu folgenden Informationsveranstaltungen ein:

**Dienstag,
17.03.2010**

Kraft- und Balancetraining

- Sicherheit im Alltag durch gezielte Bewegungsübungen

18.00 – 20.00 Uhr

**Mittwoch,
01.09.2010**

Sicherheit im Alter

- Die Polizei - Dein Freund und Helfer! Erkennen Sie die Tricks von Gaunern und Betrügnern und wie schützen Sie sich am besten vor Raub und Diebstahl?
- Ihre Wohlfühl-Sicherheit DRK HausNotRuf - zuverlässige Hilfe, wann immer Sie uns brauchen!

14.00 – 16.00 Uhr

**Mittwoch,
01.12.2010**

Fit für den Winter

- Erfahren Sie, welche Ernährungsrichtlinien die natürlichen Abwehrkräfte unterstützen und wie Sie gleichzeitig Infekten vorbeugen!

10.00 – 12.00 Uhr

Weitere Vorträge und Termine auf Anfrage unter Telefon: 030/750 089 - 389

Umgang mit Demenz

- Demenz – was ist das?
- Leben mit Demenz – wie geht es leichter?
- Unterstützungsmöglichkeiten – welche gibt es?

Fit für den Sommer

- Wie hoch ist Ihr Flüssigkeitsbedarf
- 12 Trinktipps für die heißen Tage

Diabetes Mellitus

- Wie macht sich ein Diabetes bemerkbar?
- Welche modernen Behandlungsmöglichkeiten gibt es?
- Tipps für den Umgang mit Diabetes im Alltag

Wohnen im Alter

- Hilfen für den Alltag?
- Aufzeigen verschiedener Wohnformen im Alter

(Neben) Wirkungen von Medikamenten

- Wie wirken Medikamente?
- Tipps für den Umgang mit Medikamenten

**Dozenten/
Dozentinnen:**

Frau J alas (1. Vortrag)
Herr Düwelt und Herr Pfeiffer (2. Vortrag)
Herr Groß (3. Vortrag)

Ort:

SeniorenWohnen
„Villa Albrecht“
Albrechtstr. 103/104
12103 Berlin

U 6 Kaiserin-Augusta-Str.
Bus 184 Albrechtstr./Manteuffelstr.

**Informationen und
Anmeldung:**

DRK LV Berliner Rotes Kreuz e.V.
Frau Glasauer, Tel: 030 / 750 089 389

Teilnahmegebühr:

keine