

„Starkes Herz – mehr Energie!“

Wenn die Kraft des Herzens nachlässt, macht sich das vor allem durch Erschöpfung, Leistungsminderung und Atemnot bei körperlicher Aktivität bemerkbar. Die Folge: man ist nicht mehr so leistungsfähig wie zuvor, alltägliche Arbeiten fallen plötzlich schwer und geliebte Hobbys und Freizeit-Beschäftigungen machen keinen Spaß mehr, weil sie zu anstrengend sind. Ein starkes Herz ist daher die Voraussetzung für ein aktives Leben bis ins hohe Alter.

Mess- und Beratungsaktion

Ist Ihr Herz im Stress?

Dienstag, 28.10.08, 9.00 – 16.00 Uhr
Marien-Apotheke

Eine Messung mit dem „CardioScan“ gibt Anhaltspunkte, ob bei Ihnen eine gestörte Funktion des Herzens vorliegen könnte und ob Ihr Herz derzeit durch Stress belastet ist.

Die Messung ersetzt nicht den Arztbesuch!
Sonderpreis: € 5,00 - Bitte anmelden!

Workshop

Alles unter Kontrolle?: Wie messe ich meinen Blutdruck richtig!

Mittwoch, 29.10.08, 16.00 – 17.30 Uhr
Gesundheitsforum der Marien-Apotheke, Apothekergasse 4, Lohr

Jürgen Beyerbach, Fa. Omron Medizintechnik
Bitte bringen Sie, wenn vorhanden, auch Ihr eigenes Blutdruckmessgerät mit!

Unkostenbeitrag: € 5,00 - Bitte anmelden!
10-15 Teilnehmer

Blutdruckmessgerät-Prüftag

Können Sie Ihrem Blutdruckmessgerät noch trauen?

Donnerstag, 30.10.08

Bringen Sie uns bitte bis zum Mittwoch, 29. Oktober Ihr Blutdruckmessgerät zur Messtechnischen Kontrolle (ehemals „TÜV“) vorbei.

Am 31. Oktober erhalten Sie es mit einem offiziellen Prüfprotokoll zurück.

Unkostenbeitrag: € 12,50 - Bitte anmelden!



Schnupperkurs

Herzsport (Verein für Rehabilitations-sport, Lohr a. Main)

Freitag, 31.10.08, 17.15 – 19.15 Uhr,
Spessarttorhalle Lohr

In einer ca. 30 min dauernden Einführung erklärt Ihnen Dr. Gerd-Uwe Johnson, Facharzt für Allgemeinmedizin und Reha-Sport, die vorteilhafte Auswirkung des Herzsportes bei chronischen Herzerkrankungen. Anschließend wird Ihnen Helmut Schmitt, lizenziierter Übungsleiter mit Fachschein Herzsport, in einer Trainingseinheit leichte Übungen zum Mitmachen vorstellen.

Bitte Sportkleidung und Turnschuhe mitbringen.
Treffpunkt: Eingangsbereich der Spessarttorhalle Lohr a. Main

Unkostenbeitrag: € 5,00 - Bitte anmelden!



Anne Lahoda

Marien-Apotheke

Unsere Erfahrung. Ihre Gesundheit.

www.marien-apotheke-lohr.de

In der Fußgängerzone · Lohr am Main

Tel. 0 93 52 - 87 73 0 · Fax 0 93 52 - 87 73 20