



## InfoForum – Vortragsveranstaltungen im Raum Copernicium im Erdgeschoss.

Wir haben für Sie im InfoForum ein umfassendes Vortrags- und Informationsangebot zusammengestellt. Im Raum copernicium bieten wir Ihnen zu vielen Fragestellungen interessante Angebote und kompetente Ansprechpartner.

Nutzen Sie das Angebot und suchen Sie sich das Passende heraus! Bitte folgen Sie den Hinweisschildern oder informieren Sie sich am Informationsstand des Seniorenrates. Unsere Helferinnen und Helfer begleiten Sie gerne.

Uhrzeit	Programmpunkt	Institution, Referenten
 10.45 – 11.30 Uhr	<b>Tanzen – Schwung und Lebensfreude, Gruppe Geselliges Tanzen</b> Tänze aus der internationalen Folklore in vereinfachter Form und Figurenfolge, auch gesellige Tanzformen mit Elementen von Standard- und Lateinamerikanischen Tänzen sowie Discotänze und Squares. Bewegungslust, Kommunikation und Entspannung beim Tanzen.	<b>DRK Kreisverband Darmstadt-Stadt e.V.</b> Mornwegstr. 15, 64293 Darmstadt Tel. 06151 3606-657
 11.45 – 12.15 Uhr	<b>Sketche zur Vorgehensweise bei Straftaten</b> wie z. B. Enkeltrick, Falscher Polizeibeamter, Falscher Handwerker, Trickdiebstahl im Supermarkt mit Kommentierung durch die Polizei	<b>Seniorentheatergruppe „Roßdörfer Spätlese“</b> (1. Vors. Hr. Karl-Heinrich-Charly-Braun) Simone Stock, Fachberaterin der Polizeilichen Beratungsstelle, Darmstadt Tel. 06151 9694030
 12.30 – 13.00 Uhr	<b>Tanzen für BEST AGER, Club Agilando</b> Ein geselliges Tanzvergnügen für die Generation 50plus	<b>Udo Schubert, Tanzschule Bülke,</b> Dieburger Str. 234, 64287 Darmstadt Tel. 06151 74251
 13.30 – 14.00 Uhr	<b>Sketche zur Vorgehensweise bei Straftaten</b> wie z. B. Enkeltrick, Falscher Polizeibeamter, Falscher Handwerker, Trickdiebstahl im Supermarkt mit Kommentierung durch die Polizei	<b>Seniorentheatergruppe „Roßdörfer Spätlese“</b> (1. Vors. Hr. Karl-Heinrich-Charly-Braun) Simone Stock, Fachberaterin der Polizeilichen Beratungsstelle, Darmstadt Tel. 06151 9694030
 14.30 – 15.00 Uhr	<b>Stimmig sein mit seiner Stimme – auch im Alter</b> Eine Anleitung zum guten Einsatz und Nutzen der eigenen Stimme	<b>Ulrike Steck</b> Musikpädagogin, Chorleiterin
 15.30 – 16.00 Uhr	<b>Singen verbindet – Volkslieder singen mit Petra Bassus</b> Petra Bassus, Gesang und Marcella Hagenauer, Gitarre	<b>Petra Bassus</b> Gesang und Marcella Hagenauer, Gitarre





## InfoForum – Vortragsveranstaltungen im Raum Platinum im 2. Obergeschoss.

Wir haben für Sie im InfoForum ein umfassendes Vortrags- und Informationsangebot zusammengestellt. Im Raum Platinum bieten wir Ihnen zu vielen Fragestellungen interessante Angebote und kompetente Ansprechpartner.

Nutzen Sie das Angebot und suchen Sie sich das Passende heraus! Bitte folgen Sie den Hinweisschildern oder informieren Sie sich am Informationsstand des Seniorenrates. Unsere Helferinnen und Helfer begleiten Sie gerne.

Uhrzeit	Programmpunkt	Institution, Referenten
 11.15 – 11.45 Uhr	<b>Gesund und fit mit Yoga im Sitzen</b> Eine praktische Einführung zum Mitmachen und Ausprobieren	<b>Alexandra Diefenbach</b> TSG 1846 Darmstadt Heinrich-Fuhr-Str. 40, 64287 Darmstadt Tel. 06151 43877
 12.15 – 12.45 Uhr	<b>Lachyoga – eine Schnuppereinheit</b> Im Mittelpunkt steht das Lachen mit seinen entspannungs- und gesundheitsfördernden Wirkungen – weniger Stress, verbesserte Atmung, Blut- kreislauf in Schwung bringen, Blutdruck senken, Immunsystem stärken, gemeinsam Spaß und Freude haben	<b>Sandra Mandl</b> Systemische Beratung und Körperpsychotherapie, Traumatherapie Tel. 01 57 71072502
 13.00 – 13.30 Uhr	<b>Gesund und fit mit Yoga im Sitzen</b> Eine praktische Einführung zum Mitmachen und Ausprobieren	<b>Alexandra Diefenbach</b> TSG 1846 Darmstadt Heinrich-Fuhr-Str. 40, 64287 Darmstadt Tel. 06151 43877
 14.00 – 14.30 Uhr	<b>Lachyoga – eine Schnuppereinheit</b> Im Mittelpunkt steht das Lachen mit seinen entspannungs- und gesundheitsfördernden Wirkungen – weniger Stress, verbesserte Atmung, Blut- kreislauf in Schwung bringen, Blutdruck senken, Immunsystem stärken, gemeinsam Spaß und Freude haben	<b>Sandra Mandl</b> Systemische Beratung und Körperpsychotherapie, Traumatherapie Tel. 01 57 71072502





## InfoForum – Vortragsveranstaltungen im Raum Aurum im 2. Obergeschoss.

Wir haben für Sie im InfoForum ein umfassendes Vortrags- und Informationsangebot zusammengestellt. Im Raum Aurum bieten wir Ihnen zu vielen Fragestellungen interessante Angebote und kompetente Ansprechpartner.

Nutzen Sie das Angebot und suchen Sie sich das Passende heraus! Bitte folgen Sie den Hinweisschildern oder informieren Sie sich am Informationsstand des Seniorenrates. Unsere Helferinnen und Helfer begleiten Sie gerne.

Uhrzeit	Programmpunkt	Institution, Referenten
09.45 – 10.30 Uhr	<b>Eröffnung der Darmstädter Seniorentage 2018</b>	
 12.00 – 12.30 Uhr	<b>Akupunktur bei Makuladegeneration und anderen Augenleiden und weitere naturheilkundliche Therapiemöglichkeiten</b>	<b>Praxis für Naturheilkunde, Sabina Hasanagic-Schanz</b> Heilpraktikerin, F.X. Mayr-Therapeutin Praxis für Naturheilkunde, Rheinstr. 7–9, 64283 Darmstadt, Tel. 06151 21000
 12.45 – 13.15 Uhr	<b>Macht Narkose dumm? Über Delir und Verwirrtheit nach Narkosen</b>	<b>Dr. Bernd Schoenes</b> , Oberarzt der Klinik für Anästhesiologie und operative Intensivmedizin, Klinikum Darmstadt GmbH, Grafenstr. 9, 64283 Darmstadt, Tel. 06151 107-0
 13.30 – 14.00 Uhr	<b>Zuhause wohnen mit Komfort und Sicherheit</b>	<b>Handwerkskammer Rhein-Main</b> Brigitte Fach, Architektin Tel. 06155 823251
 14.15 – 14.45 Uhr	<b>Wenn die Eltern älter werden – wann spricht man in der Familie über den Tod?</b>	<b>Senta Kahrhof, Kahrhof Bestattungen und Bestattungsvorsorge</b> Merckstr. 13, 64293 Darmstadt Tel. 06151 59908-0
 15.00 – 15.30 Uhr	<b>Künstliches Gelenk bei Osteoporose, ist das möglich?</b>	<b>Dr. med. Anastasios Skardoutsos</b> Oberarzt, EndoProthetikZentrum AGAPLESION ELISABETHENSTIFT, Landgraf-Georg-Str. 100, 64287 Darmstadt Tel. 06151 403-1910
 15.45 – 16.15 Uhr	<b>Hören und Verstehen – zwei Paar Schuhe!</b>	<b>Michael Henning</b> , Hörakustik-Meister, Hörtherapeut, Pädakustiker, Akustik Spezial, Luisenstr. 10, 64283 Darmstadt Tel. 06151 6607666






## InfoForum – Raum der Stille Am Ausgang des großen Ausstellungssaales Richtung Alexander Straße.

Das Evangelische und Katholische Dekanat haben einen Raum der Stille eingerichtet.

Eine interessante Ausstellung, eine Ruhezone und Impulse zum Nachdenken laden Sie ein.

Uhrzeit	Programmpunkt	Institution, Referenten
 10.00 – 17.00 Uhr	<b>Art of Aging – Die Kunst des Altern</b> Ausstellung entstanden in Zusammenarbeit mit den Bewohnerinnen und Bewohnern des Seniorenzentrums an der Rosenhöhe, Darmstadt	Ev. und Kath. Dekanat Darmstadt
10.00 – 17.00 Uhr	<b>Der stille Raum: Labyrinth – Symbol für den Weg durch das Leben</b> Stiller Raum mit Impulsen zum Nachdenken	Ev. und Kath. Dekanat Darmstadt






## InfoForum – SeniorentagsTreff – Genuss, Erholung und Unterhaltung im Foyer, Erdgeschoss Eingangsbereich.

Machen Sie eine Pause bei Kaffee und Kuchen in unserem SeniorentagsTreff, treffen Sie Freunde und Bekannte.

Im großen Ausstellungssaal haben wir für Sie ebenfalls eine Ruhezone vorbereitet.

Uhrzeit	Programmpunkt	Institution, Referenten
 10.30 – 17.00 Uhr	<b>Seniorentags-Café</b> Kleiner Imbiss, Kaffee und Kuchen	

