

**Ihr Tag für Gesundheit
und Wohlbefinden.**

**Kommen. Entdecken.
Gesund bleiben.**

Tag des Gesundheitsamtes

Öffentliche Gesundheit - Persönlich erleben



Kreisverwaltung Bernkastel-Wittlich
Fachbereich Gesundheit
Kurfürstenstr. 67, 54516 Wittlich
Tel.: 06571 14-2434
E-Mail: Gesundheitsamt@Bernkastel-Wittlich.de
Internet: www.bernkastel-wittlich.de

**Beratung, Aktionen und Einblicke
in die Gesundheitsvorsorge**

Unser Programm für Ihre Gesundheit

Der Tag der Gesundheit lädt alle Interessierten dazu ein, sich zu informieren, Fragen zu stellen und aktiv mitzuwirken. Fachkräfte des Gesundheitsamtes geben Einblicke in Prävention, Vorsorge und einen gesunden Alltag.

Von **09:00 bis 12:00** Uhr sowie von **14:00 bis 16:00** Uhr

erwarten Sie Mitmachaktionen und Gesundheits-Checks für alle Altersgruppen. Nutzen Sie die Gelegenheit, Neues zu entdecken und Impulse für Ihre Gesundheit mitzunehmen.

Veranstaltungsort

Gesundheitsamt
Kurfürstenstr. 67
54516 Wittlich

Anreise

- **Navigation / GPS:** Einfach „Kurfürstenstraße 67, 54516 Wittlich“ eingeben.
- **Parken:** In der Umgebung der Kreisverwaltung gibt es meist gebührenfreie oder gebührenpflichtige Parkplätze – je nach Tag/Uhrzeit.
- **Öffentliche Verkehrsanbindung:** Achten Sie bei Bedarf auf örtliche Buslinien in Wittlich, die zum Stadtzentrum führen.

Wir freuen uns, Sie bald persönlich begrüßen zu dürfen!

Fitness und Ernährung



- Mini Check-up für Erwachsene
- Blutdruck- und Blutzuckermessung
- Gewinnspielquiz: „Ernährungsmythen – wahr oder falsch?“

Gesundes Aufwachsen



- Zahngesundheit - Starke Zähne von Anfang an
- Einblick in die Schuleingangsuntersuchung
- Mini Check-up für Kinder

Hören, Sehen und Atmen



- Check-up: Sehtest
- Hörtests zur Früherkennung von Hörverlust
- Lungenfunktionstest

Mitmachen und Entdecken



- Herz-Lungen-Wiederbelebung praktisch üben
- Rausch & Reaktion – Parcours mit Alkohol- und Drogenbrille
- Interaktive Stationen – Wissen durch Mitmachen u.v.m.

Hygiene und Sauberkeit



- Händehygiene: Richtiges Waschen vs. Desinfizieren
- richtige Hygiene im Krankheitsfall

Haut und Sonne



- Sonnenschutz im Alltag
- Die unterschätzte Gefahr
- Hitzestress erkennen und vermeiden – Warnzeichen & Erste Hilfe
- Trinken bei Hitze – Was, wie viel und wann?

Beratung und Unterstützung



- Tipps zur Reiseimpfung
- Gesundheit für jedes Lebensalter
- Fragen und Antworten rund um Geschlechtskrankheiten

Psychische Gesundheit



- Psychische Gesundheit
- Seelische Belastungen erkennen und verstehen
- Angebote und Informationen des sozialpsychiatrischen Dienstes

Infektionsschutz



- Einblicke in die Arbeit eines Hygieneinspektors

Verwaltung und Gesundheit



- Informationen zur Mitnahme von Betäubungsmitteln (BtM)
- Feedbackwand - Ihre Meinung. Unser Auftrag.