

## **Presseinformation**

### **Einladung zum Gesundheits- und Pflorgetag ins AWO Seniorenzentrum Breitenbrunn**

Termin: Donnerstag, 9.5.2019, 10 – 18 Uhr

Ort: AWO Seniorenzentrum Breitenbrunn, Am Weißwald 9/11, 08359 Breitenbrunn

Am Donnerstag, dem 9. Mai, von 10 bis 18 Uhr, lädt das AWO Seniorenzentrum Breitenbrunn zu einem Gesundheits- und Pflorgetag ein. „Unseren Tag der offenen Tür“, erläutert Jörg Löschmann, „haben wir in diesem Jahr unter ein ganz besonderes Motto gestellt: Work-Life-Balance, Leben im Gleichgewicht. Es geht um einen gesunden Lebensstil, Zufriedenheit und Wohlbefinden. Hierfür bieten wir vielfältige Informationen und Anregungen – für jedes Alter.“ Dazu gehören auch zwei Kurse im Sinne der Vorbeugung und zum Abbau von Rückenproblemen. Die Kurse vermitteln Übungen, die jeder in seinen Alltag einbauen kann ebenso wie Entspannungsübungen, sie beginnen 12.00 Uhr und 13.30 Uhr. Hinweise zur gesunden Ernährung gibt es am grünen Buffet. Wie Hilfsmittel von A bis Z die Pflege erleichtern können, wird sicher besonders pflegende Angehörige interessieren. Ansprechpartner des ambulanten AWO Pflegedienstes, der AWO Tagespflege und des AWO Pflegewohnheimes „DA WOHN ICH“ stehen über den gesamten Tag hinweg für Fragen zur Verfügung. Das Gesundheitsamt Aue bietet einen Praxistest zur Händehygiene. Und wenn die Gelenke nicht mehr wollen – wer in die Montur des Age-Man schlüpft, erfährt wie es sich anfühlt, wenn diverse Handicaps zu körperlichen Einschränkungen führen. Den Rahmen bildet eine Ausstellung der AWO Erzgebirge gemeinnützige GmbH unter dem Titel „100 Jahre AWO“. Die Arbeiterwohlfahrt feiert ihr einhundertjähriges Bestehen. Im Dezember 1919 wurde der Wohlfahrtsverband durch Marie Juchacz gegründet und ist heute mit vielen sozialen Einrichtungen auch in Sachsen stark aufgestellt und einer der größten Arbeitgeber.

Interessenten sind herzlich willkommen.

gez. Birgit Bach, Öffentlichkeitsarbeit, birgit.bach@awo-in-sachsen.de