

**Markt der Möglichkeiten am Samstag,
22. September, 11 bis 16 Uhr:**

Das Programm auf der Empore-Bühne



Moderation:
Nils Schwarzenberg



11.15 Uhr: Dr. Andreas W. Schneider, Facharzt für Urologie, Winsen: „Vorsorgeuntersuchung - Was der Urologe den Männern rät“



11.30 Uhr: Dr. Werner Raut, Chefarzt der Kardiologie im Krankenhaus Buchholz: „Herzinfarkt – Nur eine Männererkrankung?“



11.45 Uhr: Dr. Wolfgang Wedel, Chefarzt der Inneren Medizin im Krankenhaus Winsen, und Dr. Holger Meisel, Chefarzt für Chirurgie, Visceralchirurgie und Proktologie im Krankenhaus Winsen: „Darmkrebs – Vorsorge und Therapie“



12 Uhr: TSV Buchholz 08: Auftritt Lateintanzpaare und Breakdancer



12.30 Uhr: Dr. Bernd Hinkenjann, Chefarzt der Orthopädie und Unfallchirurgie im Krankenhaus Buchholz: „Typische Männersportverletzungen“



12.45 Uhr: Dr. Heiner Austrup, Chefarzt der Orthopädie im Krankenhaus Winsen: „Das Kreuz mit dem Kreuz - Prophylaxe, konservative und operative Behandlungsmöglichkeiten bei Rückenschmerzen“



13 Uhr: Musicalsänger Nils Schwarzenberg und Dr. Matthias Rose, Facharzt für Allgemeinmedizin: „Warum Singen so gesund ist“



13.20 Uhr: Dr. Hans-Peter Neunzig, Chefarzt der Neurologie in der Waldklinik Jesteburg, und Petra Böker, Therapeutische Leitung der Waldklinik: „Frauen reden, Männer wissen, wo es lang geht“, Einblicke in die Arbeit der beiden Gehirnhälften



13.45 Uhr: aerztenetz elan elbe luhe nordheide: Dr. Rainer Hennecke, Facharzt für Allgemeinmedizin: „Männermedizin in der Hausarztpraxis“



14.15 Uhr: Sumba – Afro-Dance-Show zum Mitmachen mit Stephanie Senegal, dem Percussionisten Kekso Lamine Diabang, Tänzern und Musikern aus dem Senegal



14.45 Uhr: WingWave®-Coach Imke Keil: „Wenn Angst uns hemmt“

15.15 Uhr: Preisverleihung des Preisausschreibens

Redaktion, Gestaltung: www.nanette-franke-journalistin.de • Karina Buchholz - Grafikdesign
Fotos: Barfußpark, Egestorf

Doppelt gewinnen beim Markt der Möglichkeiten

Der Besuch der 1. Gesundheitstage des Landkreises mit dem Markt der Möglichkeiten am Samstag, 22. September, 11 bis 16 Uhr, im Buchholzer Veranstaltungszentrum Empore lohnt sich gleich doppelt. Denn medizinische Top-Experten geben Ihnen Tipps und Anregungen, wie Sie gesund leben. Und Sie können mit etwas Glück attraktive Preise gewinnen.

Beantworten Sie auf dem Zettel, den wir Ihnen am Eingang überreichen, die unten stehenden Fragen und geben Sie den Zettel am Stand des Landkreises ab. Dort werden um 15.15 Uhr die Gewinner ermittelt und die Preise vergeben. Wichtig: Preise, die nicht persönlich entgegen genommen werden, verfallen.

In welchen Orten finden Sie die kommunalen Krankenhäuser?

- Winsen/Buchholz
- Buchholz/Neuwulmstorf
- Winsen/Elbmarsch

Wie viel Prozent der Männer nutzen die Früherkennungsuntersuchungen?

- 20 %
- 30 %
- 50 %

Was ist der PSA Test?

- Vorsorgeuntersuchung auf Prostatakrebs
- Vorsorgeuntersuchung auf Darmkrebs
- Vorsorgeuntersuchung auf Diabetes



Und das gibt es zu gewinnen:

- 1. Preis:** Ein Wellness-Wochenende für zwei im Hotel Acht Linden in Egestorf mit Besuch des Barfußparks
- 2. Preis:** 2 x 5 Wellnessmassagen
- 3. Preis:** ein Jahr Mitgliedschaft in einem Sportverein für Sie, Ihren Partner bzw. die ganze Familie

Gesund leben



GESUNDHEITSTAGE 2012

**Was Männer gesund macht
- und Frauen auch**

Unser Gesundheits-Landkreis stellt sich vor

Im Landkreis Harburg im Süden Hamburgs lässt es sich leben. Denn er ist ein gesunder Landkreis. Er bietet seinen Bürgern Gesundheitsprävention und medizinische Versorgung auf höchstem Niveau. Mit seinen Modellprojekten ist er bundesweit Vorreiter:

- + Die Initiative Stadtlandpraxis holt junge, engagierte Hausärzte in den Kreis. Vor kurzem wurde diese Initiative des Landkreises mit dem niedersächsischen Gesundheitspreis ausgezeichnet
- + Eine enge Vernetzung von Krankenhäusern, Rehaklinik und Arztpraxen gewährleistet hohe Leistungskompetenz und schafft beste Voraussetzungen für eine aktive Gesundheitsfürsorge für die ganze Familie
- + Infoaktionen und das Internetportal „Gesundheitsnetz Landkreis Harburg“ geben Anregungen und Tipps für Gesundheit im Alltag
- + Ganz neu in diesem Jahr sind die Gesundheitstage mit Expertenvorträgen, mit Show und Spiel, mit Infos und einem Markt der Möglichkeiten. Sie machen die große Vielfalt der Gesundheitsangebote im Landkreis Harburg deutlich und sollen künftig regelmäßig stattfinden.

Ganz herzlich laden wir Sie zum Markt der Möglichkeiten in die Empore Buchholz (Breite Straße 10) ein. Hören und schauen Sie, machen Sie mit, schmecken Sie rein, probieren Sie aus.

Wir freuen uns auf Sie!

Gesundheitstage 2012 im Landkreis Harburg: Was Männer gesund macht – und Frauen auch



Uns werden Sie beim Markt der Möglichkeiten treffen

Der Männergesundheitsbericht 2010 sagt:

- **Jeder 2. Mann ist zu dick**
- **Ab dem 45. Lebensjahr sterben 1,5 Mal so viele Männer an Tumorerkrankungen wie Frauen**
- **Männer bekommen häufiger chronische Erkrankungen als Frauen**
- **Männer sterben sechs bis sieben Jahre früher als Frauen**

Der Landkreis Harburg will Männern – und Frauen – Mut machen, ihre Gesundheitsvorsorge selbst in die Hand zu nehmen. Wir helfen Ihnen dabei: Chefarzte der Krankenhäuser Buchholz und Winsen beraten Sie zu aktuellen Gesundheitsfragen. Beim Markt der Möglichkeiten stellen sich Gesundheitsanbieter aus dem gesamten Landkreis vor. Fitness-Mitmachaktionen, ein Showprogramm und ein attraktives Gewinnspiel locken. Was Sie wann und wo erwartet:

**Markt der Möglichkeiten am Samstag,
22. September, 11 bis 16 Uhr:**

Das Programm im Empore-Saal

Ausstellung: „Was ist für mich gesund?“

von Kindern und Jugendlichen aus dem Landkreis

„aerztenetz elan elbe luhe nordheide“: Der Mann in der hausärztlichen Versorgung

Blau-Weiss Buchholz: Geschicklichkeits- und Koordinationsübungen, Reha-Sport

Buchholz 08: Gesundheitssport und Fitness, u.a. Flexi-Bar

Care Point: Fußdruckmessung und dynamische Laufanalyse

DRK: Erste-Hilfe-Parcours

Freilichtmuseum am Kiekeberg: „Rund um die Milch“

GINSTERHOF, Psychosomatische Klinik: Progressive Muskelentspannung, Infos zur Therapie bei Angsterkrankungen

Landkreis Harburg Initiative „stadtlandpraxis“: ärztliche Versorgung im ländlichen Bereich

Krankenhäuser Buchholz und Winsen:

Kardiologie: „Jede Minute zählt“, Aktion gegen den Herzinfarkt

Orthopädie Winsen: Wege aus dem Rückenschmerz

Orthopädie und Unfallchirurgie Buchholz: Infos zur Knorpeltherapie und Hüftendoprothetik

Physiotherapie: Bewegung und Entspannung

Neurologie: Test: „Wie hoch ist mein Schlaganfallrisiko?“

Schlaflabor Winsen: „Wir machen Ihren Schlaf gesund“

Darmzentren der Krankenhäuser: Darmkrebsvorsorge

Chirurgie Winsen: Infos zur Adipositaschirurgie

Chirurgie Buchholz: Operieren am Dummy

Krankenhaus Salzhäusen: Infos über stationäre Versorgung und ambulante Hilfsdienste

Psychiatrische Klinik Lüneburg: Männer und Depressionen

Kreis-Sport-Bund: Bewegungsangebote

Landkreis Harburg, Abteilung Gesundheit:

Mitmachaktionen für Kinder und Erwachsene

QualiMed: Präsentation innovativer Medizinprodukte

Reife Leistung!: Gesunde Getränke und Speisen, Entspannung und Mobilisierung

Waldklinik Jesteburg:

Fitness- und Gleichgewichtsübungen, z.B. mit Wii, Galileo

Zukunftsberufe im Gesundheitswesen: Massagen, Aktion „Wie fühlt es sich an, alt zu sein?“

Zukunftswerkstatt: Mitmach-Experimente für Kinder