

Kontakt

Stadt Grevesmühlen

Rathausplatz 1, 23936 Grevesmühlen

Tel. 03881 / 723-0

E-Mail: info@grevesmuehlen.de

Informationen und Anmeldung

Stadt Grevesmühlen, Soziales

Melanie Walter-Saath

Tel.: 03881 723 148

E-Mail: stadtmarketing@grevesmuehlen.de

Der Eintritt ist frei. Keine Anmeldung notwendig.

Aktuelle Informationen finden Sie unter:

www.grevesmuehlen.de und
www.grevesmuehlen-erleben.de



Studienzentrum „Trittsicher in die Zukunft“ der SVLFG

Tel.: 0561 785 10514

E-Mail: zukunft-trittsicher@svlfg.de

Bildnachweise

Titel/Seite 1: Adobe Stock/Lightfield Studios

Seiten 3: SVLFG/Michaela Groß & Margit Jehs

Gesundheitskonferenz Grevesmühlen

Lust auf Bewegung!

Aktiv und digital bis ins hohe Alter

03. April 2025 | ab 14 Uhr | Rathaussaal Grevesmühlen



TRITT  **Sicher**
In die Zukunft



Programm

Gesundheitskonferenz

Grevesmühlen

03. April 2025, Rathaussaal und Foyer in Haus 2,
Rathausplatz 1, 23936 Grevesmühlen

14:00 Ankommen | „Markt der Möglichkeiten“ im Foyer

15:00 Beginn und Begrüßung im Rathaussaal

Lars Prahler, Bürgermeister Stadt Grevesmühlen
Thomas Lenz, Moderation

15:10 Anpassungsbedarf für eine Gesellschaft im Wandel

Ilona Scheufler, Koordinatorin Gesundheitsförderung
und Behindertenbeauftragte, Landkreis
Nordwestmecklenburg

15:30 Mitmach-Kurs: „Gesundheit durch Bewegung und Tanz“

Astrid Straathof, Vitalitanz

15:45 Praxisbeispiel I: Bewegung x Digitalisierung am Beispiel von „Trittsicher in die Zukunft“

Andrea Altmann, Sozialversicherung für
Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau (SVLFG)
Bewegte Pause zum Mitmachen

16:30 Praxisbeispiel II: Fit und mobil im Alter durch eFitness

Nizar Müller, Leitung Fundraising, Innovations- und
Projektmanagement, Hospital zum Heiligen Geist
Hamburg

17:00 Praxisbeispiel III: Bewegungsförderung für Ältere

Hannah Kirschnick, Sportorganisation
Landesturnverband M-V e.V.; AuF-Beraterin

**17:30 Moderiertes Podiumsgespräch
Auf Trab! Bewegung und Fitness in
Grevesmühlen - Wie kann das funktionieren?**

18:00 Ausklang

Markt der Möglichkeiten im Foyer

Was erwartet Sie?

Freuen Sie sich auf Themenstände verschiedener Einrichtungen, Vereine und Initiativen. Probieren Sie z.B. die Trittsicher-Pedalos aus und lernen Sie ellio kennen - ein innovativer Inaktivitätsmelder für Senioren oder Alleinlebende.

Aussteller sind u.a.:

Trittsicher in die Zukunft | ErlebniSTanz mit Vitalitanz | SV Blau-Weiß-Grevesmühlen e.V. | Pironex GmbH mit Ellio Inaktivitätsmelder | Pflegestützpunkte Mecklenburg-Vorpommern | DRK Krankenhaus | Seniorenpflegeheim Haus Sonnengarten | Ökumenischer Hospizdienst Schwerin-Nordwestmecklenburg | Sozialverband VdK Deutschland e.V. | Grevesmühlen demenzfreundlich



Wanderausstellung „Bewegte Lebenswege“

Ältere Menschen in sehr unterschiedlichen Lebenssituationen geben einen Einblick in ihr Bewegungsverhalten im Alltag. Ein Projekt der Landesvereinigung für Gesundheitsförderung in Schleswig-Holstein e.V. während der Veranstaltung im Rathaussaal zu sehen.