

## Veranstalter

Arbeitsgemeinschaft für gesundheitliche Aufklärung im Landkreis Saarlouis

## Kontakt

Stephan Ströher, Gesundheitsamt Saarlouis, Tel. 06831/444-773

## Aussteller

Betreuungsbehörde Saarlouis  
BDH - Bundesverband Rehabilitation e.V.  
Caritas Verband Saar Hochwald  
Demenz – Verein Saarlouis  
Deutscher Allergie und Asthma Bund e. V.  
Deutsche Rheuma Liga  
Elterninitiative ADHS  
Fibromyalgie Selbsthilfegruppe Schwalbach / Netzwerk Saarland  
Freundeskreis Saarlouis e. V.  
Gemeinschaftsstand der Kontakt und Informationsstelle für  
Selbsthilfe im Saarland, der Landesvereinigung für Selbsthilfe e.V.  
und dem saarländischen Bündnis gegen Depression.  
Gesundheitsamt Saarlouis  
Herzgruppen Saar  
Kreis Erwachsener Diabetiker/Apollonia Apotheke  
M. Basedow - Hashimoto Selbsthilfegruppe Dillingen  
Parkinsongruppe Dillingen  
Pflegerstützpunkt Saarlouis  
VDK OV

## Besondere Angebote:

- Blutdruck-, Cholesterin- und Blutzuckermessungen
- Asthmamobil auf dem Vorplatz  
mit kostenlosen Lungenfunktionstests

*Programmänderungen vorbehalten*



# Selbsthilfe und Gesundheitstag für alle Bürger im Vereinshaus Saarlouis-Fraulautern Saarbrücker Str. 5 29.09.2019 13.30 Uhr – 18.30 Uhr



**Es finden Fachvorträge zum Thema  
Schlafstörungen, Chronischer Schmerz und  
Asthma bronchiale statt.**

Die Selbsthilfegruppen im Landkreis Saarlouis informieren an Infoständen über ihre Arbeit. Außerdem gibt es ein buntes Rahmenprogramm für Jedermann mit Kaffee und Kuchen unter der Mitgestaltung des GKG Fraulautern e.V.

Die Arbeitsgemeinschaft für gesundheitliche Aufklärung lädt alle Bürger zu dieser Veranstaltung herzlich ein.

**Selbsthilfetag des Landkreises Saarlouis**  
**29.09.2019**  
**13.30 Uhr – 19.00 Uhr**

In einer Welt der Informationsflut, der wachsenden medizinischen Möglichkeiten und der Schnelllebigkeit kann man als Einzelperson verloren gehen, „Dr. Google“ gibt viele Antworten, aber sind es auch die Richtigen?

Hier hilft ein Austausch mit anderen Menschen, die ähnliche Fragen und Probleme haben wie man selbst.

Die Selbsthilfe ist ein Ort der Zuflucht, des Gedankenaustausches und der Erkenntnis, dass man nicht allein ist.

Trotzdem scheuen viele diesen Schritt –auch aufgrund fehlender Informationen.

An diesem Tag wollen wir bei Betroffenen und Ärzten das Bewusstsein über das Vorhandensein von Selbsthilfegruppen schärfen und auch die Scheu davor nehmen, „einfach mal hinzugehen“. Es werden sich verschiedene Selbsthilfegruppen und Verbände vorstellen. Zu verschiedenen Themen finden medizinische Fachvorträge statt.

**Das Rahmenprogramm umfasst:**

GKG Fraulautern e. V. Minigarde und Juniorengarde  
Ar-Tist Fraulautern mit Seifenblasen und Luftballon Kunst

Der Selbsthilfetag findet in Kooperation mit der Stadt Saarlouis statt

Die Große Fraulauterner Karnevalsgesellschaft e.V. verwöhnt Sie mit Getränken, Kaffee und Kuchen.

Die Veranstaltung ist eine kostenlose Informationsveranstaltung für Betroffene, Angehörige und Interessierte.

**-Barrierefreier Zugang-**

**Programm 29.09.2019**

**13.30 Uhr Vereinshaus Saarlouis-Fraulautern**

**Eröffnung und Begrüßung**

**Herrn Stephan Ströher**

Arbeitsgemeinschaft gesundheitliche Aufklärung im Landkreis Saarlouis

**Schirmherr Oberbürgermeister Herr Peter Demmer**

**Landrat Herr Patrik Lauer**

**Herr Dr. Wolfgang Schmitt**

Leiter Gesundheitsamt Saarlouis

**Vorstellung der kooperierenden Selbsthilfegruppen**

Sie haben die Möglichkeit, sich an den Infotischen zu informieren und mit den Experten ins Gespräch zu kommen.

Kostenlose Untersuchungen des Gesundheitsamtes zu nutzen oder z.B. das Asthmamobil für Tests zu nutzen.

Ausstellung regionaler Anbieter im Bereich Selbsthilfe, Gesundheit, Ernährung, Kosmetik, Sport, Vereine und Verbände, etc..

**Vorträge**

**ca. 14.15 Uhr Vortrag Dr. med. Nikolaus Rauber  
Zentrum für Nervenheilkunde Saarbrücken**

Thema: Was sind die häufigsten Ursachen von Schlaf-Störungen? „Diagnosestellung, Therapie und Eigeninitiative“

**ca. 15.00 Uhr Vortrag Dr. med. Patric Bialas  
Schmerzmedizinische Praxis Saarlouis**

Thema: Chronischer Schmerz was nun?

**ca. 16.30 Uhr Vortrag Prof. Dr. med. Quoc Thai Dinh  
Universitätsklinik Homburg  
Innere Medizin V-Pneumologie, Allergologie, Beatmungs- und Umweltmedizin**

Thema: Asthma bronchiale: unterschiedliche Formen, wie erkennen und wie behandeln?