

Aussteller am Gesundheitsschloss 2022



Alzheimer-Vereinigung

Die Organisation des täglichen Lebens stellt für Angehörige und andere betreuende Personen von Menschen mit einer Demenzerkrankung das grösste Problem dar. Als belastend empfunden werden die persönliche Erschöpfung, das Verhalten des Menschen mit einer Demenzerkrankung und die Organisation von

Unterstützung und Hilfe.

Alzheimer Zürich unterstützt Sie bei ihrer schwierigen und anspruchsvollen Aufgabe.



Am Steuer Nie

Mit den Auto-Fahrsimulatoren können in nüchternem Zustand die Auswirkungen von Substanzkonsum, Müdigkeit und Ablenkung auf die Fahrfähigkeit erlebt werden. Während der Fahrt im Simulator muss auf Gefahrensituationen reagiert werden. Diese Situationen werden analysiert und können einer alkoholisierten

Reaktion gegenübergestellt werden. Zusätzlich besteht die Möglichkeit, eine betrunkene Fahrt zu simulieren – dabei werden die Verzögerung der Reaktion, visuelle Einschränkungen und Gleichgewichtsstörungen deutlich.



Demenz – Herzverbindung statt Kopflast

Demenzen sind so unterschiedlich wie Menschen. Vor allem zu Beginn der Erkrankung ist Wissen darüber ein Schlüssel für die Gestaltung des Lebens. Unzählige Formen machen ein Vergleichen schwer. Der Königsweg ist das Finden von individuellen Lösungen. Der Vortrag führt sie an das Thema heran. Anschliessend gibt es eine Fragerunde, welche neue Blickwinkel für Betroffene und ihr Umfeld eröffnen kann.

Vortrag in der Ratstube um 15.30 Uhr



Feuerwehr Grüningen

Wie benutzt man einen Defibrillator? Wie reanimiert man eine Person? Diese Fragen beantworten Ihnen die First Responder der Feuerwehr Grüningen. Frischen Sie an der Reanimations-Puppe und dem Übungsdefibrillator Ihre Kenntnisse auf.



Jodelklub Bärgblume Grüningen

Jodeln für die Seele - Geniessen Sie ein Jodelkonzert im Schlosshof oder jodeln Sie am Besten gleich mit!

um 11.30 Uhr, 13 Uhr und 14 Uhr



#NO-FRONT - Wegweiser für eine starke Jugend.

Wir reden mit dir über alles. Du wählst das Thema. Besuche unser Präventionsmobil am Gesundheitsschloss.

Eine Präventionskampagne der Kantonspolizei Zürich, Stadtpolizei Zürich und Stadtpolizei Winterthur.

Vortrag in der Ratstube um 13 Uhr



Krebsliga Schweiz

Unternehmen Sie einen Rundgang durch das Darmmodell, dieses veranschaulicht auf eindrückliche und leicht verständliche Weise die verschiedenen Entwicklungsstufen von Darmkrebs.

Ein Rundgang durch das Darmmodell bietet die einzigartige Möglichkeit, sich über die Krankheit sowie deren Früherkennung zu informieren. Das acht Meter lange Modell zeigt, wie ein gesunder Darm aussieht, wie sich verschiedene Arten von Polypen bilden und wie sich diese zu einem bösartigen Tumor verändern können.



Lunge Zürich

Unser Atmungsorgan, die Lunge, ist unglaublich leistungsstark, gleichzeitig aber auch sehr sensibel. Die Atmung beeinflusst unser Befinden, unser Stressniveau oder auch unsere Schlafqualität und somit unsere Leistungsfähigkeit massgeblich. Wussten Sie, dass sich Stress mit der richtigen Atemtechnik reduzieren lässt

oder dass Tagesmüdigkeit oft durch Atemstörungen während des Schlafes ausgelöst wird? Bei Atemwegserkrankungen gilt: Je früher eine Fehlfunktion erkannt wird, desto besser kann sie behandelt werden. Interessierte ab zwölf Jahren haben im Bus die Möglichkeit, mit einem Lungenfunktionstest innert 15 Minuten ihre Lungengesundheit zu überprüfen. So können Hinweise auf allfällige Fehlfunktionen frühzeitig erkannt werden. Gleichzeitig werden Informationen rund um die Themen Lunge, Atmung und Luft vermittelt.



Männerkochclub Grüningen

Gönnen Sie sich eine kurze Pause und stärken Sie sich mit einem feinen Gemüse-Risotto, zubereitet vom Männerkochclub Grüningen.



Meditation - Alltagsübungen für Schultern, Nacken und Handgelenke

Überlastungen der Schulter-Nacken Region führen zu Spannungskopfschmerzen, leichten Verspannungen im Nacken bis hin zu Schulterimpingement oder zur Frozen Shoulder. Durch kleine, feine Übungen lösen wir das Bindegewebe, lindern Schmerzen und verhindern Steifigkeit. Eine kurze Atemübung unterstützt das Loslassen. Führe deinen Körper zurück in die Balance

und erlebe Wohlbefinden.

in der Schlosskirche um 11 Uhr, 12 Uhr, 13.30 Uhr und 14.30 Uhr



MOJUGA

Unsere Angebote beruhen auf den Grundprinzipien der Freiwilligkeit, Offenheit und Mitgestaltung.

Auf dieser Grundlage suchen wir den Kontakt zu der Zielgruppe und pflegen Beziehungen. Wir setzen uns dafür ein, dass es Kindern und Jugendlichen gut geht und ihre Bedürfnisse zur Geltung kommen. Jugendliche können uns ihre Themen anvertrauen. Wir sagen ohne ihr Einverständnis nichts Persönliches weiter, ausser wir sind gesetzlich dazu verpflichtet.

Degustiere unsere gesunden Shots an unserer Bar am Gesundheitsschloss.



Physiotherapie Ryser

Die Füße sind mit unzähligen Neurorezeptoren ausgestattet, welche Informationen zur Körperhaltung und -position im Raum an die Hirnareale weitergeben. Unterschiedliche Fussformen, Druck- und Fehlbelastungen an den Füßen sowie schmerzende Füße beeinflussen somit direkt unsere Körperstatik und können auch Auslöser für Knie-, Hüft- oder Rückenschmerzen sein.

Unsere Fussanalyse mittels Fuss-Scan und dynamischer Fussdruckmessung liefert Informationen über die Fuss-Form, die Druckverteilung und Abrollbewegung der Füße

sowie Bodenreaktionskräfte unter Belastung und ermöglicht es uns Fehlbelastungen am Fuss sowie deren Auswirkungen auf die Körperstatik zu erkennen.

"Die Füße die uns tragen" - Vortrag in der Ratstube um 10.30 Uhr und 14 Uhr



Regio 144 AG

Besichtigen Sie ein Rettungsfahrzeug der Regio 144.



Samariterverein Grüningen

Die Schwerpunkte der Samaritertätigkeiten liegen im richtigen Verhalten bei Notfällen im Alltag, wie auch die 1. Hilfe-Versorgung an verschiedenen Anlässen. An unseren Übungen wird immer wieder neues gelernt und bereits Erlerntes aufgefrischt.



Spitex Grüningen

Wir sind für die ambulanten Leistungen im gesamten Einzugsgebiet der Gemeinde Grüningen verantwortlich. Wir haben uns neu auch der vertikalen Integration verschrieben und bieten seit Sommer 2019 unsere Leistungen auch in 1 Pflegewohnung mit insgesamt 15 Pflegeplätzen für die stationäre Pflege und Betreuung an.



Sucht-Prävention Zürcher Oberland

Sucht beginnt im Alltag. Prävention auch.

"Ich sehe alles doppelt!"

Mit den Rauschbrillen können Jugendliche und Erwachsene in nüchternem Zustand erleben, wie Alkohol- oder Drogenkonsum die eigene Wahrnehmung und Reaktionsfähigkeit beeinträchtigt. Mit ein paar Übungsanweisungen wird erlebbar, dass selbst einfache, alltägliche Handlungen nur noch mit Mühe gelingen.



Tennisclub Grüningen

Herzlich willkommen zum Kids Tennis im Schlosshof!



ZÄMEGOLAUFE

Sind Sie 60 Jahre oder älter?

Möchten Sie sich gerne mehr bewegen?

Herzlich willkommen bei ZÄMEGOLAUFE.

Yoga am Chratzplatz

Zur Einstimmung und zum Abschluss am Gesundheitsschloss an einer Yoga-Lektion im Schlosshof teilnehmen. Machen Sie mit und geniessen Sie die einzigartige Stimmung! Falls vorhanden bitte Yoga-Mätteli mitnehmen.



um 10 Uhr und 15.30 Uhr