

25. MAI 2024 - 10 BIS 16 UHR

Informationsstände - Vorträge - Interviews -
Blaulicht-Organisationen - Präventionsstellen -
Spielecke - Verpflegung

Grünigen
Gesundheitsschloss



Natalie Schar
im Interview



Hochburg der Gesundheit!



VORTRÄGE - AKTIVITÄTEN

10.00	Yoga in der Kirche	
10.30	Jodeln im Schlosshof	Jodelklub Bärgblueme
11.00	Einweihung «Wie geht's Dir?»-Bänkli	Kampagne der Gesundheitsdirektion Kanton Zürich
11.30	Kulinarische Redewendungen – wie Essen unsere Alltagssprache prägt	Martina Bachofner GZO AG Spital Wetzikon
12.00	Interview mit Natalie Schär, Skicrosserin Swiss Ski Was macht Leistungssport mit der Psyche?	
13.00	Geschichten für Kinder	Mediothek Grüningen
13.30	Jodeln im Schlosshof	Jodelklub Bärgblueme
14.00	Beweglichkeit: Wer rastet – der rostet! Wissenschaftliche Grundlagen und praktische Übungen für den Alltag	Dominic Ryser Physiotherapie Ryser AG
14.30	Geschichten für Erwachsene	Mediothek Grüningen
15.00	Yoga in der Kirche	



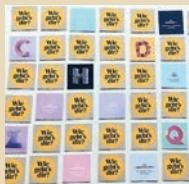
Die Gemeinde Grüningen setzt sich für die psychische Gesundheit ein und beteiligt sich an der kantonalen Bänkli-Kampagne «Wie geht's dir?». Das Bänkli steht bereits im Schlosshof für Gespräche bereit.

Weitere Infos zum Gesundheitsschloss finden Sie auf der Homepage: www.grueningen.ch



VERSCHIEDENES

Spielecke



Nähern Sie sich spielerisch dem Thema: ob Brettspiele, Memory, Bildrätsel oder Kreuzworträtsel – es hat für Jung und Alt etwas mit dabei!

Mitmach-Parcours



Wechseln Sie die Seite und staunen Sie! Wie fühlt es sich an, wenn die Gelenke steifer werden? Oder lösen Sie Aufgaben mit einer Rauschbrille, die ein Zuviel an Alkoholkonsum simuliert.

Verpflegung

Das Schlosscafé ist geöffnet, Hagers Bahnhofli Metzger heizt den Grill ein und frische Äpfel stehen zum Naschen bereit.

Herzlich Willkommen!

AUSSTELLER

Alzheimer-Piaggio
Ernährung
Psychische Gesundheit
Sucht- und Prävention
Mojuga
Physio im Alltag
Pro Senectute
Präventionsmobil KAPO
Regio 144
Luftibus
Spitex
Samariterverein
Zämegolaufe
Freiwilligenetz
Jodeln
Tennis im Schlosshof
Mediothek
Yoga in der Kirche
Feuerwehr

