

# 2. Vital- & Gesundheitstag

am Sonnabend, 14. Juni, im Staaken-Center in Spandau



Anzeige  
**Naturheilpraxis Spandau**  
Gegen Schmerz

Die Naturheilpraxis Spandau hat sich auf Schmerztherapie des Bewegungsapparates spezialisiert. Mit Techniken wie LNB Schmerztherapie nach Liebscher und Bracht, BEMER Therapie-systeme Homöopathie, können Sie Ihren Schmerzcode knacken! Gesundheit per Knopfdruck ausprobieren! Der Rücken schmerzt, die Gelenke tun weh, der Schlaf ist gestört... Man fühlt sich müde, schwach und krank. Ursache kann eine verminderte Durchblutung der kleinsten Gefäße im Organismus sein – der sogenannten Mikrozirkulation. Ist die Mikrozirkulation aber gestört, droht Krankheit. Einem Berliner Forscherteam ist es gelungen, die Durchblutung in den kleinsten Gefäßen durch gezielte physikalische Reize zu stimulieren. Am 14. Juni zum Gesundheits-Vitaltag kann man diese physikalische Gefäßtherapie näher kennenlernen. Außerdem biete ich Blutdruck-, Puls und Sauerstoff-Sättigungsmessung an. Naturheilpraxis Spandau, Zeppelinstraße 27, 13583 Berlin, ☎ 39 79 37 66, Infos auch auf [www.schmerztherapie-dieal-ternative-berlin.de](http://www.schmerztherapie-dieal-ternative-berlin.de).

## Herzlich willkommen!

Grußwort der Veranstalter

Liebe Spandauer, zum zweiten Mal findet der Spandauer Vital- und Gesundheitstag, diesmal am Sonnabend, 14. Juni, am Einkaufszentrum Staaken-Center in der Obstallee 28-30 statt. Als Initiatoren freuen wir uns besonders darüber, dass unsere Idee aus dem vergangenen Jahr einen so guten Anklang gefunden hat. Mit 30 Ausstellern und Anschließern konnte die Zahl der beteiligten Unternehmen deutlich gesteigert werden. Das bedeutet für unsere Besucher, dass sie sich in entspannter Atmosphäre noch besser über Themen rund um die Gesundheit, Wellness, Sport und Pflege informieren können. Unseren Ausstellern und uns ist es besonders wichtig, dass man hier einmal mit den Experten ganz zwanglos, ohne Zeitdruck ins Gespräch kommen kann. Da gibt es manchmal wertvolle Anregung.

Das Ganze verbindet man dann mit einem Bummel

durch das beliebte lokale Versorgungszentrum Staaken-Center. Der Wochenendeinkauf ist gesichert und die notwendigen Vorräte für die beginnende WM können aufgefüllt werden. Parkplätze sind übrigens kostenfrei im Parkhaus vorhanden.

Haben Sie noch etwas Zeit? Ein kleiner Bummel durch diesen Teil Staakens und vielleicht hinauf, auf die Höhen des Hahnebergs mit einem fantastischen Ausblick. Auf der einen Seite die quirlige Metropole, auf der anderen Seite das wunderschöne Havelland. Oder zum traditionsreichen Fort Hahneberg! Ob zu Fuß oder mit dem Rad: Es soll ein Tag für Ihre Gesundheit und Vitalität werden. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

**Ulrike Schmidt, EKZ Staaken-Center**  
**Olaf Lezinsky, Spandauer Volksblatt**

**Hans Juergen Bracht, Zentrum Apotheke**

## Zeit für die Gesundheit

Zweiter Vital- und Gesundheitstag in Spandau

**Staaken.** „Zeit für Gesundheit in Berlin-Spandau“ lautet das Motto des zweiten Vital- und Gesundheitstages am 14. Juni von 10 bis 16 Uhr am und im Staaken-Center, Obstallee 28-30.

In sommerlicher Atmosphäre präsentieren mehr als 30 Aussteller ihre Dienstleistungen, Produkte und Informationen rund um die Themen Pflege, Sport, Freizeit, Wellness und Beauty sowie Vorsorge, Prävention, Therapie und Gesundheitsförderung auf dem Vorplatz des Centers. Unter anderem stellen sich das Gemeinschaftskrankenhaus Havelland und das centrovital vor. Die Casa Reha informiert über ihr gerade neu entstehendes Seniorenpflegeheim „Am Wiesengrund“. Mieter des Staaken-Centers wie die Zentrum-Apotheke informieren über die Aromatherapie und Nordic Walking. Geers Hörakustik bietet kostenlose Hörtests und Schmelzer Optik kostenlose Sehtests an. Mrs. Sporty hält ein besonderes Angebot zur Anmeldung als neues Clubmitglied bereit und ist mit seinem Chor live auf der Bühne zu sehen. Der Vital- und Gesund-



Das Staaken-Center widmet sich als Quartiersmittelpunkt ganz der Fitness und dem Wohlfühlen. Foto: Staaken-Center

heitstag hat zudem den Charakter eines Familienfestes. Für die kleinen Besucher gibt es lustige Holzfiguren zum Bemalen und Mitnehmen, Kräuterkunde sowie Wissensspiele rund ums Obst und Gemüse.

Im Rahmen eines Gesundheitsquiz mit mehreren Spielrunden können die Besucher Sachpreise im Ge-

samtwert von mehr als 1000 Euro gewinnen. Im Center führt sie eine grüne Linie zu besonders gesunden Angeboten und Aktionen verschiedener Geschäfte. CS

Das Center hat am Sonnabend von 8 bis 18 Uhr geöffnet. Der Vital- und Gesundheitstag selbst endet gegen 16 Uhr. Der Eintritt ist frei.

### Caritas. Ein sicheres Netz. Rund um die Uhr.



**Caritas-Sozialstation Spandau**  
Pflege zu Hause  
Westerwaldstr. 20 | 13589 Berlin  
Tel.: 030 66633-560

**Caritas-Seniorenwohnhaus St. Stephanus**  
Servicewohnen  
Gorgasring 11 | 13599 Berlin  
Tel.: 030 3344038

*Wir freuen uns auf Ihren Besuch an unserem Informationsstand und auf interessante Gespräche mit Ihnen!*

**030 61 79790**  
[www.caritas-altenhilfe.de](http://www.caritas-altenhilfe.de)



### Im Zentrum Ihrer Gesundheit!

Wir laden Sie herzlich ein zum

## 2. Spandauer Gesundheitstag

am 14. Juni 2014 • 10-16 Uhr

Wir beraten Sie umfassend zu folgenden Themen:

- Nordic Walking** fit in den Sommer mit 2 Stöcken
- Ernährungsberatung** rundum gesund mit Ausschank von Mineral- und Vitamin-Drinks, alles Wissenswerte über Blutzucker und Cholesterin sowie kostenlose Messungen, Vorstellung neuester Blutdruckmessgeräte
- Reisevorbereitung** Kompetente Beratung zu Kompressions- und Stützstrümpfen.
- Hausapotheke** was sollte in Ihrer Hausapotheke nicht fehlen?

**Partner:**  
ratiopharm  
DLRG  
Gesundheitspraxis Wilhelmstadt

### Zentrum Apotheke

Obstallee 28 - 30  
13593 Berlin

Tel.: 030-363 36 36  
[www.zentrumapotheke.de](http://www.zentrumapotheke.de)



im Staaken Center vor der  
**Zentrum Apotheke**

[www.zentrumapotheke.de](http://www.zentrumapotheke.de)

# 2. Vital- & Gesundheitstag

am Sonnabend, 14. Juni, im Staaken-Center in Spandau



Anzeige

Anzeige

## Caritas Sozialstation Spandau

### Ambulante Pflege in der Havelstadt

Seit 1982 existiert die Caritas Sozialstation Spandau in der Westerwaldstraße 20, die von Pflegedienstleiter Uwe Guth geführt wird. „Im Regelfall betreuen wir durchschnittlich 190 pflegebedürftige ältere Menschen in deren häuslichem Umfeld, wobei zum Leistungsspektrum unter anderem das Einkaufen, die Haushaltshilfe, die Körperpflege sowie die medizinische Versorgung wie Verbandswechsel oder das Verabreichen von Injektionen zählen“, so Uwe Guth. „Darüber hinaus werden von uns auch schwerstpflegebedürftige Menschen sowie demenziell Erkrankte versorgt.“ Außerdem bietet die Einrichtung das „Betreute Seniorenwohnen St. Stephanus“ im Gorgasring 11 in Haselhorst. Ein „Demenz-Café“ in



**Pflegedienstleiter Uwe Guth bietet eine ambulante Pflege in der Havelstadt an.** Foto: P.R.

der Kirchengemeinde St. Markus Am Kiesteich lädt Betroffene regelmäßig ein. Weiterhin ermöglicht die Caritas Sozialstation Spandau einen fahrbaren Mittagstisch. Bürozeiten: Mo-Fr 7-17 Uhr. Telefon: ☎ 666 335 60 rund um die Uhr. P.R.

## Zentrum-Apotheke

### Nordic Walking für jeden

Diese Sportart hat sich im Laufe der Jahre als effektiver Ausdauer-sport etabliert. Durch den intensiven Stockeinsatz erreicht man eine Beanspruchung des ganzen Körpers, angefangen beim Schultergürtel, über das Öffnen und Schließen der Hände, der Rotation der Hüfte, der Bein- und Fußarbeit. Der Nacken- und Schulterbereich sowie die Bandscheiben sind durch die ständige Rotation in Bewegung und werden gelockert, die Beinmuskulatur wird gekräftigt und der Gleichgewichtssinn gefördert. Das Herz-Kreislaufsystem wird durch die Bewegung ange-

regt und die Fettverbrennung gesteigert. Durch entsprechende Übungen zum Aufwärmen, zur Technik und abschließendem Dehnen werden die Muskelgruppen und Gelenke speziell trainiert. Nordic Walking eignet sich für jede Altersgruppe und ist speziell im Seniorensport nicht mehr wegzudenken.

Nicht zu vergessen ist neben der physischen auch die psychische Gesundheitswirkung. Während der konzentrierten Technik bleibt genügend Gelegenheit zum Austausch untereinander und der angenehmen Wirkung des Gruppengefühls.

## Casa Reha Seniorenpflegeheim „Am Wiesengrund“

### Gemütliches Seniorenpflegeheim in Staaken eröffnet

Das neue Casa Reha Senioren-pflegeheim „Am Wiesengrund“ eröffnet in wenigen Wochen. „Wir freuen uns darauf, schon bald unsere ersten Bewohner aufnehmen zu können“, so Heimleiterin Katrin Berents-Neumann. Das Haus bietet 147

Pflegeplätze in 117 Einzel- und 15 Doppelzimmern an. In den lichtdurchfluteten Gemeinschaftsräumen können die Bewohner den Tagesverlauf gemeinsam erleben, was für das persönliche Wohlbefinden sehr wichtig ist. Privatsphäre, gemüt-

## centrovital

### Alles für Ihr Wohlbefinden

Das centrovital in der Neuen-dorfer Straße 25 vereint Sport, Wellness, Gesundheit und Genuss. Zu den umfangreichen Angeboten gehören u.a. ambulante orthopädische Rehabilitation, Physio- und Ergotherapien, aber auch Präventionskurse, die von den Krankenkassen bezuschusst werden, Kosmetikbehandlungen sowie Ernährungsberatung und Kochkurse. Auf Wunsch sind auch für Betriebe Kurse zur Gesundheitsförderung hier oder vor Ort beim Kunden möglich. Der centrovital SPA & Sportclub verfügt über multimediale Techno-gym-Geräte der neuesten Generation, ein umfangreiches Kursangebot, Galileo-Vibrationstraining und eine Kinesis-Strecke. Zudem lädt die Spa- und Saunaland-schaft mit ihrem 25-Meter-



**Das centrovital finden Sie in der Neuen-dorfer Straße 25.** Foto: P.R.

Pool, Whirlpool und Erlebnis-aufgüssen zum Entspannen ein. Wohl einzigartig in Berlin ist außerdem das integrierte Siddhalepa Ayurveda Center. Weiterhin befinden sich hier ein Hotel sowie gastronomische Einrichtungen. Infos: ☎ 818 75-0, www.centrovital-berlin.de. P.R.

## Salzcity

### Neu: Yoga in unserer Salzgrotte

Erleben Sie die besondere Art der Entspannung und Atmung! In unserem ganz speziellen Raum widmen Sie sich den Yogaübungen, die mit intensiven Atemtechniken verbunden sind. Mit einfachen dynamischen Übungen und Dehnungstechniken trainieren Sie die Beweglichkeit Ihres Körpers und fördern die Durchblutung. Die Übungen sind sehr einfach und für jeden Menschen ohne Probleme durchzuführen. Jeden Mittwoch um 18.15 Uhr Yoga kennenlernen: Yoga-Probestunde für nur 9,50 Euro. Unsere Salzräume, unser Salzshop so-



**Blick in die Salzgrotte an der Seeburger Straße.**

wie das kleine Café finden Sie im Gesundheitszentrum „Kontor“, Seeburger Straße 9-10, 13581 Berlin. ☎ 818 68 533, www.salzcity.de.

## Die Naturheilpraxis Spandau

stellt sich vor auf dem Gesundheits- und Vitaltag am 14.06.2014 in Staaken



**Gabriele Gruber**  
Zepplinstrasse 27 · 13583 Berlin  
Anmeldung unter: 030/39 79 37 66  
0179-503 68 74  
E-Mail: info.gruber@gmx.de

Seit 1999 in Spandau mit vielfältigem Therapieangebot! Sie können sich informieren über die Praxis und Therapien.

**Interessante Aktionen:  
Testen Sie die BEMER Therapie -  
Physikalische Gefäßtherapie!**

**Gewinnen Sie Gutscheine - Anzeige mitbringen!!!**

**Blutdruck-Puls-Sauerstoffsättigung Messung - Beratungen bei Erkrankungen**

**Die BEMER Therapie** ist zur Zeit das bestuntersuchte Medizinprodukt für die Physikalische Gefäßtherapie - Uni.Prof.Dr.med. R. Klopp

## Fördererverein Heerstraße Nord e.V.

### Besuchen Sie uns auf dem Vitaltag:

Treffen Sie unsere MitarbeiterInnen am Stand und lassen Sie sich beraten zu unseren Angeboten, testen Sie Ihren Blutdruck und Blutzucker oder probieren Sie sich im Rollstuhltraining.



**10:00 – 13:00 Uhr** Lernen Sie die Betreuungsangebote für Menschen mit Demenz und Entlastungsangebote für pflegende Angehörige kennen. Erfahren Sie im Gespräch mit unseren Ehrenamtlichen mehr über unsere vielfältigen Hobby-, Selbsthilfe-, und Freizeitgruppen.

**13:00 – 16:00 Uhr** Lassen Sie sich beraten zu Gesundheitsthemen in Pflege, Betreuung und Mobilität.

**13593 Berlin, Obstallee 22c · Tel. (030) 375 898-0  
Mail: info@foev-hn.de · www.foerdererverein.de**

Loht sich immer: Kleinanzeigen im Spandauer Volksblatt



### Vermittlung

von polnischen Pflegekräften für die liebevolle häusliche Pflege und Rund-um-Betreuung zu bezahlbaren Preisen.

Wir sind für Sie da, mit persönlicher Beratung und überzeugendem Service.

Wir unterstützen Sie bei der sorgfältigen Auswahl einer geeigneten Pflegekraft und beraten Sie rund um das Thema 24 Stunden Pflege.

Jan Reimer · PflegeOptimal24  
Osloer Str. 124 · 13359 Berlin  
Tel.: 030/32 66 50 27 · Fax: 030/23 32 87 23  
www.pflegeoptimal24.de  
E-Mail: info@pflegeoptimal24.de

## Das Mehr an Gesundheit. Im centrovital.



**Gesundheitszentrum:** Ambulante orthopädische Rehabilitation, Anschlussheilbehandlung, Physiotherapie, Ergotherapie, Ernährungsberatung, Präventionskurse, Gesundheits- & Sportprogramme für Einsteiger und Profis, medizinische Vortragsreihe

Hotel | Veranstaltungsräume | Restaurant & Bar | SPA & Sportclub | centrovital Day SPA | Siddhalepa Ayurveda Center

centrovital  
Neuen-dorfer Straße 25  
13585 Berlin  
Tel.: +49(30)818 75-0  
Fax: +49(30)818 75-19

info@centrovital-berlin.de  
www.centrovital-berlin.de



**Hier trainieren alle mit Erfolg.  
Aber ohne Konkurrenzkampf.**

Bei Mrs.Sporty sind alle für den gemeinsamen Ziele arbeiten, und alle ein gemeinsames Ziel haben. Wir sind eine Gruppe von Frauen, die sich gegenseitig unterstützen und motivieren. Wir sind eine Gruppe, die sich gegenseitig unterstützt und motiviert. Wir sind eine Gruppe, die sich gegenseitig unterstützt und motiviert.

**Jetzt testen!**  
Mit einem gratis  
Schwimmtraining!

Mrs.Sporty Staaken-Center Berlin  
Obstallee 29-30, Berlin  
Telefon: 030/36 40 48 60  
www.mrssporty.de/club676



# 2. Vital- & Gesundheitstag

am Sonnabend, 14. Juni, im Staaken-Center in Spandau



Anzeige

Anzeige

**SALZGROTTE**  
**SALZZIMMER**  
**SALZMASSAGE**  
**SALZSHOP**

*Salzcity*  
... und die Kraft des Salzes

**5 Jahre Salzcity**  
– unser Angebot –  
**Bonus: 10er-Karte nur 75,- €**  
**gültig bis 31. August 2014**

SALZCITY IM GESUNDHEITZENTRUM »KONTOR«  
SEEBURGER STR. 9 – 10 ★ 13581 BERLIN  
☎ 030/81 86 85 33 · WWW.SALZCITY.DE

## Gemeinschaftskrankenhaus Havelhöhe

### Anthroposophische Medizin

Das Gemeinschaftskrankenhaus Havelhöhe, Am Kladower Damm 221, verfügt über ein zertifiziertes Brustkrebszentrum sowie über ein durch die Deutsche Krebsgesellschaft zertifiziertes Darmkrebszentrum. Da Krebs immer den ganzen Menschen, also Körper, Seele und Geist betrifft, hat das Onkologische Zentrum Havelhöhe ein integratives Behandlungskonzept etabliert, das die modernen schulmedizinischen Verfahren mit Therapien aus der anthroposophischen Medizin verbindet. Hierzu gehören Mal- und die Musiktherapie, das Plastizieren, Heileurythmie und Rhythmische Massage. Diese



**Das Haupthaus beherbergt unter anderem die Anmeldung und die Erste Hilfe.** Foto: P.R.

Therapien sind darauf ausgerichtet, den Menschen aktiv in die Behandlung einzubeziehen und seine Selbstheilungskräfte zu stärken. ☎ 365 01-0. P.R.

## Jan Reimer PflegeOptimal 24

### Günstige Alternative zum Pflegeheim

Seit Kurzem ist die Vermittlungsagentur PflegeOptimal24 von Jan Reimer in Berlin ansässig, die eine preisgünstige Alternative anbietet. „Wir arbeiten gemeinsam mit Kooperationspartnern aus Polen, die über langjährige Berufserfahrung verfügen, und ermöglichen Ihnen oder Ihren Angehörigen somit einen unbeschwerten Alltag in



Jan Reimer.  
Foto: Raabe

Ihren eigenen vier Wänden“, erklärt der Inhaber. Die jeweiligen Haushalts- und Pflegehilfskräfte sind darauf spezialisiert, mit viel Einfühlungsvermögen für das individuelle Wohlbefinden zu sorgen. Neben dem Einkaufen, Kochen und Wäschewaschen, gehören auch die Begleitung zum Arzt und vieles mehr zum Service. Selbstverständlich findet auch nach der Vermittlung Beratung und Betreuung statt. Das Personal für die 24-Stunden-Betreuung zu Hause wird im Rahmen der Vorschriften eingesetzt. ☎ 32 66 50 27. Info: www.pflegeoptimal24.de. P.R.

## Fördereverein Heerstraße Nord e.V.

### Versorgungs-Netzwerk für Spandau

Der Fördereverein Heerstraße Nord e.V. in der Obstallee 22c ist ein gemeinnütziges Unternehmen und Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband. Den Spandauern steht mit den Leistungen ein Versorgungs-Netzwerk zur Verfügung, das sich aus vielen Angeboten zusammensetzt. So gehören die Pflege und Hilfe für zuhause durch die Sozialstationen, Freizeitaktivitäten, eine offene Gruppenarbeit und ein Mobilitätshilfedienservice für



Katja Neß.

Foto: P.R.

Menschen, die nicht ohne Begleitung ihre Wohnung verlassen können, zum Service. Außerdem verfügt der Verein über die erste Krankenwohnung Deutschlands für Kurzzeit- und Verhinderungspflege im Pillnitzer Weg. „Zwischen häuslicher Krankenpflege und Krankenhausaufenthalt haben viele ältere Menschen kurzzeitig einen erhöhten Versorgungsbedarf. Mit zehn Plätzen steht das Krankenpflegepersonal unserer Krankenstation rund um die Uhr zur Verfügung“, so Katja Neß, Assistentin der Geschäftsleitung. Weiterhin bietet die Tagespflege ein Betreuungsangebot sowie Aktivitäten für Senioren. Infos: ☎ 375 898-0. P.R.

## Ergotherapie Verena Heine

### Geänderte Öffnungszeiten

Die Praxis für Ergotherapie bietet die Behandlung von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen in modernen, freundlichen Räumen an. Die Behandlungsräume sind ebenerdig und deshalb auch mit dem Rollstuhl mühelos

zu erreichen. Bitte beachten Sie unsere geänderten Öffnungszeiten von Mo/Mi/Do 8-20 Uhr und Di/Fr von 8-18 Uhr. Mit dem Bus 131 fährt man direkt bis Haltestelle Förderichplatz, um in die Praxis zu gelangen.

## Mrs.Sporty im Staaken-Center

### Wie gesund ist mein Körper?

Das Gewicht alleine sagt noch nichts darüber aus, wie gesund der Körper tatsächlich ist. Ein wichtiges Kriterium ist der Körperfettanteil und dessen Verhältnis zur Muskelmasse. Ein genaues Verfahren zur Bestimmung des Körperfettes bietet die Bioelektrische Impedanz Analyse (BIA). Seit Kurzem nutzt der Mrs.Sporty Club in Staaken diese Möglichkeit, um Mitgliedern genaue Aussagen über ihren Fitnesszustand liefern zu können.

„Ich ist, den ich abgenommen habe“, erzählt Mitglied Melanie Braun begeistert und fügt hinzu „das motiviert natürlich!“

Die Mitglieder in Staaken sind bereits begeistert von der neuen Messmethode. „Ich war immer ganz enttäuscht, wenn die Waage wieder nur einige Gramm Abnahme zeigte. Aber durch die BIA weiß ich nun immer genau, wie hoch der Fettanteil tatsäch-

lich ist, den ich abgenommen habe“, erzählt Mitglied Melanie Braun begeistert und fügt hinzu „das motiviert natürlich!“ Bei Mrs.Sporty sprechen die Mitglieder zunächst den Trainingsplan gemeinsam mit der Trainerin ab, um das Wunschgewicht möglichst leicht und stressfrei zu erreichen. Denn das Ziel der guten Betreuung bei Mrs.Sporty ist eine langfristig gesündere Körperstruktur. Das bedeutet einen reduzierten Fettanteil und eine optimierte Muskelmasse. Hier helfen das 30-minütige Zirkeltraining und das Ernährungskonzept optimal weiter. Mrs.Sporty Staaken-Center, Obstallee 28-30, 13593 Berlin, ☎ 36 40 48 60, Infos auf: www.mrssporty.de/club676.

## Praxis für Ergotherapie und Reittherapie

### Neu: pferdegestützte Therapie

Ab Juli wird es am Staaken-Center eine Praxis für Ergotherapie und Reittherapie geben. Neben der klassischen Ergotherapie, die die Behandlung großer und kleiner Patienten mit orthopädischen, neurologischen, psychischen, pädiatrischen und geriatrischen Krankheitsbildern umfasst, wird es eine Kollegin geben, die pferdegestützte Therapie anbietet. Weitere Infos: www.ergotherapie-staaken.de.



Reittherapie wird demnächst in Staaken angeboten.

Havelhoehe.de

**ERSTE HILFE**

**ONKOLOGISCHES ZENTRUM**

- Brustkrebszentrum
- Darmkrebszentrum
- Lungenkrebszentrum

**INNERE MEDIZIN**

- Allgemein-Innere • Gastroenterologie
- Kardiologie • Diabetologie • Pneumologie
- Palliativstation/Schmerztherapie • Suchtmedizin

**PSYCHOSOMATIK/ PSYCHOTHERAPEUTISCHE MEDIZIN**

**VISCERALCHIRURGIE/MIC**

**FRAUENHEILKUNDE/ GEBURTSHILFE**

GEMEINSCHAFTSKRANKENHAUS HAVELHÖHE  
Kladower Damm 221 • 14089 Berlin • Telefon 030 - 365 01-0,  
Telefax 030 - 365 01 - 366, info@havelhoehe.de

Lohnt sich immer: Wellness-Tipps im Spandauer Volksblatt

Wir sind dabei: Infostand beim Gesundheitstag in Staaken am Sa. 14.6.!

**Neu in Berlin-Spandau: Seniorenpflegeheim »Am Wiesengrund«**

- ♥ Pflege und Betreuung in allen Pflegestufen
- ♥ Umfangreiche Freizeit- und Therapieangebote
- ♥ Alle Zimmer mit elegantem Bad
- ♥ Schöne Lage, nahe Fort Hahneberg

Einzug ab Sommer 2014 möglich!  
Jetzt persönlich und unverbindlich informieren.  
Kostenfreie Servicenummer: 0800/2272-100

CASA REHA Seniorenpflegeheim »Am Wiesengrund«  
Wiesengrund 20 • 13591 Berlin  
www.casa-reha.de/wiesengrund

**Ergo Physio**  
Am Förderichplatz

**VERENA HEINE**  
Förderichstraße 40/42  
13595 Berlin-Spandau  
Tel.: 030 / 49 20 42 02

**Neue Öffnungszeiten: Mo/Mi/Do: 8–20 und Di/Fr: 8–18 h**

**In unserer innovativen Praxis für Ergotherapie sind Kinder, Jugendliche und Erwachsene herzlich willkommen.**

Hier lernen Sie u. a.:

- Ihre Schmerzen zu bewältigen
- sich freier zu bewegen
- neue Fähigkeiten zu entdecken
- Konzentration und Gedächtnis zu schulen
- Ihre Selbstständigkeit zu erweitern

**Ergotherapie in Staaken**

Orthopädie  
Handtherapie  
Pädiatrie  
Hirnleistungsstraining  
Neurologie  
Hilfsmittelberatung  
**Reittherapie**

**Praxis für Ergotherapie**  
Obstallee 32  
13593 Berlin  
Tel. 030 223 268 08  
ergotherapie-staaken@web.de

Anfahrt  
Bus 131 | 137 | M37 | M49  
Haltestelle Heerstr./Magistratsweg

Termine nach telefonischer Vereinbarung



Nahrung & Genuß

Gesundheit & Schönheit



Haushalt & Wohnen

Mode & Schmuck

Prävention und Gesundheitsförderung

Vorsorge

Pflege

Therapie

Sport

Freizeit

Wellness

Beauty

## 2. Gesundheitstag im Staaken Center

# Zeit für Gesundheit in Berlin-Spandau

## 14. Juni 10-16 Uhr

Besuchen Sie unseren Gesundheitstag für Jung und Alt.

Der Eintritt ist frei.



## Fit und gesund – bei uns ganz leicht.

In sommerlicher Atmosphäre präsentieren auf dem Vorplatz des Centers zum 2. Mal rund 30 Aussteller Dienstleistungen, Produkte und Informationen zu o.g. Themen!

Unter der Schirmherrschaft des Bezirksbürgermeisters Herrn Helmut Kleebank werden sowohl Leistungen aus der Schulmedizin als auch alternative Heilmethoden vorgestellt.



Topperware

Gesundheitspraxis Wilhelmstadt

Förderverein Heerstraße Nord e.V.



### ratiopharm

Gute Preise. Gute Besserung.



10.00 Eröffnung des 2. Gesundheitstages Begrüßung der Gäste

10.30 Begrüßung des Bezirksbürgermeisters Herr H. Kleebank

11.00 Mrs. Sporty Line Dancer mit einem Canadian Stomp

11.30 Die Nordic Walkinggruppe der Apotheke stellt sich vor

12.00 Clown Herzchen und der Zahnteufel

12.30 Gesundheitsquiz

13.00 United Cheer Berlin Legends

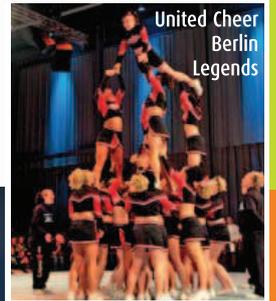
13.30 Gesundheitsquiz

14.00 Mrs. Sporty Singers

14.30 Spandauer Boxclub SBC und Judoclub Staaken

15.00 Gesundheitsquiz

16.00 Ende der Veranstaltung



United Cheer Berlin Legends



Clown Herzchen



Judoclub Staaken

Einen gesunden Imbiss halten bereit:  
Feinkost Paradies  
Imbiss ISS WAS  
Imbiss Gabbiano  
Café Pi8  
Minigolf

## Gesundheitsquiz

Mit etwas Glück nehmen Sie als Besucher des Gesundheitstages an unserem Gesundheitsquiz teil und gewinnen einen der vielen hochwertigen Sachpreise im Gesamtwert von über 1.000,-€!

## Mitmach-Aktion Gesundheit

- Figuren basteln · Kräutergarten
- Lecker Wissensspiele

Für große und kleine Besucher gibt es Figuren aus Holz zum Bemalen, Kräuterkunde mit frischen Kräutern aus unserem Kräutergarten, Wissensspiele rund ums Obst und Gemüse.



M37 X49  
M49 131  
Heerstr./Magistratsweg

[www.staakencenter.de](http://www.staakencenter.de)

Obstallee 28-30  
/Magistratsweg  
13593 Berlin