

Mobilitätstage für Seniorinnen und Senioren

Wahrnehmung mit allen Sinnen – die fünf Sinne im Alter



Datum: Mittwoch, 23. Oktober 2019, 13.45 bis ca. 16.45 Uhr

Ort: Mehrzweckhalle Schweikrüti, Obstgartenstrasse 2, 8136 Gattikon

Die Informationsstelle Wohnen im Alter und Pflege der Gemeinde Thalwil, die samowar Suchtpräventionsstelle und die Spitex Thalwil organisieren gemeinsam eine Veranstaltung der Reihe Thalwiler Mobilitätstage.

Ob Sehen, Hören, Tasten, Riechen oder Schmecken – ohne die fünf Sinne ist das Leben schwierig zu bewältigen. Im Alter werden die Sinne schwächer, doch der Mensch kennt Strategien zur Kompensation – und manchmal hilft ihm auch der sechste Sinn.

Referat: Die Zürcher Komplementärtherapeutin Helen Priscilla Stutz zeigt auf, welche Rolle die fünf Sinne im Leben spielen, wie unterschiedlich sie von jedem Einzelnen genutzt werden, und wie die Sinne kompensiert werden können, wenn sie schwächer werden.



Sehen: Helen Priscilla Stutz diskutiert in der Gruppe die Bedeutung des Sehsinns, bietet spielerisches Training für die Augen und Möglichkeiten, den schwächer werdenden Sinn zu kompensieren.



Fühlen: Michaela Kibanda von der Spitex und Rita Membrini lassen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ihren Tastsinn spüren und zeigen Tipps und Tricks zum Erhalt des Sinnes.



Riechen und Schmecken: Renate Büchi und Jasmin Lienhard von samowar fordern Nase und Gaumen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer heraus mit verschiedenen Geruchs- und Geschmacksproben.

- ❖ Die Teilnahme ist kostenlos.
- ❖ Ein Zvieri wird offeriert.
- ❖ Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, Anmeldung werden gemäss Eingang berücksichtigt.
- ❖ Weitere Auskünfte erteilt die Altersbeauftragte, Katharina Siegrist ☎ 044 723 24 72.



Anmeldung für Veranstaltung vom 23.10.2019

Anzahl Personen:

Name: Vorname:

Adresse:

E-Mail:

Anmeldung per Mail: katharina.siegrist@thalwil.ch oder

per Post: Katharina Siegrist, Altersbeauftragte, Alte Landstrasse 110a, Postfach, 8800 Thalwil

Wir bestätigen die Teilnahme rechtzeitig vor der Veranstaltung.