

Veranstaltungskalender

Veranstaltungen in der Gemeinde Henstedt-Ulzburg

Veranstaltungen in der Gemeinde Henstedt-Ulzburg. Nutzen Sie die Auswahl rechts, um die Terminanzeige einzuschränken oder zu ändern.

[24.04.2025 15:00](#)

[Hitze, eine unterschätzte Gefahr - Seniorenbeirat lädt zur Informationsveranstaltung ein](#)

Hitze kann für ältere Menschen besonders unangenehm und sogar gefährlich werden. Der Körper ist bei hohen Temperaturen herausgefordert und hat oft mit Schwindelgefühlen, Erschöpfung, Kopfschmerzen und Kreislaufproblemen zu kämpfen. Dass Hitze im Alter schwerer zu ertragen ist, liegt vor allem daran, dass ältere Menschen weniger Wasser im Organismus haben, dafür aber mehr Fett. Außerdem ist das Durstgefühl im Alter deutlich geringer. Viele Senioren müssen sich regelrecht zum Trinken zwingen. Wassertreibende Medikamente können den Effekt noch verstärken.

Wer auf einige Dinge achtet, erträgt die Hitze besser und kann gesundheitliche Schäden vermeiden. In einer Informationsveranstaltung des Seniorenbeirats am Donnerstag, 24. April, um 15:00 Uhr in der Kulturkate, Beckersbergstraße 40, in Henstedt-Ulzburg werden Sie mehr drüber erfahren.

„Wir konnten die Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein für diesen Termin gewinnen, Frau Beate Oedekoven wird auf diese wichtige Thema eingehen. Außerdem wird sie Rede und Antwort stehen zu allen Fragen, die ihnen in diesem Zusammenhang auf den Nägeln brennen,“ weiß Uwe Groth, Vorsitzender des Seniorenbeirats. Der Seniorenbeirat und die Verbraucherzentrale wollen Interessierten helfen, etwas Klarheit in das Ganze zu bringen.

Zu folgenden Fragen möchte wir mit Ihnen ins Gespräch kommen:

- Wie merke ich, dass die Hitze meine Gesundheit belastet?
- Wie machen es die Menschen in heißen Ländern?
- Wie kann ich in Haus und Garten für mehr Kühlung sorgen?
- Welche Maßnahmen habe ich selbst schon ergriffen und was hat gewirkt?

„Wir freuen uns, möglichst viele Seniorinnen und Senioren begrüßen zu können, da dieses Thema uns alle betrifft und uns hilft problemlos damit umgehen zu können“, betont das Organisationsteam um Uwe Groth. Die Veranstaltung ist kostenfrei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Veranstaltungsort: Kulturkate, Beckersbergstraße 40 Veranstalter: Seniorenbeirat Eintritt: keine Anmeldung erforderlich Tel.: 04193

963177E-Mail: seniorenbeirat@ehrenamt-hu.de URL: <https://www.henstedt-ulzburg.de/seniorenbeirat.html> Kategorien: Treff

Senioren

Vortrag

```
{$('#tst').val(');$('#ten').val(');$('#mon option[value="2025.04"]').attr('selected', 'selected');});
```