

- 10:30 - 11:00 Warm Up**
mit Joachim Kröppel/BLSV
inviva Bühne Halle 10.1
- 11:00 - 11:30 Mein Programm mache ich mir selber CCN 50 +**
Zur Nutzung von Streamingdiensten und Mediathek
inviva Bühne Halle 10.1
- 11:00 - 12:00 Drei Säulen für ein selbstbestimmtes, aktives und sicheres Leben im eigenen Zuhause**
Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.
Regionalverband Mittelfranken
Forum Gesundheit-Regional.de Halle 10.1 - inviva
- 11:30 - 12:30 Altenakademie bietet Vielfalt**
Klara Rebhan über das aktuelle Programm und Möglichkeiten aktiv zu werden
inviva Bühne Halle 10.1
- 13:00 - 13:30 Pause**
inviva Bühne Halle 10.1
- 13:30 - 14:00 Hilfe, meine Enkel daddeln nur, was tun?**
Anna Heid Rocha, Psychotherapeutin gibt Tipps
inviva Bühne Halle 10.1
- 14:00 - 15:00 Was ist zur Zeit für mich wichtig? - Ziehen Sie zu dieser Frage eine Karte aus dem Tarot.**
Irene Paust, Praxis für Persönlichkeitsentfaltung
Forum Gesundheit-Regional.de Halle 10.1 - inviva
- 14:15 - 14:45 Was bieten Podcast und Hörbuch?**
Elke Schneider, vom Museum für Kommunikation gibt Tipps
inviva Bühne Halle 10.1
- 15:00 - 15:30 Wandern mit digitaler Tourenplanung**
SeniorenNetz Erlangen stellt verschiedene Programme vor.
inviva Bühne Halle 10.1
- 15:00 - 16:00 Elektrosmog und Wasserbelastungen, Risiken und Lösungen**
Jörg Huber, Natural, Praxis für Salutogenese und Prävention
Forum Gesundheit-Regional.de Halle 10.1 - inviva
- 15:30 - 16:00 Wie Journalisten ticken**
Klaus Schrage und Angela Giese geben einen Einblick
inviva Bühne Halle 10.1
- 16:00 - 17:00 Bluthochdruck - anders behandeln**
Philip Schlosser
Forum Gesundheit-Regional.de Halle 10.1 - inviva