

„Gesundes altern“ war das Thema am 26. Februar 2024 im Bürgerhaus in Rees



Der Seniorenbeirat der Stadt Rees begrüßte dazu den Referenten Hr. Dr. Resul Toprak, Chefarzt für Altersmedizin der Kliniken Marienhospital in Wesel und St.-Willibrord-Spital in Emmerich sowie viele interessierte Bürgerinnen und Bürger. Der Vortrag war sehr aufschlußreich. Zusammenfassend“ zu einem guten Altern gehören - **Ernährung, Bewegung und Fitniss. Prophylaxe und Gesundheitschecks - ebenso wie jede Menge Spaß und Unterhaltung.** Der Vortrag war sehr gelungen und es wurden noch viele Fragen beantwortet.