



Seniorenwoche 2026



8. September 2026

Veranstaltungen in Dessau-Roßlau

Seniorenbeirat
der Stadt Dessau-Roßlau



Akademisches Lehrkrankenhaus
der Universitätsmedizin Magdeburg

Vorträge

8. September | 10:00–11:30 Uhr

Erdmannsdorffstr. 3 (Volkshochschule),
Dessau-Roßlau

— **Gesund ernähren im Alter**

Dr. med. Anke Rockstroh,
Fachärztin Innere Medizin und Hämatologie /
Onkologie, Zusatzbezeichnung Ernährungsmedizin,
Palliativmedizin

— **Praktische Tipps zur Gesundheitsförderung im
Alter – Proteinreich aber sicher**

Melanie Viertel,
Ökotrophologin M.Sc. und Katja Rannefeld Diät-
assistentin / Ernährungsberaterin DGE

— **Praktische Übungen**

- wir füllen gemeinsam einen Einkaufskorb mit den wertvollen Eiweißen
- Messung der eigenen Körperzusammensetzung und der Handkraft

— **Fragerunde**

Voranmeldung erforderlich: Tel. 0340 24005 540

Der Eintritt ist frei.