

Samstag, 27. September 2025, 10 - 16 Uhr

# Tag der Gesundheit & Prävention ab 50

Am Aktionstag im See-Spital dreht sich alles um Ihre Gesundheit im besten Alter und um die Menschen, die Sie dabei begleiten.

Lassen Sie sich von spannenden Vorträgen inspirieren. Die einzelnen Vorträge finden jeweils 3x pro Tag in unseren Konferenzräumen (K 1/2) und (K 3/4) im 4. Stock statt.

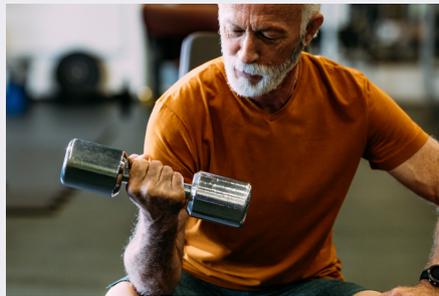
## Vorträge

### Ernährungsberatung: Ernährung im Alter



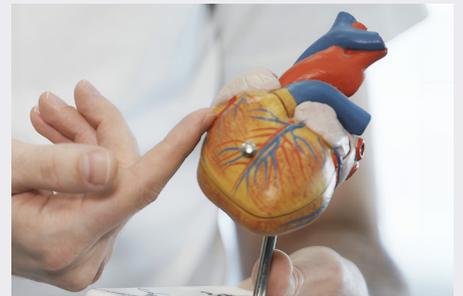
K 1/2 10.30 - 11.00 Uhr  
K 1/2 11.00 - 11.30 Uhr  
K 3/4 13.00 - 13.30 Uhr

### Longevity: Lange leben, gesund altern



K 1/2 11.30 - 12.00 Uhr  
K 1/2 13.00 - 13.30 Uhr  
K 1/2 13.30 - 14.00 Uhr

### Kardiologie: Wissens- wertes zum Blutdruck



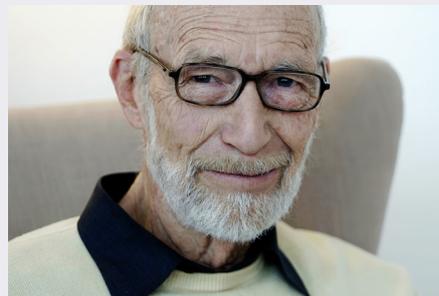
K 3/4 10.30 - 11.00 Uhr  
K 3/4 11.00 - 11.30 Uhr  
K 3/4 13.30 - 14.00 Uhr

### Diabetesberatung: Alles rund um Altersdiabetes



K 3/4 11.30 - 12.00 Uhr  
K 3/4 14.00 - 14.30 Uhr  
K 3/4 14.30 - 15.00 Uhr

### Gemeinde Horgen: Angebote im Alter



K 3/4 12.00 - 12.30 Uhr  
K 1/2 14.00 - 14.30 Uhr  
K 1/2 14.30 - 15.00 Uhr

Für die Vorträge sind keine Voranmeldung möglich.  
Die Platzzahl ist nach Verfügbarkeit.

Das detaillierte Programm  
finden Sie online unter  
[see-spital.ch/tag50plus](https://www.see-spital.ch/tag50plus)

