

56. Gesundheits- und Informationswoche Lange Straße

Vorfürhungen und Vorträge rund um Ihr gesundes Leben

13. bis 18. Oktober 2025

Bereits zum 56. Mal organisieren viele Partner und Institutionen an sechs Tagen eine vielfältige Reihe von Informationsveranstaltungen zu Themen rund um Ihre Gesundheit. Vorträge und Informationsgespräche, individuelle Sprechstunden und

Beratung, Übungsprogramme und praktische Tipps zu den unterschiedlichen Themen rund um Bewegung im Alltag, zu gesundem Sitzen, über erholsames Schlafen und Wohnen können eine ganze Woche lang von Interessierten genutzt werden.

Kommen Sie in die Lange Straße und nutzen Sie diese gute Gelegenheit, wenn viele Expertinnen und Experten aus dem Gesundheitsbereich vor Ort sind.

**Seien Sie herzlich willkommen
in der Langen Straße!**

Alle Themen und Termine finden Sie hier

Datum	Referent / Berater	Thema	Veranstaltungsort	Zeit
Montag bis Freitag	Stephan Schulze-Aissen, öffentlich bestellter und vereidigter Sachverständiger für Bettwaren	„Betten-Check“ – Sie liegen schlecht oder schlafen nicht mehr gut? Möglicherweise liegt das an Ihrer Matratze! Wir prüfen Ihr Bett auf Funktionalität und Rückenfreundlichkeit – egal wann und wo sie es gekauft haben.	Betten-Aissen – Kompetenzzentrum gesunder Schlaf, Lange Straße 118-120, 27580 Bremerhaven	Kostenloser unverbindlicher Betten-Check – Terminabsprache unter Telefon 0471/57041 oder senden Sie uns einfach eine E-Mail an mail@betten-aissen.de
	Dr. Ulrike Baumann, Fachärztin für Orthopädie, Andrea Rudolph-Lange, Praxisassistentin	„Akupunktur“ ist eine ganzheitliche Methode zur Behandlung zahlreicher Erkrankungen, zur Schmerztherapie und zur Vorbeugung.	Akupunktur Praxis Dr. Ulrike Baumann, Lange Straße 123, 27580 Bremerhaven	Kostenfreie Information – Telefon 0471/9020868
	Dr. Joachim Sandmann, Apotheker	Cholesterincheck	Alte Privilegierte Apotheke Poststraße 1 (Alte Kirche)	Von 8.30–13.00 Uhr und 15.00–18.00 Uhr
Montag, 13. Oktober	Oliver Leu, Physiotherapeut Praxis Gudehus	„Die wichtigsten Tipps und Übungen für einen gesunden Nacken“ Nackenschmerzen in Beruf und Freizeit gezielt vorbeugen und lindern – wir zeigen Ihnen, wie es geht!	Betten-Aissen – Kompetenzzentrum gesunder Schlaf, Lange Straße 118-120, 27580 Bremerhaven	Kostenlose Informationsveranstaltung 17.30–18.30 Uhr. Bitte melden Sie sich unbedingt an, da die Plätze begrenzt sind. Telefon 0471/57041
	Yvonne Reinke, Bettensachberaterin	„Nackenkissen zwei Wochen kostenlos testen“ – Individuelles Vermessen der Körperkonturen zur Ermittlung des optimalen Nackenstützkissens	Betten-Aissen – Kompetenzzentrum gesunder Schlaf, Lange Straße 118-120, 27580 Bremerhaven	Kostenlose Informationsgespräche – Bitte Terminabsprache unter Telefon 0471/57041
Dienstag, 14. Oktober	Christof Bäumer, Fachberater für Komfort- und Pflegebetten	„Das perfekte Bett im Alter – schönes Design und zukunftssichere Funktionalität“ – Mit einem zukunftssicheren Bett bleibt die Selbständigkeit auch im Alter lange erhalten	Betten-Aissen – Kompetenzzentrum gesunder Schlaf, Lange Straße 118-120, 27580 Bremerhaven	Kostenlose Informationsgespräche – Bitte Terminabsprache unter Telefon 0471/57041
Mittwoch, 15. Oktober	Christian Eschke, Fachberater für Lattoflex Komfort Schlafsysteme	„Der einfache Weg zu weniger Rückenschmerzen und besserem Schlaf“ – Individuelle Informationsgespräche	Betten-Aissen – Kompetenzzentrum gesunder Schlaf, Lange Straße 118-120, 27580 Bremerhaven	Kostenlose Informationsgespräche – Bitte Terminabsprache unter Telefon 0471/57041
	Claudius Kaminiarz, Rechtsanwalt	„Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung“ – Vorsorgeinstrumente einfach erklärt unter Beachtung der neusten Rechtsprechung	Betten-Aissen – Kompetenzzentrum gesunder Schlaf, Lange Straße 118-120, 27580 Bremerhaven	Kostenloser Vortrag, 16.00–17.00 Uhr, Bitte anmelden unter Telefon 0471/2900630
	Claudia Koch, Bettensachberaterin	„Nackenkissen zwei Wochen kostenlos testen“ – Individuelles Vermessen der Körperkonturen zur Ermittlung des optimalen Nackenstützkissens	Betten-Aissen – Kompetenzzentrum gesunder Schlaf, Lange Straße 118-120, 27580 Bremerhaven	Kostenlose Informationsgespräche – Bitte Terminabsprache unter Telefon 0471/57041
Donnerstag, 16. Oktober	Tim von Lohmann, Physiotherapeut Praxis Gudehus	„Die wichtigsten Tipps und Übungen bei Knie- und Hüftarthrose“ – Bessere Lebensqualität ohne Operation - wir zeigen Ihnen, wie es geht!	Betten-Aissen – Kompetenzzentrum gesunder Schlaf, Lange Straße 118-120, 27580 Bremerhaven	Kostenlose Informationsveranstaltung 17.00–18.00 Uhr. Bitte melden Sie sich unbedingt an, da die Plätze begrenzt sind. Tel. 0471/57041
Freitag, 17. Oktober	Dr. Hauke Kassens, Facharzt für Gefäßchirurgie	„Schrecksekunde Schlaganfall“ – Symptome erkennen und rechtzeitig handeln Vortrag und Gespräch über Schlaganfall und Aneurysma	Betten-Aissen – Kompetenzzentrum gesunder Schlaf, Lange Straße 118-120, 27580 Bremerhaven	Kostenloser Vortrag um 16.30 Uhr Bitte melden Sie sich an, da die Plätze begrenzt sind. Tel. 0471/57041
Sonnabend, 18. Oktober	Britta Fancher, Bettensachberaterin	„Nackenkissen zwei Wochen kostenlos testen“ – Individuelles Vermessen der Körperkonturen zur Ermittlung des optimalen Nackenstützkissens	Betten-Aissen – Kompetenzzentrum gesunder Schlaf, Lange Straße 118-120, 27580 Bremerhaven	Kostenlose Informationsgespräche Bitte Terminabsprache – Tel. 0471/57041

Bleiben Sie gesund!

Mit freundlicher Unterstützung

SEESTADT BREMERHAVEN



BREMERHAVEN
MEER ERLEBEN!