

NATÜRLICH GESUND



Wasser



Ernährung



Kräuter



Bewegung



Innere Ordnung

Bad  Wörishofen
WO KNEIPP ZU HAUSE IST

PRESSEMITTEILUNG

März 2023

10. Gesundheitstage mit renommierten Referenten

Bad Wörishofen, 28. März 2023

In Bad Wörishofen dreht sich vom 13. bis zum 15. April alles um das „Leben in Balance“. In diesem Jahr feiern die Gesundheitstage ihren zehnten Geburtstag. Auf den Gesundheitstagen der Kneipp-Stadt referieren Gesundheitsexperten, Trainer und Erfolgsautoren. Ein vielfältiges Programm an Vorträgen, Workshops und Filmen bietet neue Impulse und aktuelle Fakten zu Gesundheitsthemen.

Zu diesem Jubiläum wird am Donnerstag, den 13. April um 18:00 Uhr vor dem Kurhaus am Eingang Kursaal der Kurdirektor der Gemeinde des Ostseebads Göhren, Jörn Fenske, dem Kur- und Tourismusbetrieb einen Strandkorb übergeben – Kneippkurort im Norden trifft Kneippheilbad im Süden.

Im Anschluss eröffnet Dr. med. Marianne Koch mit ihrem Vortrag „Neue Wege, um geistig und körperlich fit zu bleiben“ die Bad Wörishofener Gesundheitstage um 19 Uhr im Kurtheater.

Marianne Koch beleuchtet physiologische wie psychische Aspekte, die das Altern mit sich bringen. Sie geht auf das Selbstbewusstsein ein, auf Ernährung und Bewegung, auf lebenslanges Lernen, das Problem mit der Einsamkeit, den Umgang mit Verlusten und zeigt, wie wichtig es ist, die Lust auf Neues nicht zu verlieren.

Sie ist Buchautorin und ausgezeichnete Medizjournalistin, bekannt unter anderem durch ihre wöchentliche Rundfunksendung „Das Gesundheitsgespräch“ auf Bayern 2. Marianne Koch wurde mehrfach auf dem Gebiet der medialen Kommunikation von Medizin ausgezeichnet, u.a. wurde ihr 2019 die Paracelsus-Medaille verliehen, die höchste

Kur- und Tourismusbetrieb Bad Wörishofen

Luitpold-Leusser-Platz 2

D-86825 Bad Wörishofen

Tel. +49-(0)-8247-9933-22

Fax +49-(0)-8247-9933-25

presse@bad-woerishofen.de

Auszeichnung der Bundesärztekammer sowie das Bundesverdienstkreuz 1. Klasse im März 2023.

Was können wir tun, wenn uns das Leben nach unten zieht? Bestsellerautor Werner Tiki Küstenmacher legt dem Publikum in seinem Vortrag „Rette dich selbst!“ am Freitag, den 14. April um 20 Uhr sieben kleine innere Verwandlungen ans Herz, die unsere seelische Widerstandskraft stärken.

Des Weiteren werden zusätzliche Aktivitäten im Freien wie Waldbaden, 5-Elemente-Wanderung und eine Panorama Radtour angeboten. Auch im Tanzworkshop mit Tanzpädagogin Dr. Tatjana Schnütgen, wird auf Bewegung gesetzt.

Am Samstag, den 15. April gestaltet Ernährungsberaterin Christina Mörz den Workshop „Fit in den Tag – Ein Vormittag im Zeichen der Gesundheit“. Dr. Manfred Fischer erklärt in „Heilkräuter für das Immunsystem“, welche Faktoren unsere Abwehrkräfte schwächen und wie wir diese aufbauen und unterstützen können. In einem Do-It-Yourself Kurs gibt PTA und Kneipp-Mentorin Karin Bendlin Anweisungen, um Gurgelsalz selbst herzustellen.

Zum Abschluss gibt es am Samstag um 19 Uhr ein musikalisches Highlight: Das Schwäbische Jugensinfonieorchester spielt ein Konzert im Kursaal. Zweimal im Jahr kommt das Orchester mit seinen jugendlichen Teilnehmern zusammen, um das ausgewählte Programm einzustudieren. Zum Abschluss dieser Probenwochen stellen die Jugendlichen ihr Können mindestens dreimal in Schwaben einem breiten Publikum vor. In diesem Jahr nun auch im Kursaal in Bad Wörishofen.

Unter der Schirmherrschaft des Bayerischen Gesundheitsministers Klaus Holetschek, der die Veranstaltungsreihe am Donnerstag eröffnen wird, werden die Gesundheitstage vom Kur- und Tourismusbetrieb, der Evangelischen Kirche, der Katholischen Erwachsenenbildung Forum Bad Wörishofen und der katholischen Kurseelsorge organisiert.

Karten für die Veranstaltungen können am Kartenvorverkauf im Kurhaus Bad Wörishofen sowie an der Tages- und Abendkasse des jeweiligen Veranstaltungsortes erworben werden. Tickets für die Eröffnungsveranstaltung mit Dr. med. Marianne Koch, den Vortrag von

Werner Tiki Küstenmacher sowie für das Konzert mit dem Schwäbischen Jugendsinfonieorchester gibt es auch bei der Mindelheimer Zeitung und allen bekannten München Ticket Vorverkaufsstellen.

Weitere Infos unter www.bad-woerishofen.de

Programmauszug:

Donnerstag, 13. April 2023, 19:00 Uhr

Eröffnungsveranstaltung im Kurtheater:

„Neue Wege, um geistig und körperlich fit zu bleiben“

Vortrag und Gespräch mit Dr. med. Marianne Koch

Freitag, 14. April 2023, 20:00 Uhr

Vortrag „Rette dich selbst!“

mit Werner Tiki Küstenmacher, Kurtheater

Samstag, 15. April 2023,

08:30 Uhr

Workshop I: „Fit in den Tag“

mit Ernährungsberaterin Christina Mörz, Kurhaus Seminarraum OG

13:45 Uhr

Workshop II: DIY Workshop „Ätherische Öle in Form von Gurgelsalz“

mit PTA und Kneipp-Mentorin Karin Bendlin, Evang.-Luth. Gemeindezentrum, kleiner Saal

15:00 Uhr

Workshop III: „Heilkräuter für das Immunsystem“

mit Dr. Manfred Fischer, Evang.-Luth. Gemeindezentrum, Saal

19:00 Uhr

Konzert mit dem Schwäbischen Jugendsinfonieorchester, Kursaal

Das Gesamtprogramm finden Sie unter www.bad-woerishofen.de

Kur- und Tourismusbetrieb Bad Wörishofen

Luitpold-Leusser-Platz 2

D-86825 Bad Wörishofen

Tel. +49-(0)-8247-9933-22

Fax +49-(0)-8247-9933-25

presse@bad-woerishofen.de
