

NATÜRLICH GESUND



Wasser



Ernährung



Kräuter



Bewegung



Innere Ordnung

Bad Wörishofen
WO KNEIPP ZU HAUSE IST

PRESSEMITTEILUNG

Februar 2025

Bad Wörishofener Gesundheitstage 2025: „Zurück zu Kneipp, vorwärts in die Zukunft“

Bad Wörishofen, 19. Februar 2025

Vom **3. bis 5. April 2025** laden die 12. Bad Wörishofener Gesundheitstage dazu ein, das Erbe Sebastian Kneipps auf moderne Weise neu zu entdecken. Unter dem Motto „Zurück zu Kneipp, vorwärts in die Zukunft“ erwartet die Besucher ein inspirierendes Programm mit spannenden Vorträgen, interaktiven Workshops und einem besonderen Konzertabend.

Die Lehren Kneipps – seine fünf Säulen Wasser, Bewegung, Ernährung, Pflanzen und Lebensordnung – bieten seit 170 Jahren wertvolle Impulse für ein bewusstes, gesundes Leben. Gerade heute, in Zeiten zunehmender Gesundheits Herausforderungen, sind seine Prinzipien aktueller denn je.

Den feierlichen Auftakt bildet die **Eröffnungsveranstaltung** am **Donnerstag, 3. April, um 19:30 Uhr** im Kursaal. Dieser Abend steht ganz im Zeichen des Jubiläums „170 Jahre Kneipp in Bad Wörishofen“.

- Dr. Regina Webersberger, Expertin für Kneippmedizin, zeigt in ihrem Vortrag „Sebastian Kneipps Erbe – Zeitlose Prinzipien für moderne Gesundheit“, wie die Kneipp-Lehre heute wissenschaftlich fundiert und hochaktuell ist.
- Dr. Hans-Georg Eisenlauer, Vizepräsident des Kneipp-Bund e.V., gibt in seinem Vortrag „Das Gesundheitskonzept nach Kneipp – Prävention für ein gesundes Leben“ einen Überblick über aktuelle wissenschaftliche Studien zum Kneipp'schen Gesundheitskonzept. Er zeigt auf, wie Kneipps Methoden helfen können, altersbedingte Erkrankungen zu vermeiden oder positiv zu beeinflussen – und damit zu mehr gesunden Lebensjahren beitragen.

Ein Abend voller spannender Erkenntnisse, der die Brücke zwischen Tradition und moderner Gesundheitsforschung schlägt.

Am **Freitag, 4. April** liegt der Fokus auf Workshops. Die Bad Wörishofener Gesundheitstage bieten nicht nur Vorträge, sondern laden dazu ein, selbst aktiv zu werden. Um **10:00 Uhr** lädt Stadtgärtner Andreas Honner im Kunst- und Kulturhaus „Zum Gugger“ zum Workshop **„Kraft aus der Natur: Die 7 Geheimnisse des Kräuteraanbaus“** ein. Er verrät, wie Sie Heilkräuter erfolgreich anbauen und pflegen – mit Tipps, die das Gärtnern zum Erlebnis machen. Später am Nachmittag um **15:00 Uhr** im Kurhaus, Seminarraum UG, vermitteln Kneippbademeisterin Anna-Magdalena Wiemers und Kneippbademeister Gerhard Küster im Workshop **„Die sanfte Kraft der Wickel“** praktisches Wissen über die heilende Wirkung von Wickeln und deren Anwendung zu Hause.

Am Abend um **20:00 Uhr** trifft im Kursaal Humor auf Erste Hilfe bei der Veranstaltung **„Scheiße, ein Notfall!“**. Der bekannte Notarzt und Comedian Dr. Lüder Warnken bringt in seiner mitreißenden Multimediashow Wissen, Lachen und Lebensrettung zusammen. Wie helfe ich richtig in einer Notfallsituation? Was darf ich tun – und was nicht? Wieso hat Deutschland bei der Ersten Hilfe noch Nachholbedarf? Mit humorvollen Geschichten aus dem Alltag eines Notarztes, anschaulichen Fallbeispielen vermittelt Dr. Warnken Wissen, das Leben retten kann – und das mit einer Extraportion Spaß!

Am letzten Tag der Gesundheitstage am **Samstag, 5. April** öffnet das Kurhaus seine Türen von **10:30 Uhr bis 16:30 Uhr** zur **Gesundheitsmesse** und lädt Besucher jeden Alters ein, einen Tag lang in die faszinierende Welt der Gesundheit einzutauchen. Bei freiem Eintritt kann in angenehmer Atmosphäre im Foyer in Ruhe gestöbert, Fragen gestellt und Inspiration bei erstklassigen Ausstellern geholt werden wie: Mivita BioAloeVera, Optik Matt GmbH, Arbeitsplatzergonomie Regele, aiutanda Pflegebienen und weiteren.

Begleitend zur Gesundheitsmesse bietet Fitness- und Gesundheitscoach Andrea Burkhardt um **10:30 Uhr und 15:00 Uhr** im Wintergarten im Kurhaus die Möglichkeit zur Teilnahme an **„Alltagsübungen – Fit ganz nebenbei!“**. Einfache Übungen ohne Geräte die praktisch alle Muskelgruppen ansprechen, die Balance und Stabilität fördern sowie Kraft trainieren.

Zum Abschluss des Tages gibt es um **19:30 Uhr** im Kursaal einen besonderen Konzertabend. Die **Band „HeartZeitlos“** spielt zeitlose Hit-Klassiker, die glücklich und gesund machen. Wissenschaftliche Studien belegen: Musik kann positive Erinnerungen und

Emotionen wecken, das Wohlbefinden steigern und uns vitaler fühlen lassen. „HeartZeitlos“ nimmt das Publikum mit auf eine Reise in die Vergangenheit – mit den Songs, die unsere schönsten Momente begleitet haben.

Unter der Schirmherrschaft des Altbürgermeisters von Bad Wörishofen und Staatsminister für Gesundheit und Pflege a.D., Klaus Holetschek MdL, 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 beim Kartenvorverkauf im Kurhaus Bad Wörishofen sowie an der Tages- und Abendkasse des jeweiligen Veranstaltungsortes erworben werden. Tickets für die Eröffnungsveranstaltung, der Show mit Dr. Lüder Warnken sowie für das Konzert mit „HeartZeitlos“ gibt es auch bei der Mindelheimer Zeitung und allen bekannten München Ticket Vorverkaufsstellen.

Programmauszug:

Donnerstag, 3. April 2025

14:00 Uhr

Wanderung auf dem Kneipp-Waldweg, Treffpunkt: Steinbrunnen vor dem Kurhaus

19:30 Uhr

Eröffnungsveranstaltung mit dem Auftakt zu "170 Jahre Kneipp in Bad Wörishofen" mit Kneipp-Ärztin Dr. Regina Webersberger und Vizepräsident des Kneipp-Bund Dr. Hans-Georg Eisenlauer, Kursaal

Freitag, 4 April 2025

10:00 Uhr

Workshop "Kraft aus der Natur: Die 7 Geheimnisse des Kräuteraanbaus" mit Stadtgärtner Andreas Honner, Kunst- und Kulturhaus „Zum Gugger“

15:00 Uhr

Workshop „Die Sanfte Kraft der Wickel“ mit Kneippbademeisterin Anna-Magdalena Wiemers und Kneippbademeister Gerhard Küster, Kurhaus – Seminarraum (UG)

20:00 Uhr

"Scheiße, ein Notfall!"

mit Comedian und Notarzt Dr. Lüder Warnken, Kursaal

Samstag, 5. April 2025

10:30 Uhr bis 16:30 Uhr

Gesundheitsmesse, Kurhaus-Foyer

10:30 Uhr und 15:00 Uhr

„Alltagsübungen - Fit ganz nebenbei!“

mit Andrea Burkhardt, Kurhaus - Wintergarten

19:30 Uhr

Konzertabend – Musik zum Wohlfühlen

mit der Band „HeartZeitlos“, Kursaal

Das Gesamtprogramm finden Sie unter www.bad-woerishofen.de oder im Flyer an der Gäste-Information im Kurhaus.

Kur- und Tourismusbetrieb Bad Wörishofen

Luitpold-Leusser-Platz 2

D-86825 Bad Wörishofen

Tel. +49-(0)-8247-9933-23

presse@bad-woerishofen.de
