

»G'sund sein – g'sund bleim«

Informative Gesundheitstage am 16. und 17. Januar im Kongresszentrum

... so günstig

Der große SIVA-Workwear-Store

Berufskleidung
Schutzschuhe

www.siva-berufskleidung.de

Peißenberg W.-Röntgen-Str. 3
(Nähe AGFA)

größte Auswahl

GAP – Den 16. und 17. Januar sollte sich jeder im Kalender markieren, denn dann finden die ersten Gesundheitstage „G'sund sein, g'sund bleim“ im Richard-Strauss-Saal des Kongresszentrums statt. Besucher können sich vor Ort von Kopf bis Fuß durchchecken lassen, informieren und spannenden Vorträgen zuhören. Der Eintritt ist kostenlos, das garantieren die Organisatoren von der Kreisentwicklungsgesellschaft und der Gesundheitsregion im Landkreis.

Über 30 regionale Anbieter aus der Gesundheitsbranche sind da, um den Gästen zu einer besseren Gesundheit zu verhelfen. Prominenz wird ebenfalls erwartet: Bestseller Autor Patric Heizmann (Ich bin dann mal

am ersten Veranstaltungstag (16.45 Uhr) mit dem Thema Rücken beschäftigen. „Der Rücken hat uns aufgerichtet und mit dem aufrechten Gang sind wir Menschen geworden.“ Alles, was das Leben mit sich bringt, spürt man im Kreuz. Er spricht am Freitag über „Gesundheit und Eigenverantwortung. Fit bis 100 - auch eine Frage der Haltung - Beispiel Rücken.“

Heizmann ist gelernter Fitness- und Personaltrainer und ist Deutschlands einziger Ernährungs-Entertainer. Seine Show ist informativ und lebt von einer blumigen Sprache. Seine Ernäh-

rungstipps sind ungewöhnlich, humorvoll und dennoch leicht nachzuahmen. Schirmherrin der ersten Gesundheitstage Garmisch-Partenkirchen ist die Bayerische Staatsministerin für Gesundheit, Melanie Huml.

Ärzte, Apotheken, Krankenkassen, Fitnessstudios, Therapeuten und Ernährungsexperten sind an beiden Tagen für die Besucher da. „Die Gesundheit ist ein wichtiges Thema und die Gesundheitstage zeigen, welches Angebot wir in der Region haben“, erklärt Landrat Anton Speer. Mitmachen und probieren, das ist das Motto der Ge-

sundheitstage. Von Yoga und Pilates über Rückentraining bis zum „Erste Hilfe Kurs am Kind“ – jeder kann testen, was ihm am besten gefällt. Besonders freut es die Gesundheitsmanagerin Petra Hilsenbeck, dass sich der Deutsche Skiverband mit seinem Kinderlanglauf-Parcours beteiligt. „Die Bevölkerung für die eigene Gesundheit zu mobilisieren, finde ich toll und wichtig, denn es handelt sich hier nicht um eine Verbrauchermesse, sondern um eine Informationsplattform für alle Bürger“, so Petra Hilsenbeck von der KEG.

Am Freitag, 16. Januar, steht ab 13 Uhr das Thema „Betriebliches Gesundheitsmanagement“ auf dem Programm. Warum es sich für kleine Unternehmen lohnt und wie es schon im Landkreis erfolgreich umgesetzt wird, zeigen hochkarätige Vorträge. „Das betriebliche Gesundheitsmanagement ist ein Zukunftsthema“, weiß Stefan Schackmann, Direktor der AOK Garmisch-Partenkirchen. „Burnout und psychische Erkrankungen steigen massiv. Firmen können sich bei uns gerne beraten lassen. Wir stehen mit Rat und Tat zur Seite“, so Schackmann.

Die offizielle Eröffnung der Gesundheitstage ist am Freitag, 16. Januar, um 17.45 Uhr, mit Landrat Anton Speer. Danach gibt es eine Podiumsdiskussion, bei der auch das neugegründete Ärzte-Netzwerk Zugspitzregion vorgestellt wird. Als Diskussteilnehmer stellen sich u.a. Prof. Dr. Dietrich Grönemeyer, Manfred Span, Petra Hilsenbeck, Dr. Holger Vogelsang und Dr. Günter Steinebach, den Fragen. Moderator ist Thorsten Castle von Radio Oberland. „Schaun's vorbei, Sie werden staunen, was unser Landkreis zum Thema Gesundheit alles zu bieten hat“, lädt Hilsenbeck alle Interessenten ein.

Die Gesundheitstage sind am Freitag von 13 bis 19.30 Uhr

