

Wallgau macht den Auftakt

Erster Gesundheitstag in der Alpenwelt Karwendel – Ausdehnung auf ganze Region angedacht

Wallgau – Das Bewusstsein für den eigenen Körper wächst. Krankheiten und möglichen Wehwehchen vorzubeugen, wird nicht mehr auf die lange Bank geschoben. Klar, Ausnahmen gibt es immer. Doch der Trend geht dahin, dass die Zahl der Menschen zunimmt, die ihrer Gesundheit und damit sich Gutes tun wollen. Die Gesundheitsregion plus im Landkreis Garmisch-Partenkirchen will diese Entwicklung gemeinsam mit dem Tourismusverband Alpenwelt Karwendel vorantreiben – und bringen ein Füllhorn an Angeboten nach Wallgau. Dort findet am Samstag, 12. März, von 11 bis 18 Uhr im Haus des Gastes ein Gesundheitstag statt.

Die Besucher können sich dort nicht nur informieren und den Vorträgen lauschen, sondern auch selbst aktiv werden. Zum Beispiel bei Schnupperkursen für Zumba und Yoga oder im Mitmach-Forum mit Augencheck oder Körperanalyse. Die Veranstaltung ist aber nicht nur für die Großen gedacht. Die Sensibilisierung für das Thema fängt schon bei der jüngeren



Petra Hilsenbeck
ist froh über die Ausweitung der Veranstaltung.



Hansjörg Zahler
hofft auf ein proppenvolles Haus des Gastes.

Das Programm

Samstag, 12. März, 11 Uhr: Manuelle Therapie inklusive L&B Schmerztherapie; 11.30 Uhr: Fasten – Sinn oder Unsinn?; 12.30 Uhr: Heimische Heilsteine; 13 Uhr: Faszien, Osteopathie; 13.30 Uhr: Diabetes mellitus Typ II – was ist das und was kann ich tun?; 14 Uhr: Fußreflexzonen-Massage; 14.30 Uhr: Was verbirgt sich hinter dem Begriff „Coaching“?; 15 Uhr: Vorstellung Präventionsprogramm, insbesondere gesund golfen trotz körperlichem Handicap; 15.30 Uhr: RK-Geschichte, Erste Hilfe; 16 Uhr: Gesundheit; 16.30 Uhr: Psychische Gesundheit – mehr als die Abwesenheit von Krankheit; 17 Uhr: Osteoporose; 17.30 Uhr: DVT: Digitale Volumen Tomographie.

Schnupperstunden:

11.15 Uhr: Funktional Training; 11.45 Uhr: Smovey Schnupperkurs; 12.45 Uhr: Zumba; 13.15 Uhr: Erste Hilfe – Defibrillator; 14.30 Uhr: Theater „Mut zu Mir“; 16.45 Uhr: Dehnung und Engpassdehnung nach L&B; 17 Uhr: Entspannungstraining; 17.30 Uhr: Yogatraining mit kleiner Meditation.

Kochkurse:

14 Uhr: Fisch und Gemüse; 15 Uhr: Drei verschiedene Salatdressings.

Generation an. Sie muss also nicht draußen bleiben. Ganz im Gegenteil. Die Kleinen können an „Buttern für Kinder“ teilnehmen, während auf Jugendliche das Präventions-Theater „Mut zu mir“ von Kiwanis Garmisch-Partenkirchen wartet.

Einer, der sich mit dem Konzept schon allein wegen seines Amts als Vorsitzender des Gesundheitsbeirats der Kreisentwicklungsgesellschaft intensiv auseinandergesetzt hat, ist Hansjörg Zahler (CSU). Wallgaus Bürgermeister, der mit seinen Krüner und Mittenwalder Kollegen, Thomas Schwarzenberger und Adolf Hornsteiner (beide CSU), die Schirmherrschaft übernommen hat, steht voll und ganz dahinter. Dass es vielseitig ist und den Puls der Zeit trifft, das hat sich schon beim großen und landkreisweiten Gesundheitstag in Garmisch-Partenkirchen gezeigt. „Das war ein überragender Erfolg“, sagt der Gastgeber. Und die Geburtsstunde für die Idee, die Veranstaltung auf Talschafts-Ebene zu heben. „Ich freue mich sehr, dass wir neben unseren großen Ge-

sundheitstagen im April auch regionale anbieten können“, betont Gesundheitsmanagerin der Zugspitz Region.

Wallgau macht nun den Auftakt. „Das ist der Testpilot“, sagt der Bürgermeister. „Wir würden das Konzept gerne auf andere Destinationen ausdehnen.“ Zum Beispiel das Ammertal. Doch jetzt ist erst einmal das Obere Isartal an der Reihe. Das sei mit seinen 80 Gesundheitsdienstleistern prädestiniert für das Event. Gleichzeitig eröffnen die Gesundheitstage die Chance, die Angebote vor Ort den Besuchern zu präsentieren. „Wir wollen es präserter und transparenter machen“, verdeutlicht Zahler.

Der große Sinn dahinter steckt vor allem in der Verquickung von Gesundheit und Tourismus – gerade was die heilklimatische Entwicklung anbelangt. Denn eines ist für den Rathauschef sonnenklar: „Das wird in unserer Region noch eine wesentliche Rolle spielen.“ Jetzt liegt sein Fokus aber erst einmal auf der Gegenwart. „Ich hoffe auf ein proppenvolles Haus des Gastes.“

MANUELA SCHAUER