

## Catering

Während der Veranstaltung ist für das leibliche Wohl bestens gesorgt. Das Team der Klinik Limberger wird Sie im Haus des Bürgers bewirten.

Getreu des Schwerpunktthemas der Veranstaltung wird Ihnen gesundes und leckeres Essen serviert. Freuen Sie sich drauf!



## Anfahrt

### Veranstaltungsort

Haus des Bürgers/Haus des Gastes  
Salinenstraße  
78073 Bad Dürkheim

### Parkplatz am Veranstaltungsort

Parkplatz Stadtmitte bzw.  
Parkplatz Salinensporthalle

## Veranstalter

Landratsamt Schwarzwald-Baar-Kreis/  
Gesundheitsnetzwerk Schwarzwald-Baar

### Kontakt

Geschäftsstelle Gesundheitsnetzwerk  
Schwarzwald-Baar  
Telefon 0 77 21 / 9 13 71 84  
E-Mail [info@gesundheitsnetzwerk-sbk.de](mailto:info@gesundheitsnetzwerk-sbk.de)

## Aussteller in beiden Häusern

- **A**lpenland Pflege- und Altenheim Betriebsgesellschaft
- **A**OK - Die Gesundheitskasse Schwarzwald-Baar-Heuberg
- **B**ad Dürkheimer Mineralbrunnen
- Beratungsstelle „Alter & Technik“ Schwarzwald-Baar-Kreis
- **B**eri Sport-Med
- Bundesverband Gedächtnistraining, Arbeitskreis Schwarzwald-Baar
- **b**wlv Fachstelle Sucht Villingen-Schwenningen
- **G**esundheitsamt Schwarzwald-Baar-Kreis: u.a. Arbeitskreis Demenz, Gesundheitsnetzwerk, Selbsthilfekontaktstelle
- **H**eilklimatischer Kurort und Kneippkurort Königfeld
- Hochschule Furtwangen University
- **I**NFIT NLP INSTITUT
- **K**assenärztliche Vereinigung Baden-Württemberg
- Klinik Limberger Bad Dürkheim
- Klinikforum Bad Dürkheim
- Kur- und Bäder GmbH Bad Dürkheim/ Wellness- und Gesundheitszentrum Solemar
- **M**EDIAN Klinik St. Georg Bad Dürkheim
- **O**rthopädie + Vital Zentrum Piro
- **P**atienten-Gesundheits-Akademie Schwarzwald-Baar-Heuberg
- Pflegestützpunkt Schwarzwald-Baar-Kreis
- Pfundstein's Naturkost und Naturkosmetik
- Physiotherapie Praxis Bank
- **s**alinea Ärzte- und Gesundheitszentrum am Salinensee
- Schwarzwald-Baar Klinikum
- Schwenninger Krankenkasse
- Selbsthilfegruppe Schnarchen-Schlafapnoe

# gesund & vital

Forum des Gesundheitsnetzwerks  
Schwarzwald-Baar



23. Oktober 2016 | 11-18 Uhr

Haus des Bürgers/Gastes  
Bad Dürkheim

Mit Patric Heizmann live!

Schwerpunktthema:  
Ernährung & Bewegung

Eintritt **FREI!**

GESUNDHEITS-  
NETZWERK  
SCHWARZWALD BAAR  
Die **Q**uelle...  
...der Gesundheit

## Patric Heizmann live!

### „Ich bin dann mal schlank“

– so lautet die Devise von Patric Heizmann, der als Experte für einen gesunden Lifestyle bundesweit bekannt ist. Patric Heizmann lotst sein Publikum auf verblüffend leichten Wegen durch den Ernährungsdschungel, er räumt auf mit längst überholten Mythen, entlarvt populäre Irrtümer und verbreitet dabei jede Menge guter Laune. Mit einer einzigartigen Verknüpfung von Kompetenz und Entertainment stellt Patric Heizmann für jeden verständlich den Zusammenhang zwischen Gesundheit, Ernährung und Bewegung her und macht damit Lust auf einen gesunden und bewegten Lifestyle.

Das Gesundheitsnetzwerk Schwarzwald-Baar präsentiert in Kooperation mit der Klinik Limberger, die in diesem Jahr ihr 40jähriges Bestehen feiert, diesen gleichermaßen unterhaltsamen wie informativen Vortrag, der garantiert ohne Fach-Chinesisch auskommt – und freut sich mit Ihnen auf „Comedy mit Nährwert“.

Weitere Informationen zu Patric Heizmann unter [www.ich-bin-dann-mal-schlank.de](http://www.ich-bin-dann-mal-schlank.de)  
[www.patric-heizmann.de](http://www.patric-heizmann.de)



## Programm Haus des Bürgers

### Siedersaal

#### 11.00 Uhr | Eröffnung und Begrüßung

durch Landrat Sven Hinterseh, Fritz Link, 1. Vorsitzender des Gesundheitsnetzwerks Schwarzwald-Baar sowie einen Vertreter der Stadt Bad Dürkheim

#### 11.15 Uhr | Vortrag Patric Heizmann

„Ich bin dann mal schlank – Comedy mit Nährwert“

#### 12.15 Uhr | Podiumsdiskussion

„Leichter als Sie denken – gesunde Ernährung im Alltag“  
Mit Patric Heizmann | Prof. Dr. Stephan Jacob, Arzt für Endokrinologie, Diabetologie, Ernährungsmedizin | Tina Janitz, Ernährungsberatung/DGE, Leiterin der Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung Baden-Württemberg | Dr. Lotte Habermann-Horstmeier, MPH, Leiterin des Villingen-Institute of Public Health der Steinbeis Hochschule Berlin | Lydia Fries-Spöcker, Ernährungsberaterin, AOK Schwarzwald-Baar-Heuberg | Massimo Vicino, hat 60 kg abgenommen und seine Gesundheit nachhaltig gestärkt

#### 14.00 Uhr - 15.30 Uhr | Aktiv Vortrag

„Sich regen bringt Segen: Rücken und Nacken schmerzfrei halten; Frau Dr. Petra Mommert-Jauch, ISR Institut für Sport und Rehabilitation, Donaueschingen

#### 15.30 Uhr - 15.45 Uhr | Mitmach-Übung

„Mit gesunder Atmung gelassen durch den Alltag“  
Sportlehrer Wellness- und Gesundheitszentrum Solemar

### Großherzogin-Luise-Saal

#### 14.00 Uhr | Brainfood

Lydia Fries-Spöcker, Diplom-Ökotrophologin und Ernährungsberaterin, AOK-Gesundheitszentrum

#### 14.45 Uhr | M.O.B.I.L.I.S. und Balancia

Nachhaltig abnehmen mit dem Therapie-Team der Klinik Limberger

#### 15.30 Uhr | Timeout statt Burnout

Dr. med. Andrea Fetzner, MEDIAN Klinik St. Georg

#### 16.15 Uhr | Ernährung damals und heute

Sportlehrer Wellness- und Gesundheitszentrum Solemar

## Programm Haus des Gastes

### Weinbrennersaal

#### Vorträge mit Referenten des Schwarzwald-Baar-Klinikums

#### 13.30 Uhr | Gesund alt werden

Dr. med. Ilse Gehrke  
Direktorin der Klinik für Innere Medizin IV  
Allgemeine Innere Medizin und Altersmedizin

#### 14.15 Uhr | Schlaganfall Prävention: Vorbeugen ist besser als Heilen

Prof. Dr. med. Hubert Kimmig  
Direktor der Klinik für Neurologie

#### 15.00 Uhr | Körperliche Aktivität und Sport bei Krebs: So wichtig wie ein Medikament

Prof. Dr. med. Paul Graf La Rosée  
Direktor der Klinik für Innere Medizin II  
Hämatologie, Onkologie, Immunologie,  
Infektiologie und Palliativmedizin

#### 15.45 Uhr | Riechen, Schmecken, Hören – Sinne im Wandel

Priv.-Doz. Dr. med. Christian Mozet  
Direktor der Klinik für Hals-Nasen-Ohrenheilkunde,  
Kopf- und Halschirurgie

#### 16.30 Uhr | Mobil im Alter

Prof. Dr. med. Guido Wanner  
Direktor der Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie

## Angebote im Außenbereich

#### Beratung und Probefahren von E-Bikes

Ketterer Fahrzeugtechnik

#### Slackline für Kinder

Bora Outdoorsports

#### Geocaching für Jugendliche

Schwäbischer Albverein