

Aussteller & Mitmachaktionen

- **AOK – Die Gesundheitskasse Schwarzwald-Baar-Heuberg**
 - » Beratung zu Versicherungsfragen, Reaktionsmessung, Gewinnspiel
- **Bauerngarten- und Wildkräuterland Baden e.V.**
- **Baby Beach Villingen-Schwenningen**
- **Bad Dür rheimer Mineralbrunnen**
- **BARMER**
 - » „Ingwer Shot – der Kick für dein Immunsystem“
- **BEKI**
 - » Informationen zur Kinderernährung
- **BEMER Group**
 - » Physikalische Gefäßtherapie
- **Deutsches Rotes Kreuz – Kreisverband Villingen-Schwenningen e.V.**
 - » Hausnotruf
- **Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg**
- **Fachstelle Sucht (bwlv)**
 - » Suchtparours
- **Gedächtnistraining Hummel**
 - » Gedächtnistraining Parcours
- **Gesundheitsamt/ Gesundheitsnetzwerk/ Selbsthilfekontaktstelle**
- **Heilklimatischer Kurort und Kneippkurort Königsfeld**
- **Hochschule Furtwangen**
- **IBB Schwarzwald-Baar-Kreis**
- **Kneippverein Villingen/ Königsfeld**
- **Kur- und Bäder GmbH Bad Dür rheim**
- **Orthopädie + Vital Zentrum Piro**
- **Pflegestützpunkt Schwarzwald-Baar-Kreis & Beratungsstelle Alter und Technik**
 - » Fühl- und Schätzbox mit Gewinnen
- **Physiotherapie Praxis Bank**
- **Praxis für ganzheitliche Medizin, Heilpraktikerin Bianca Seidler**
- **Selbsthilfegruppe Initiative Schlaganfall**
- **Selbsthilfegruppe Schnarchen – Schlafapnoe**
- **Sure Hotel by Best Western Bad Dür rheim**
 - » Biohacking – Power your life
- **Vdk Villingen**

Unsere Hauptredner

Patric Heizmann



Patric Heizmann ist einer der bekanntesten Gesundheits-Experten im deutschsprachigen Raum. Seine LIVE-Auftritte haben bereits mehr als 400.000 Menschen gesehen. Über 10 Millionen Zuschauer verfolgten die Übertragung seiner Bühnenshow. Er ist fünffacher Bestsellerautor und als Experte und Kolumnist war und ist er für diverse Magazine, Zeitschriften, Zeitungen, TV- und Radiosender tätig. Sowohl mit seinem Online-Coaching „Leichter als du denkst“ als auch mit seiner Tätigkeit als Speaker mit humorvollen Gesundheits-Impulsvorträgen erreicht Patric Heizmann tausende Menschen.



Dr. Christoph Zeller

Dr. Christoph Zeller ist Facharzt für Innere Medizin, Hämatologie und Onkologie. Zu Beginn ging er einer ärztlichen Berufstätigkeit im Herzzentrum Bad Krozingen, in der Inneren und Chirurgischen Abteilung des Krankenhauses Herbolzheim, der Inneren Abteilung des Kreiskrankenhauses Titisee-Neustadt und in der Medizinischen Universitätsklinik in Freiburg nach. Er war von 1994 bis 2017 Oberarzt (seit 2005 leitender Oberarzt) in der Asklepios Klinik Triberg. Seit Ende 2017 ist er mit einer Teilzeittätigkeit in der onkologischen Schwerpunktpraxis Schwarzwald-Alb.

Anfahrt

Donauhallen Donaueschingen
An den Donauhallen 2
78166 Donaueschingen

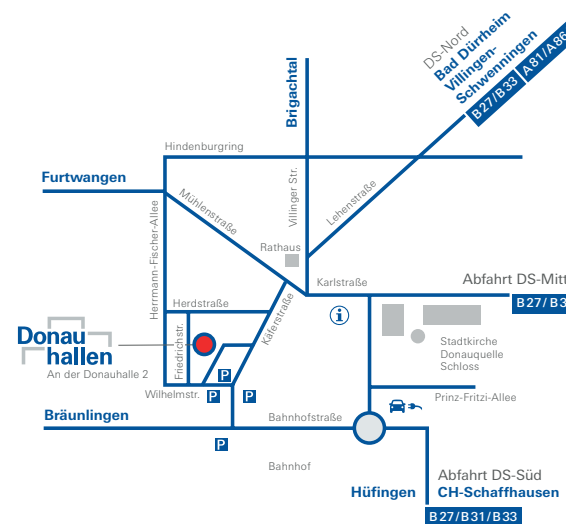
Mit dem Auto

Donaueschingen liegt verkehrsgünstig im Schnittpunkt von 3 Bundesstraßen:
Bundesstraße 27 Stuttgart-Schaffhausen
Bundesstraße 31 Freiburg-Lindau
Bundesstraße 33 Offenburg-Konstanz
In unmittelbarer Nähe verläuft die Autobahn A81 Stuttgart-Singen



Per Bahn

Donaueschingen ist ein Bahnknotenpunkt. Es halten alle Züge.



Veranstalter

**Landratsamt Schwarzwald-Baar-Kreis/
Gesundheitsnetzwerk Schwarzwald-Baar**

Kontakt

Geschäftsstelle Gesundheitsnetzwerk
Schwarzwald-Baar
Telefon 077 21 / 9 13 71 90 (Bei Bandansage 4 wählen)
E-Mail: info@gesundheitsnetzwerk-sbk.de
Weitere Informationen finden Sie unter:
www.gesundheitsnetzwerk-sbk.de

Gestaltung: Kur- und Bäder GmbH Bad Dür rheim | Luisenstraße 4 | 78073 Bad Dür rheim

gesund & vital
Forum des Gesundheitsnetzwerks
Schwarzwald-Baar

Sonntag, 27. Oktober 2024

11:00 - 17:30 Uhr

Donaueschingen
Donauhallen

*Immunpower -
stärke deine
Abwehrkräfte*

Mit freundlicher
Unterstützung der



Unter anderem mit:
**Patric Heizmann &
Dr. Christoph Zeller**

Eintritt frei!



Programm

Strawinsky Saal

11:00 - 11:15 Uhr

Eröffnung und Begrüßung durch

- Sven Hinterseh,
Landrat des Schwarzwald-Baar-Kreises
- Erik Pauly,
Oberbürgermeister der großen Kreisstadt
Donaueschingen
- Fritz Link, Bürgermeister der Gemeinde Königsfeld,
1. Vorsitzender des Gesundheitsnetzwerks
Schwarzwald-Baar

11:15 - 12:20 Uhr

Gesundheit einfach gemacht

Patric Heizmann,
Erährungs- und Fitness-Experte

12:20 - 12:35 Uhr

Aktive Pause - für mehr Bewegung im Alltag

Mara Schleusener,
BARMER

12:35 - 13:20 Uhr

Was leistet unser Immunsystem?

Aufbau und Funktion - wie kann ich es fit machen?

Dr. Christoph Zeller,
Facharzt für Innere Medizin, Hämatologie und Onkologie

13:20 - 14:00 Uhr

Pause

Programm

Seminarraum Stockhausen

14:00 - 14:30 Uhr

Immunologische Erkrankungen

Dr. med. Susanne Mertins,
Klinik für Innere Medizin, Schwarzwald-Baar Klinikum

14:45 - 15:15 Uhr

Resilienz – Das Immunsystem der Psyche

Joachim Huber,
Selbsthilfegruppe Psychische Belastungen, Burnout & Co.

15:30 - 16:00 Uhr

Zentrum des Immunsystems – unser Darm

Bianca Seidler,
Heilpraktikerin

16:15 - 16:45 Uhr

Fitness Food fürs Immunsystem

Heidrun Zeller-Thorn,
AOK – Die Gesundheitskasse Schwarzwald-Baar-Heuberg

17:00 - 17:30 Uhr

Biohacking Bad Dürkheim

Jennifer Mühl,
Kur- und Bäder GmbH Bad Dürkheim

Programm

Hindemith

14:00 - 14:30 Uhr

Rocke deine Abwehr – bringe das Immunsystem auf Hochtouren (Smoothie-Workshop)

Frau Lemke,
Rehaklinik Sonnhalde

14:45 - 15:15 Uhr

Die „Herbst“-Impfungen

Dr. med. Alexander Regge,
Praxis für Reisemedizin

15:30 - 16:00 Uhr

Mit Sebastian Kneipp gesund durch den Winter!

Claudia Collet,
Landesverband Kneipp-Bund Baden-Württemberg

16:15 - 16:45 Uhr

Durch gezieltes Krafttraining zu einem besseren Immunsystem

Berat Caglar & Alexander Bleier,
mein-gym Gesundheitszentrum St. Georgen

17:00 - 17:30 Uhr

Fit in den Herbst mit Übungen fürs Gedächtnis

Sabine Hummel,
Gedächtnistraining Hummel

Catering

Während der Veranstaltung
ist für das leibliche Wohl
durch „**Kostbaar-Catering**“
der Donauhallen bestens
gesorgt.

