

mit Gesundheitsmesse
vom 21. bis 22. September



BAD NAUHEIMER
GESUNDHEITSTAGE 2013
Sa. 14. bis So. 22.9.



BAD NAUHEIM
Die Gesundheitsstadt

GRUSSWORT



Liebe Besucherinnen und Besucher,
liebe Bürgerinnen und Bürger der
Gesundheitsstadt,

wir alle haben die Chance, immer älter
werdend, im Alter fitter und aktiver zu
sein. Ob es uns selbst gelingt, ein hohes
Alter bei guter körperlicher Konstitution
zu erreichen, hängt auch von unserem
individuellen Verhalten ab - soweit die

Theorie, die uns Krankenkassen und Gesundheitsexperten vermitteln.

Für Bad Nauheim ist Gesundheit Programm! Dank ihrer Entwicklung als Kurstadt im Grünen können wir auf einer hervorragende Infrastruktur aufbauen. Die Stadt ist umgeben von Wäldern und Parks zur Naherholung, durchzogen von Alleen und ausgestattet mit zahlreichen Sportanlagen, vom Eisstadion über Schwimmbäder bis zu Golf- und Tennisplätzen. 13 Akutkrankenhäuser und Reha-Kliniken sind Mittelpunkt eines Netzwerks kommerzieller und nicht-kommerzieller Anbieter unterschiedlichster Gesundheitsleistungen wie Rückenschule, Yoga oder Koronarsport. Mit dem in Bad Nauheim entwickelten Programm KIKS UP setzen wir bei der Gesundheitserziehung bereits im Kleinkindalter an.

Die Gesundheitstage bieten auch in diesem Jahr wieder einen kompakten Querschnitt durch das in der Stadt vorhandene medizinische und präventive Leistungsspektrum. Nutzen Sie die Gelegenheit, sich umzuschauen, sich zu informieren, lassen Sie sich für Ihren persönlichen Bedarf inspirieren!

In diesem Sinne wünsche ich uns allen erfolgreiche Gesundheitstage 2013!

Herzliche Grüße
Ihr

Armin Häuser
Bürgermeister

GEMEINSAM FÜR IHRE GESUNDHEIT

Tradition, Erfahrung, Forschung formen die Kernkompetenzen des Heilbads. Die Gesundheitsstadt bietet aber weit mehr als nur einen Ort mit hochmodernen Kliniken, renommierten Ärzten und bedeutenden Forschungs- und Weiterbildungseinrichtungen. Ein Netzwerk unterschiedlicher Einrichtungen arbeitet Hand in Hand entlang der Lebensspanne vom Säugling bis zum Senior, um Krankheiten im Vorfeld zu vermeiden.

Im September präsentiert Bad Nauheim diese gebündelte Fachkompetenz während der Gesundheitstage. Das Programm bietet Informationen, Perspektiven und spannende Aktionen rund um die Gesundheit und deren Erhaltung. Aus den traditionellen Reha- und Seniorentagen weiterentwickelt, richten sich die Aktionen an Jung und Alt. Mit der Initiative »Gesunde Unternehmen Hessen« präsentiert sich ein neuer Partner, der sich auch auf Unternehmensseite für das betriebliche Gesundheitsmanagement einsetzt. Nutzen Sie die Gesundheitstage, dieses deutschlandweit einmalige Gesundheitsnetzwerk kennenzulernen. Vertreten sind u.a.:

- [Kliniken und weitere Gesundheitsexperten](#)
- [Wetterauer Selbsthilfe- und Vereinsmeile](#)
- [Stadtolympiade](#)
- [KIKS UP-familie.net-Meile](#)
- [Initiative »Gesunde Unternehmen Hessen«](#)

Im Rahmen der Gesundheitstage wird die KIKS UP-familie.net-Meile die Verbindung zwischen der Gesundheitsmesse im Jugendstil-Industriepark und der Stadtolympiade im angrenzenden Goldsteinpark schaffen. Der Goldsteinpark ist der ideale Veranstaltungsort für die Gesundheitstage. Das ehemalige Landesgartenschauareal bietet viel Platz im Grünen, das Besucher barrierefrei in nur wenigen Minuten vom Bahnhof erreichen können. Für die vielfältigen Mitmachangebote sind die großzügigen Grünflächen wie geschaffen, um in der Natur Sauerstoff zu tanken und Herz und Kreislauf in Schwung zu bringen.

PROGRAMM IM RAHMEN DER GESUNDHEITSTAGE

SAMSTAG, 14. BIS SAMSTAG, 21. SEPTEMBER
STADTOLYMPIADE S. 16 - 21

FREITAG, 20. SEPTEMBER
KIKS UP AKTIONSTAG S. 22

SAMSTAG, 21. SEPTEMBER
KIKS UP-FAMILIE.NET-MEILE S. 23

SAMSTAG, 21. UND SONNTAG, 22. SEPTEMBER
GESUNDHEITSMESSE S. 5 - 14

SAMSTAG, 21. UND SONNTAG, 22. SEPTEMBER
GESUNDE UNTERNEHMEN HESSEN S. 24 - 25

SAMSTAG, 21. SEPTEMBER
SELBSTHILFE-MEILE S. 26 - 27

SONNTAG, 22. SEPTEMBER
GESUNDHEITSVEREINS-MEILE S. 28 - 29

SAMSTAG, 21. UND SONNTAG, 22. SEPTEMBER
RAHMENPROGRAMM S. 30 - 32

**ÜBERSICHTSPLAN JUGENDSTIL-INDUSTRIEPARK
& GOLDSTEINPARK** S. 33

SAMSTAG, 21. SEPTEMBER GESUNDHEITSMESSE

11:00 UHR: OFFIZIELLE ERÖFFNUNG DER GESUNDHEITSMESSE
ORT: BÜHNE GOLDSTEIN

ANSPRACHE DURCH BÜRGERMEISTER ARMIN HÄUSER
Mit anschließendem Messerundgang und weiteren Grußworten.
Die Eröffnungsveranstaltung wird vom Bad Nauheimer Kur-ensemble begleitet.

10:00 - 18:00 UHR: GESUNDHEITSMESSE
ORT: JUGENDSTIL-INDUSTRIEPARK GOLDSTEIN

Die Messe präsentiert Gesundheitsangebote und -produkte regionaler wie überregionaler Unternehmen. Neben den Bad Nauheimer Kliniken sind Institutionen aus den verschiedensten Gesundheits- und Präventionsbereichen vertreten. Hier reicht das Spektrum von pharmazeutischen Produkten über orthopädische Hilfsmittel, Hörgeräte und Saunabedarf bis hin zu Angeboten von Seniorenstiften oder Fitnessstudios.

AUSZUG MITMACHANGEBOTE

ERNÄHRUNG

- Kleine Leckereien aus der Lehrküche (MEDIAN Klinik am Südpark/MEDIAN Kaiserberg-Klinik)
- Ernährungsberatung, Kalorienverbrauchsmessung (HELIOS William Harvey Klinik)
- Kostproben eines vegetarischen Brotaufstrichs (Reha-Zentrum der Deutschen Rentenversicherung Bund Kliniken Taunus und Wetterau)

BEWEGUNG

- Gerätegestützte Koordinationsspiele für Kinder und gerätegestützte Koordinationsübungen für Erwachsene mit Feedback-Funktion und Leistungskontrolle (SPORTKLINIK Bad Nauheim/Institut für Sporternährung e.V.)
- Pilates - der sanfte Weg zu Gesundheit und Fitness (Gesundheitszentrum Wetterau gGmbH)
- Geräte zum Training von Gleichgewicht und Koordination (Park-Klinik)
- Bewegungsanalyse im Alltag mit dem Alterssimulationsanzug (Gesundheitszentrum Wetterau gGmbH)





GESUNDHEITS-CHECKS

- „Wie fit ist mein Rücken?“ – Der kleine Rücken-Check zu Form und Beweglichkeit der Wirbelsäule (SPORTKLINIK Bad Nauheim/Institut für Sporternährung e.V.)
- Demonstration Körperdepotfett- und Muskelmassenmessung mittels Infrarotmessgerät, PC-Test zu ausgewählten Parametern mentaler Leistungsfähigkeit (SPORTKLINIK Bad Nauheim/Institut für Sporternährung e.V.)
- Mini Check-up Herz-Kreislaufisiko (MEDIAN Klinik am Südpark)
- Demonstration Hörtests, Beratung über Tinnitus und Hörprobleme (MEDIAN Kaiserberg-Klinik)
- Screening auf Depression/psychologische Testung (Burghof-Klinik)
- Demonstration Carotismessung (Gesundheitszentrum Wetterau gGmbH)
- Demonstration Blutdruck- und Blutzuckermessung (Reha-Zentrum der Deutschen Rentenversicherung Bund Klinik Taunus und Klinik Wetterau, Gesundheitszentrum Wetterau gGmbH, HELIOS William Harvey Klinik)
- Demonstration POCT Messung z.B. Glucose (Synlab MVZ Bad Nauheim)

- Demonstration Biofeedback-Messung, Aurafotografie, Messung Herzraten, Burnout Prophylaxe (EinsSein)
- Demonstration Body Impedanz Messung (HELIOS William Harvey Klinik)

PSYCHO-SOZIALE GESUNDHEIT

- Entspannungsübungen (Burghof-Klinik)
- Life-Kinetik/Gehirnjogging (BARMER GEK)

SONSTIGES

- Glücksrad, Kurzmassagen, Gleichgewichts-Schwindel-Parcours (MEDIAN Klinik am Südpark/MEDIAN Kaiserberg-Klinik)
- Gipsen für Kinder, Schlüssellochchirurgie (Gesundheitszentrum Wetterau gGmbH)
- Warmes Kiessandbad für die Hände (Kerckhoff-Klinik)
- Alterssimulationsanzug zum Selbstversuch (Alten- und Pflegeheim Schacht GmbH)
- Schlüssellochoperieren mit Gummibärchen an einem Trainingsmodell, Barfußgang, Gefäßsimulator, Nackenmassage, Akupunktur (HELIOS William Harvey Klinik)
- Nackenmassage (Park-Klinik)
- Schätzsäule mit Gewinnspiel (BARMER GEK)

Haupteingang Messegelände

Alte Wäscherei

Selbsthilfe- und Gesundheits-

Vereinmelle

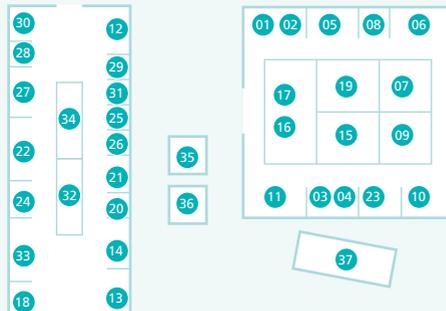
Eingang

KIKS UP familie.net Meile

Bühne

Neue Saline

Alte Schreinerei
Vorträge / Gastronomie



WC

DRK-Fahrzeug-
ausstellung

Kneipp-Verein

Feuerwehr

Gesunde Unternehmen
Hessen

ÜBERSICHTSPLAN JUGENDSTIL-INDUSTRIEPARK GOLDSTEIN AUSSTELLER ZELTE UND FREIGELÄNDE

- | | | | |
|-------------------------------|--|--|--|
| 01. MEDIAN Kaiserberg-Klinik | 13. Reha-Zentrum der DRV-Bund, Kliniken Taunus und Wetterau | 20. Cellagon Beratung | 32. Herbert König Bürotechnik KG |
| 02. MEDIAN Klinik am Südpark | 14. Rehabilitationszentrum am Sprudelhof der Deutschen Rentenversicherung Hessen | 21. EinsSein | 33. Engel- und Liebig-apotheke Friedberg |
| 03. Fuß-Fit Schäfer | 15. KWA Parkstift Aeskulap | 22. Synlab MVZ Bad Nauheim | 34. TRANZX/E-Bikes |
| 04. Sanitätshaus Winter | 16. Gesundheitszentrum Wetterau gGmbH | 23. Bettenhaus Biermann | 35. Barmer GEK |
| 05. Sanitätshaus Kaphingst | 17. Kerckhoff-Klinik | 24. Pflegeagenturplus - Oberhessen | 36. Trinkwasserberatung Falkenstein |
| 06. OptiMum Training GmbH | 18. Saunabedarf Schneider | 25. Mrs Sporty | 37. Hörmobil, Kronemann Hörgeräte GmbH |
| 07. Burghof-Klinik | 19. Alten- und Pflegeheim Schacht | 26. Suban Thai-Massage | 38. HELIOS-Gesundheits-Truck, HELIOS William Harvey Klinik |
| 08. DRK Kreisverband FB e. V. | | 27. Optik Boelke | |
| 09. Kurpark-Klinik | | 28. Zen-Shiatsu Praxis | |
| 10. Park-Klinik | | 29. Praxis-Licht-Reich | |
| 11. Sportklinik Bad Nauheim | | 30. Apotheke am Park | |
| 12. Gebet für Kranke | | 31. Heilpraktikerin Gertraud M. Schmid | |

Am Goldstein

SAMSTAG, 21. SEPTEMBER

GESUNDHEITSMESSE

10:00 UHR - 13:30 UHR: VORTRAGSREIHE I

ORT: ALTE SCHREINEREI

Moderation: Dr. med. Michael Pröbstel &
Dr. med. Michael Eckhard
Gesundheitszentrum Wetterau gGmbH

10:00 UHR:

STOP DIABETES - FRÜHZEITIGES ERKENNEN, RECHTZEITIGES BEHANDELN

Dr. med. Michael Eckhard, Chefarzt Innere Medizin,
GZW (Hochwaldkrankenhaus/Diabetes-Klinik)

10:30 UHR:

OSTEOPOROSE UND FRAKTUR - DAS ENDE DER SELBSTÄNDIGKEIT?

Dr. med. Michael Pröbstel, Chefarzt Unfallchirurgie,
GZW (Hochwaldkrankenhaus/Bürgerhospital)

11:00 UHR:

TINNITUS - URSACHEN UND BEHANDLUNGEN FÜR DEN QUÄLGEIST IM OHR

Dr. med. Roland Zeh, Chefarzt,
MEDIAN Kaiserberg-Klinik

11:30 UHR:

SO KANN AUS JEDER KÜCHE EINE FITNESS- UND GESUNDHEITSKÜCHE WERDEN

Dipl. oec. troph. Uwe Schröder,
Institut für Sporternährung e.V.

12:00 UHR:

RISIKOFAKTOREN - GEFAHREN FÜR'S HERZ

Dr. med. Natascha Seekel-Bröcher, Oberärztin,
Rehabilitationszentrum am Sprudelhof der
Deutschen Rentenversicherung Hessen



12:30 UHR:

GESUNDHEITSPRÄVENTION NACH KNEIPP IN BAD NAUHEIM

Dr. med. Lutz Ehnert, Vorsitzender Kneipp-Verein
Bad Nauheim/Friedberg e.V.

13:00 UHR:

NAHRUNGSMITTELUNVERTRÄGLICHKEITEN UND BAUCHSCHMERZEN

Dr. med. Erwin Bähr, FA für Laboratoriumsmedizin,
Umweltmedizin, Transfusionsmedizin

TIPPS:

KOSTENLOSE KINDERBETREUUNG
AM STAND JUGENDROT Kreuz BAD NAUHEIM

SIE KÖNNEN DIE VORTRÄGE AUCH EINZELN BESUCHEN,
NACH JEDEM VORTRAG IST EINE PAUSE, UM DEN RAUM
ZU VERLASSEN BZW. ZU BETRETEN!

SONNTAG, 22. SEPTEMBER

GESUNDHEITSMESSE

10:00 - 18:00 UHR:
GESUNDHEITSMESSE
ORT: JUGENDSTIL-INDUSTRIEPARK

Inhalte und Aussteller vgl. Seite 5-9

10:00 - 13:30 UHR: VORTRAGSREIHE II
ORT: ALTE SCHREINEREI
Moderation: Dr. med. Johannes Peil
(SPORTKLINIK BAD NAUHEIM)

10:00 UHR:
**ARTERIOSKLEROSE - MIT ODER OHNE FOLGESCHÄDEN -
WELCHE NICHTMEDIKAMENTÖSEN MASSNAHMEN HELFEN
DEN BETROFFENEN WEITER?**
Dr. med. Ulrich Kiwus, Ärztlicher Direktor,
Reha-Zentrum der DRV-Bund, Kliniken Taunus und Wetterau

10:30 UHR:
**ENTZÜNDLICHE DIVERTIKELERKRANKUNG DES DICKDARMS
UND DIE CHIRURGISCHE BEHANDLUNG**
Dr. med. Klaus-Peter Kröll, Chefarzt Viszerale Chirurgie,
GZW (Hochwaldkrankenhaus)

11:00 UHR:
SCHLAGANFALLVORBEUGUNG
Prof. Dr. med. Tibo Gerriets, Chefarzt Neurologie,
GZW (Bürgerhospital)

11:30 UHR:
**LEBENSSTIL, MODERNE DIAGNOSTIK UND DIE RICHTIGE
THERAPIE GEGEN: "ICH HABE RÜCKEN"**
Privat-Dozent Dr. med. Axel McKenna-Küttner,
Facharzt für Radiologie, SPORTKLINIK Bad Nauheim

12:00 UHR:
**PSYCHOSOMATISCHE BEHANDLUNGSKONZEPTE IN DER
BURGHOFKLINIK**
Dr. med. Thorsten Bracher, Chefarzt, Burghof-Klinik

12:30 UHR:
DIE BOMBE TICKT - DAS AORTENANEURYSMA
Dr. med. Thomas Umscheid, Chefarzt,
HELIOS William Harvey Klinik

13:00 UHR:
AKTUELLES ÜBER DEN FAMILIÄREN BRUSTKREBS
Dr. med. Erwin Bähr, FA für Laboratoriumsmedizin,
Umweltmedizin, Transfusionsmedizin

SONNTAG, 22. SEPTEMBER

GESUNDHEITSMESSE

14:00 UHR - 16:30 UHR: VORTRAGSREIHE III

ORT: ALTE SCHREINEREI

Moderation: Prof. Dr. med. Bernd Wüsten
(Cardiologisches Centrum Bethanien)

14:00 UHR:

RAUCHERBEIN MUSS NICHT SEIN - DIE ZIGARETTE UND IHRE FOLGEN

Dr. med. Thomas Umscheid, Chefarzt,
HELIOS William Harvey Klinik

14:30 UHR:

TRAINING 50PLUS - WIE KANN ICH BEWEGUNGSSCHANCEN MIT SPASS UND FREUDE NUTZEN?

Birgit Schneider, Leitende Physiotherapeutin,
GZW (Hochwaldkrankenhaus/Bürgerhospital)

15:00 UHR:

HOHER BLUTDRUCK - WAS KANN ICH TUN UND WARUM?

Dr. med. Michael Coch, Chefarzt, MEDIAN Klinik am Südpark

15:30 UHR:

WIE KANN ICH DURCH MEIN VERHALTEN DAS RISIKO DES AUFTRETENS EINER MÖGLICHEN KREBSERKRANKUNG REDUZIEREN?

Dr. med. Gertraud Gallhofer, Chefarztin,
Reha-Zentrum der DRV-Bund, Klinik Taunus

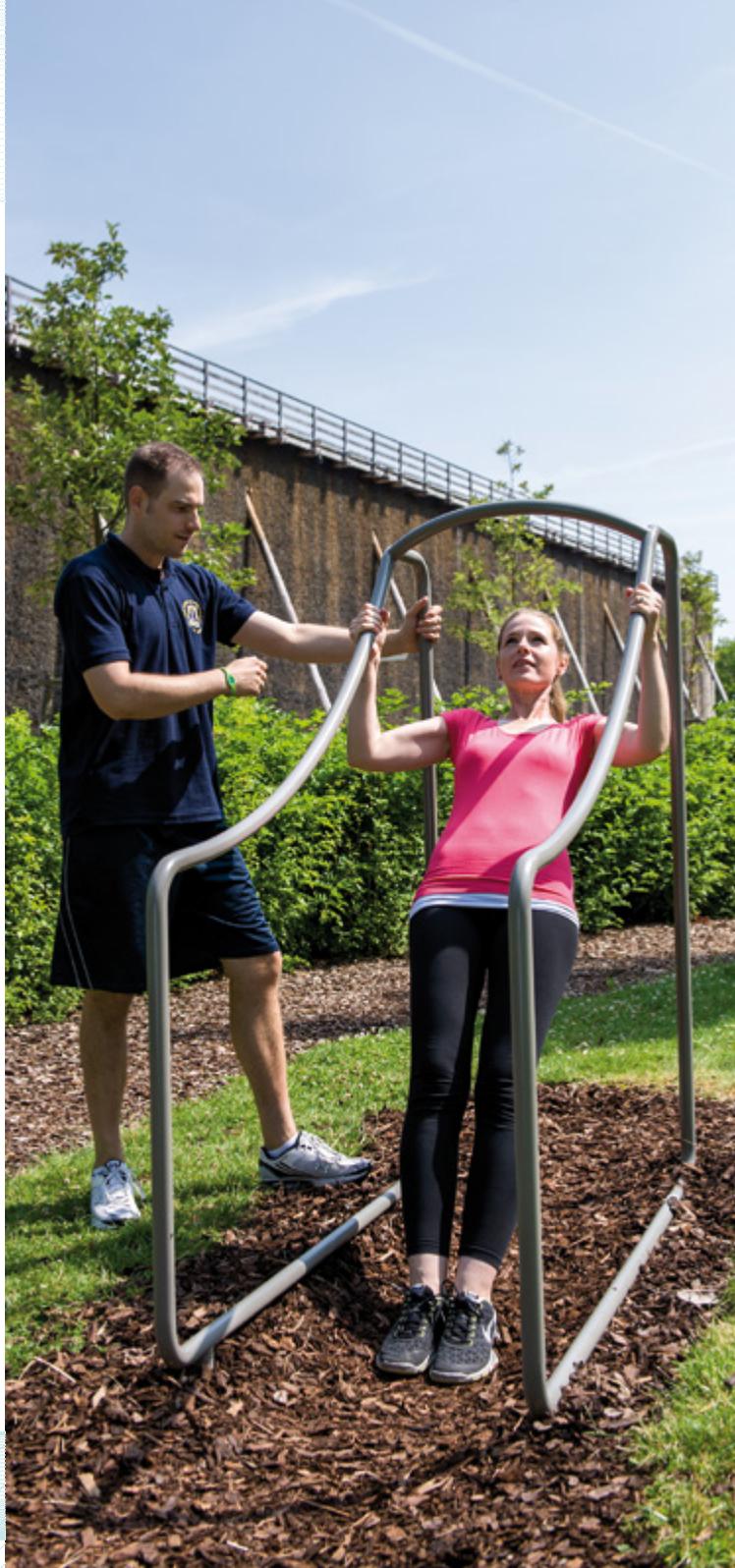
16:00 UHR:

WERDEN WIRKLICH ZU VIELE KÜNSTLICHE HÜFT- UND KNIEGELENKE IN DEUTSCHLAND OPERIERT? WAS KANN MAN SONST NOCH TUN?

Dr. med. Ulrich Müller, Chefarzt, Park-Klinik

TIPP:

KOSTENLOSE KINDERBETREUUNG
AM STAND JUGENDROTKREUZ BAD NAUHEIM



SAMSTAG, 14. BIS SAMSTAG, 21. SEPTEMBER STADTOLYMPIADE

BEWEGUNG FÜR ALLE

Neu ist in diesem Jahr die Integration der Stadtolympiade, deren Finale am 21. September im Goldsteinpark stattfindet. Die 4. Bad Nauheimer Stadtolympiade startet ab dem 14. September und stellt das gemeinsame Aktivwerden in den Mittelpunkt. „Sport ohne Druck und Leistungsdenken, sondern mit viel Spaß“, so lautet das Motto der Veranstaltung an sieben Tagen. Zahlreiche Vereine, wie der Schwimm-Club Bad Nauheim, die DLRG Bad Nauheim und der TSV Nieder-Mörlen sind bei der vierten Auflage als Ausrichter mit von der Partie. Mit einem vielfältigen Bewegungsprogramm werden Betriebe, Bürgerinnen und Bürger sowie Interessierte eingeladen, mit Spaß neue Sportarten gemeinsam auszuprobieren.

Weitere Informationen zur Anmeldung und Adressen der Veranstaltungsorte:

www.bad-nauheim.de/sport/stadtoolympiade

SAMSTAG, 14. SEPTEMBER

10:00 - 14:00 UHR:

FAHRRAD-GESCHICKLICHKEITSPARCOURS

Treffpunkt: Zweiradcenter Mensinger

Anbieter: ADFC Bad Nauheim

MONTAG, 16. SEPTEMBER

9:30 - 11:00 UHR:

NORDIC WALKING MIT CORDULA RIEBE

Treffpunkt: Parkplatz Großer Teich

Anbieter: Kneipp-Verein Bad Nauheim/Friedberg e.V.

Bitte eigene Stöcke mitbringen!

10:30 - 15:00 UHR: TISCHTENNIS

Treffpunkt: Sporthalle Steinfurth, Anbieter: TTC Steinfurth

10:45 - 11:45 UHR: YOGA-FIT

Treffpunkt: in den Räumen von Yoga-Satyaseva

Anbieter: Yoga-Satyaseva



14:30 - 16:00 UHR: BALLOONING MIT ANKE TAUER

Treffpunkt: Frauenwaldhalle, Anbieter: TSV Nieder-Mörlen

20:00 - 22:00 UHR: BADMINTON

Treffpunkt: Frauenwaldhalle, Anbieter: TSV Nieder-Mörlen

DIENSTAG, 17. SEPTEMBER

8:00 - 09:00 UHR & 9:00 - 10:00 UHR: FIT IN DEN TAG

Treffpunkt: Bürgerhaus Rödgen

Anbieter: Kneipp-Verein Bad Nauheim/Friedberg e.V.

9:00 - 10:00 UHR: FIT IN DEN TAG

Treffpunkt: Bürgerhaus Rödgen

Anbieter: Kneipp-Verein Bad Nauheim/Friedberg e.V.

18:00 - 20:00 UHR:

SCHWIMMEN, SCHWIMMABZEICHENABNAHME, WASSER-GYMNASTIK UND WASSERRUTSCHEN-CONTEST

Treffpunkt: Usa-Wellenbad

Anbieter: DLRG, Schwimmclub und TSV Nieder-Mörlen

18:00 - 21:00 UHR:

ÜBER SCHMALE PFADE DURCH DIE HEIMAT – MOUNTAINBIKETOUR FÜR JEDERMANN

Voraussetzungen: Technisch einwandfreies Mountainbike, Helm und Handschuhe sind Pflicht!

Treffpunkt: Burgplatz Bad Nauheim

Anbieter: Bernd Hallmann (Ritzelpark)

MITTWOCH, 18. SEPTEMBER

10:30 - 15:00 UHR: TISCHTENNIS

Treffpunkt: Sporthalle Steinfurth, Anbieter: TTC Steinfurth

16:00 - 18:00 UHR: GOLF-SCHNUPPERTRAINING

Treffpunkt: Driving Range des Golf-Clubs

Anbieter: Golf-Club Bad Nauheim

16:00 - 17:00 UHR: KINDERTURNEN

Treffpunkt: Turnhalle I der Stadtschule Wilhelmskirche

Anbieter: TGV Bad Nauheim

17:00 - 17:30 UHR: LATINO DANCE

Treffpunkt: Turnhalle I der Stadtschule Wilhelmskirche

Anbieter: TGV Bad Nauheim

17:30 - 18:00 UHR: RÜCKEN-FIT

Treffpunkt: Turnhalle I der Stadtschule Wilhelmskirche

Anbieter: TGV Bad Nauheim

17:00 - 17:45 UHR: WASSERGYMNASTIK

Treffpunkt: MEDIAN Klinik am Kaiserberg

Anbieter: Kneipp-Verein Bad Nauheim/Friedberg e.V.

18:00 - 22:00 UHR: SCHIESSEN

Treffpunkt: Schützenhaus Steinfurth

Anbieter: Zimmerschützen Steinfurth

DONNERSTAG, 19. SEPTEMBER

09:00 - 10:00 UHR: FIT IN DEN TAG

Treffpunkt: Mehrzweckhalle Schwalheim

Anbieter: Kneipp-Verein Bad Nauheim/Friedberg e.V.

10:00 - 11:00 UHR:

BECKENBODEN- UND RÜCKENGYMNASTIK

Treffpunkt: Mehrzweckhalle Schwalheim

Anbieter: Kneipp-Verein Bad Nauheim/Friedberg e.V.

10:45 - 11:45 UHR: YOGA-SANFT

Treffpunkt: Räumen von Yoga-Satyaseva,

Anbieter: Yoga-Satyaseva

16:30 - 18:30 UHR: SPORTAKROBATIK

Treffpunkt: Sporthalle am Solgraben

Anbieter: SAV Bad Nauheim

19:30 - 21:30 UHR: TISCHTENNIS

Treffpunkt: Sporthalle der Frauenwaldschule

Anbieter: TSV Nieder-Mörlen

FREITAG, 20. SEPTEMBER

09:30 - 11:00 UHR:

NORDIC-WALKING MIT BIRGIT FÄRBER

Treffpunkt: Parkplatz Frauenwaldschule

Anbieter: Kneipp-Verein Bad Nauheim/Friedberg e.V.

Bitte eigene Stöcke mitbringen!

09:00 - 12:00 UHR: TRAMPOLIN

Treffpunkt: Frauenwaldhalle

Anbieter: TSV Nieder-Mörlen

17:30 - 18:30 UHR: SANFT UND FIT FÜR DEN RÜCKEN

Treffpunkt: MEDIAN Klinik am Südpark

Anbieter: Kneipp-Verein Bad Nauheim/Friedberg e.V.

20:00 - 21:30 UHR:

LINE DANCE FÜR JUGENDLICHE UND ERWACHSENE MIT ANDREA WERNER

Treffpunkt: Turnhalle der Stadtschule in der Rotdornstraße

Anbieter: Alternativer Tanzclub Bad Nauheim

20:00 - 22:00 UHR: SQUARE DANCE

Treffpunkt: Turnhalle, Klinik Wetterau, Reha-Zentrum der

DRV-Bund, Anbieter: Salt Crystals Wetterau

20:00 - 22:00 UHR: BADMINTON

Treffpunkt: Frauenwaldhalle, Anbieter: TSV Nieder-Mörlen

SAMSTAG, 21. SEPTEMBER

FINALE STADTOLYMPIADE

BÜHNENPROGRAMM

ORT: BÜHNE GOLDSTEIN

10:30 UHR: Kurensemble Bad Nauheim

11:00 UHR: Eröffnung

11:30 UHR: Kurensemble Bad Nauheim

12:30 UHR: Bauchtanz, Sterne des Orient

13:00 UHR: Bauchtanz, Sterne des Orient

14:00 UHR: Tanzvorführungen Alternativer Tanzclub Bad Nauheim

15:00 UHR: Tanzvorführungen Alternativer Tanzclub

16:00 UHR: Tanzvorführungen Alternativer Tanzclub

17:30 UHR: Prämierung Stadtolympiade

10:00 - 18:00 UHR (GANZTÄGIG):

ORT: SPORTWIESE GOLDSTEINPARK

- Sportabzeichenabnahme TSV Nieder-Mörlen
- Bewegungsstand AOK Hessen - Die Gesundheitskasse in Hessen, Beratungscenter Friedberg: Müsli-Fahrrad, Fußball-Balancegerät, Fußball-Schußkraftmesser, Ballontiere, Glitzertattoos, Gewinnspiel
- Inliner-Rundkurs für Jedermann im Goldsteinpark mit Matthias Baumann (Inliner, Helm, Handgelenk-, Knie- und Ellenbogenschützer mitbringen)
- Cross-Boccia TSV Nieder-Mörlen
- Slackline mit Frank Baumhummel & Bernd Hallmann

10:00 - 15:00 UHR: BARFUSSPFAD AM VEREINSSTAND

Anbieter: TGV Bad Nauheim

10:00 - 17:00 UHR: BEWEGUNGSMOBIL

Anbieter: Landessportbund Hessen Sportkreis Wetterau

10:00 - 15:00 UHR:

ÜBUNGEN MIT DEM SCHWUNGTUCH FÜR KINDER

Anbieter: TGV Bad Nauheim

11:00 - 12:00 UHR: OPEN-AIR YOGA

Anbieter: Yoga Satyaseva

11:00 - 16:00 UHR: SPORTAKROBATIK

Anbieter: SAV Bad Nauheim

12:00 - 18:00 UHR: FUSSBALL

Anbieter: SV Germania Schwalheim

12:30 - 13:15 UHR:

HIP HOP ZUM MITMACHEN FÜR JUGENDLICHE UND ERWACHSENE

Anbieter: Alternativer Tanzclub Bad Nauheim

13:30 - 15:00 UHR:

NORDIC WALKING ZUM »SCHNUPPERN« MIT B. FÄRBER

Anbieter: Kneipp-Verein Bad Nauheim/Friedberg e.V.
Bitte eigene Stöcke mitbringen!

14:00 - 15:00 UHR:

»AROHA«, ÜBUNGEN ZUR FESTIGUNG VON PO, OBERSCHENKEL UND BAUCH

Anbieter: TGV Bad Nauheim

14:30 - 15:15 UHR:

HIP HOP ZUM MITMACHEN

Anbieter: Alternativer Tanzclub Bad Nauheim

15:00 - 16:00 UHR:

»AROHA« MIT BRITTA HACHENBURGER

Anbieter: Kneipp-Verein Bad Nauheim/Friedberg e.V.

16:00 - 17:00 UHR:

ZUMBA MIT NINA BINGEL

Anbieter: Kneipp-Verein Bad Nauheim/Friedberg e.V.

16:30 - 17:15 UHR:

HIP HOP ZUM MITMACHEN

Anbieter: Alternativer Tanzclub Bad Nauheim





FREITAG, 20. SEPTEMBER

KIKS UP-AKTIONSTAG 2013

9:30 - 12:30 UHR:
ORT: GOLDSTEINPARK

Im Rahmen der Bad Nauheimer Gesundheitstage findet erstmalig der KIKS UP-Aktionstag 2013 statt. Rund 1.000 Kinder aus Kindertagesstätten und Grundschulklassen haben sich mit über 80 Begleitpersonen angemeldet, im Goldsteinpark bei einem Geländespiel mit Picknick mitzumachen. Im ganzheitlichen und präventiven Sinne von KIKS UP können Stationen mit den Schwerpunkten Bewegung und Aktion, Entspannung, Balance sowie eine Getränkestation entdeckt werden.

Schauen Sie zu, informieren Sie sich!

SAMSTAG, 21. SEPTEMBER

KIKS UP-FAMILIE.NET-MEILE

10:00 - 18:00 UHR:
INFOSTÄNDE, AKTIONEN, MITMACHSTATIONEN FÜR KINDER UND DEREN ELTERN
ORT: ENTLANG DES FUSSWEGES ZWISCHEN GESUNDHEITSMESSE UND SPORTWIESE GOLDSTEINPARK

Die Bad Nauheimer Initiative KIKS UP hat sich bundesweit mit ihrem ganzheitlichen Konzept einen Namen gemacht. Sie hat sich zum Ziel gesetzt, die Lebenskompetenz von Kindern und Jugendlichen zu fördern. KIKS UP-familie.net ist ein von KIKS UP koordiniertes Netzwerk bestehend aus insgesamt 45 Anbietern von Kursen für Kinder, Jugendlichen sowie Erwachsenen. Diese haben sich einer gemeinsamen Bildungsvereinbarung verpflichtet, hohen Qualitätsstandards zu entsprechen, wie z.B. die Fähigkeiten von Kindern und Jugendlichen zur Umsetzung einer gesunden und positiven Lebensführung zu stärken.

Weitere Informationen: www.kiksup-familie.net

An der KIKS UP-familie.net-Meile beteiligen sich folgende Institutionen:

- Ev. Familienbildungsstätte
- Alternativer Tanzclub Bad Nauheim e.V.
- besser leben e.V.
- Müfaz Das Mütter- & Familienzentrum e.V.
- Waldorfkindergarten Bad Nauheim
- Freiwilligenzentrum aktiv für Bad Nauheim e.V.
- Karateverein Friedberg e.V.: Mitmachaktion Probetraining zum Ausprobieren
- TSV 1904 Nieder-Mörlen:
Sportabzeichen auf der Sportwiese
- Kita Sonnenhügel, Rödgen & Kita Pustebblume, Schwalheim: Mitmachaktion Balancierparcours und Fühlmemorie
- Pädagogische Praxis-Sinnespfad - Lern- und Förderzentrum: Mitmachaktion Wahrnehmungsspiel und Lerntypstest
- Ev. Kirchengemeinde: Mitmachaktion gesicherte Kletteraktion an der Kletterschlange

SAMSTAG, 21. SEPTEMBER

BETRIEBLICHES GESUNDHEITSMANAGEMENT

GESUNDE UNTERNEHMEN HESSEN



INITIATIVE FÜR MEHR GESUNDHEIT IN UNTERNEHMEN

Viele Arbeitnehmer fühlen sich überfordert, klagen über Stress am Arbeitsplatz. Zu wenig Bewegung und falsche Ernährung haben Einfluss auf die Gesundheit der Bevölkerung.

Die Initiative »Gesunde Unternehmen Hessen« setzt sich für gesundheitsfördernde Maßnahmen in den Unternehmen ein, möchte für das Thema »Betriebliches Gesundheitsmanagement« sensibilisieren, gibt Impulse und lässt gute Beispiele sichtbar werden.

Dabei setzt die Initiative auf folgende Aktionsfelder:

- Gesunder Arbeitsplatz
- Interne Kommunikation und Führung
- Bewegung und Entspannung
- Ernährung

In diesen Aktionsfeldern können sich Unternehmen auszeichnen lassen und im Online-Branchenbuch auf der Homepage www.gesunde-unternehmen-hessen.de kompetente Ansprechpartner finden.

10:00 - 18:00 UHR:

»GESUNDE UNTERNEHMEN HESSEN« IM RAHMEN DER GESUNDHEITSMESSE

ORT: JUGENDSTIL-INDUSTRIEPARK GOLDSTEIN

Mitglieder und Expertenbeirat der Initiative präsentieren ihr umfangreiches Angebot auf dem Messegelände. Aussteller sind Barmer GEK, Bildungsakademie des Landessportbundes, BRITA, Bürocenter Butzbach, Confidos Akademie Hessen, Conversant, Deutsche BKK, Institut für Wissenschaft und Kunst, KommZen, Physiotherapie Hoffmann, Sanshi Club, San-Fit, Technogym.

14:00 UHR - 16:30 UHR: VORTRAGSREIHE BETRIEBLICHES GESUNDHEITSMANAGEMENT

ORT: ALTE SCHREINEREI

Moderation: Saskia Krey (MEDIAN Klinik am Südpark)

14:00 UHR:

GESUND FÜHREN – MIT KLARHEIT, KRAFT UND STRUKTUR

Sonja Wettlaufer, Confidos Akademie Hessen

14:30 UHR:

PHYSIOLOGISCHE AUSWIRKUNGEN VON STRESS

Sven Lünzer, Regionaler betrieblicher Gesundheitsmanager der Deutschen BKK

15:00 UHR:

ALWAYS ON – VOM STRESS STÄNDIGER ERREICHBARKEIT

Malu Schäfer-Salecker, Projektmanagement Gesunde Unternehmen Hessen Region Wetterau

15:30 UHR:

WER SOLL DAS BEZAHLN – FINANZIERUNG VON BGM

Mirko Kupfer, Technogym

16:00 UHR:

DER ERSTE EINDRUCK ZÄHLT - RAUMGESTALTUNG IN KLINIKEN UND ARZTPRAXEN

Dr. Helge Wirth, Institut für Wissenschaft und Kunst

16:30 UHR:

SITZLUST STATT SITZFRUST – SITZEN BEI DER ARBEIT UND ANDERSWO!

Annette Chrometz, Bürocenter Butzbach

19:30 BIS 23:00 UHR:

VIP-VERANSTALTUNG

VORTRAG „WANDEL DURCH FÜHRUNG - DAS KAPITAL MITARBEITER MOBILISIEREN“

MIT OLYMPIA- UND WELTMEISTER DR. MICHAEL GROSS

AUSZEICHNUNGEN von »Guten Beispielen der Initiative«

Informationen und Karten erhalten Sie über die Homepage

www.gesunde-unternehmen-hessen.de

SAMSTAG, 21. SEPTEMBER

SELBSTHILFE-MEILE

10:00 - 18:00 UHR:

ORT: JUGENDSTIL-INDUSTRIEPARK AM GOLDSTEIN

MITTEILEN, AUSTAUSCHEN, ERMUTIGEN –
GEMEINSAM SIND WIR STARK

An rund 40 Ständen wird ein breit gefächertes Angebot an Selbsthilfegruppen, Gesprächskreisen, sozialen Einrichtungen und Beratungsstellen aus dem gesamten Wetteraukreis vorgestellt. Die Institutionen wollen von Krankheit betroffenen Menschen Halt geben und Mut machen. Ganz nach dem Prinzip: Gemeinsam sind wir stark.

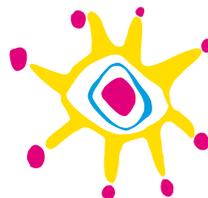
Die Selbsthilfe-Meile bietet den Besuchern reichlich Gelegenheit für Gespräche, Informationsaustausch und das Knüpfen von Kontakten. Betroffene unterschiedlichster Krankheiten wie Krebs, Diabetes oder Alzheimer finden hier ebenso Hilfe wie Eltern behinderter Kinder oder Menschen mit Suchtproblemen.

Weitere Informationen zur Selbsthilfekontaktstelle des Wetteraukreises erhalten Sie bei Anette Obleser, Tel. (06 031) 832 345, Montag bis Freitag, von 8:00 bis 12.00 Uhr oder per E-Mail an Anette.Obleser@wetteraukreis.de. Gefördert wird die Selbsthilfe-Veranstaltung von den gesetzlichen Krankenkassen in Hessen, der OVAG und der Sparkasse Oberhessen.



INITIATOREN UND FÖRDERER

INITIATOREN:



Selbsthilfe-Kontaktstelle
des Wetteraukreises



Wetterau

FÖRDERER:



Die Ersatzkassen



SONNTAG, 22. SEPTEMBER

GESUNDHEITSVEREINS-MEILE

10:00 - 18:00 UHR:

ORT: JUGENDSTIL-INDUSTRIEPARK AM GOLDSTEIN

Wie man zusammen lernt und gesund lebt - unabhängig von Alter und Lebensphase - zeigen die Bad Nauheimer Gesundheitsvereine. Diese stellen ihre Angebote vor und informieren über ihre Ziele, Aktivitäten und Angebote. In der Gemeinschaft eines Vereins finden zahlreiche Menschen Unterstützung, denn der Zusammenhalt einer Gruppe motiviert und stärkt den Einzelnen.

Folgende Vereine stellen sich vor:

- besser leben e.V. Bad Nauheim
- Kneippverein Bad Nauheim/Friedberg e.V.
- Freiwilligenzentrum – aktiv für Bad Nauheim e.V.
- Infostand E.v.A. Elternbegleitung von Anfang an
- KIKS UP
- Naturheilverein Bad Nauheim/Bad Vilbel e.V.
- Evangelische Familienbildungsstätte Wetterau



BÜHNENPROGRAMM

ORT: BÜHNE GOLDSTEIN

- 10:30 Uhr:** Lachyoga, Christine Burk/Petra Hellmeck, Naturheilverein Bad Nauheim/Bad Vilbel e.V.
- 11:00 Uhr:** Gesunde Ernährung, Demonstration Siegrid Bourdin, besser leben e.V.
- 11:30 Uhr:** Demenz - Wie Puppen Demenzkranke auf der Gefühlsebene aktivieren
Ingrid Schmidt-Schwabe,
Freiwilligenzentrum aktiv für Bad Nauheim e.V.,
crowdfunding Bad Nauheim
- 12:00 Uhr:** Lungensport, Gabriele Weiser
Kneipp-Verein Bad Nauheim/Friedberg
- 12:30 Uhr:** Qigong, Gisela Baltszun,
Kneipp-Verein Bad Nauheim/Friedberg
- 13:00 Uhr:** Kognitives Training nach Dr. med. F. Stengel,
Anja Heydekorn,
Kneipp-Verein Bad Nauheim/Friedberg e.V.
- 13:30 Uhr:** Lachyoga, Christine Burk/Petra Hellmeck,
Naturheilverein Bad Nauheim/Bad Vilbel e.V.
- 14:00 Uhr:** Progressive Muskelentspannung, Gabriele Klös,
Entspannungspädagogin,
Evangelische Familienbildungsstätte Wetterau
- 14:30 Uhr:** Zumba, Sanfit
- 15:00 Uhr:** Vorlesestunde, Freiwilligenzentrum aktiv für
Bad Nauheim e.V.
- 15:30 Uhr:** Zumba-Vorführung, Mrs Sporty
- 16:00 Uhr:** Vorlesestunde, Freiwilligenzentrum aktiv für
Bad Nauheim e.V.
- 16:30 Uhr:** Progressive Muskelentspannung, Gabriele Klös,
Entspannungspädagogin,
Evangelische Familienbildungsstätte Wetterau
- 17:00 Uhr:** Mantras Singen, Horst Nagel, Naturheilverein
Bad Nauheim/Bad Vilbel e.V.

RAHMENPROGRAMM

**SAMSTAG, 21. UND SONNTAG, 22. SEPTEMBER,
10:00 - 18:00 UHR:**

SONDERFAHRZEUGAUSSTELLUNG DES DRK

ORT: AUSSENGELÄNDE JUGENDSTIL-INDUSTRIEPARK

Das Deutsche Rote Kreuz Bad Nauheim zeigt im Rahmen seines 125-jährigen Jubiläums die Ausstellung "Information und Kommunikation". Die Sonderfahrzeuge werden bei überregionalen Katastrophen eingesetzt. Ziel ist es, Kommunikationswege wie Funk, Telefon und Daten aufzubauen.

Entdecken Sie Einsatzleitwagen und Einsatzleitcontainer, Gerätewagen »Information und Kommunikation«, Fernsprechbauwagen und Fernsprechzentrale.

**SAMSTAG, 21. UND SONNTAG, 22. SEPTEMBER,
10:00 - 18:00 UHR:**

KNEIPPVEREIN BAD NAUHEIM/FRIEDBERG E.V.

KNEIPTRETEN FÜR JEDERMANN

ORT: AUSSENGELÄNDE JUGENDSTIL-INDUSTRIEPARK

ZUSÄTZLICH AM SA, 21. SEPTEMBER, 11:00 - 13:00 UHR:

Demonstration und Erläuterung von Kneipp-Güssen am Gießgestell mit Birgit Stanzel-Fett, SKA-Gesundheitstrainerin, Kneippverein Bad Nauheim/Friedberg e.V.

**SAMSTAG, 21. UND SONNTAG, 22. SEPTEMBER,
11:00 - 17:00 UHR:**

HEILWASSERVERKOSTUNG

ORT: TRINKKURANLAGE, ERNST-LUDWIG-RING

Im Zentrum der Trinkkuranlage schenken Bad Nauheimer Brunnenmädchen die drei Heilwässer von Kur-, Karls- und Ludwigsbrunnen aus. Nicht nur für den Gaumen, sondern auch für Architekturfans ein Erlebnis!

SONNTAG, 22. SEPTEMBER, 10:00 - 18:00 UHR:

**LÖSCHFAHRZEUG DER JUGENDFEUERWEHREN
DER STADT BAD NAUHEIM**

ORT: AUSSENGELÄNDE JUGENDSTIL-INDUSTRIEPARK

Informationsstand rund um die Jugendfeuerwehren und Bambini-Feuerwehr Bad Nauheim
Lassen Sie sich das Löschgruppenfahrzeug LS 8/6 erklären.
Groß und Klein können hier ihre Löschfertigkeiten üben, hier erleben Sie Ihre Feuerwehr hautnah!

**SONNTAG, 22. SEPTEMBER, 11:00 UND 15:00 UHR:
FÜHRUNGEN GOLDSTEINPARK MIT GOLDSTEINTURM
TREFFPUNKT: VOR DER ALTEN WÄSCHEREI**

Bei dieser Führung erfahren Sie mehr über die Entwicklung des Goldsteinparks mit den angrenzenden historischen Jugendstil-Industriegebäuden und über das ehemalige Landeskunstgärtchengelände. Sie haben die einmalige Möglichkeit, die Aussicht vom Goldsteinturm mit der historischen Sichtachse zum Johannisberg zu genießen. Dauer: ca. 1,5 h, kostenfrei





ÜBERSICHTSPLAN JUGENDSTIL-INDUSTRIEPARK & GOLDSTEINPARK



WEITERE ANGEBOTE IM RAHMEN DER GESUNDHEITSMESSE

KOSTENFREIE KINDERBETREUUNG:

SAMSTAG UND SONNTAG 10.00-16.30 UHR

ELTERN ZUM VORTRAG – KINDER ZUR SPIELKISTE

Während der Vortragszeiten besteht ein Spiel-Angebot für Kinder, welches durch das Jugendrotkreuz Bad Nauheim betreut wird. Das Material der Spielkiste der Stadt Bad Nauheim steht mit Großbrett- und Bewegungsspielen, Bastelmöglichkeiten und Kinderschminken bereit. Die Betreuer passen das Angebot dem jeweiligen Alter der Kinder an. So können sich Eltern und Großeltern in Ruhe die Vorträge anhören, während die Kleinen eine schöne Zeit erleben.

GASTRONOMISCHES ANGEBOT:

ESSEN SIE SICH FIT!

Mit dem richtigen Essen und Trinken kann jeder sein körperliches und geistiges Wohlbefinden steigern. Auch vom 21. bis 22.9. ist für Ihr leibliches Wohl in der Alten Schreinerei gesorgt.

Wie ein Tag am Meer...



**AKTIV SEIN MIT DER
BAD NAUHEIM KARTE
DAS PLUS AN LEISTUNG**

Erhältlich in der
Tourist Information



BAD NAUHEIM
Die Gesundheitsstadt

Änderungen und Irrtümer im Programm vorbehalten!

Impressum:

Bad Nauheim Stadtmarketing und Tourismus GmbH
In den Kolonnaden 1 · 61231 Bad Nauheim
Tel.: + 49 (0) 6032 92 992-0 · Fax: + 49 (0) 6032 92 992-7
info@bad-nauheim.de · www.bad-nauheim.de

Öffnungszeiten:

Tourist Information Bad Nauheim

Montag bis Freitag: 10.00 bis 18.00 Uhr

Samstag, Sonntag & Feiertage: 11.00 bis 16.00 Uhr

Veranstalter

- » **Burghof-Klinik**
- » **Gesundheitszentrum Wetterau gGmbH**
- » **HELIOS William Harvey Klinik**
- » **Kerckhoff-Klinik**
- » **Kurpark-Klinik**
- » **MEDIAN Kaiserberg-Klinik**
- » **MEDIAN Klinik am Südpark**
- » **Park-Klinik**
- » **Reha-Zentrum der Deutschen Rentenversicherung Bund, Kliniken Taunus und Klinik Wetterau**
- » **Rehabilitationszentrum am Sprudelhof der Deutschen Rentenversicherung Hessen**
- » **SPORTKLINIK Bad Nauheim**
- » **Bad Nauheim Stadtmarketing und Tourismus GmbH**
- » **Magistrat der Stadt Bad Nauheim,
Fachbereich Soziales, Gesundheit und Sport
Fachbereich Kur- und Servicebetrieb**

Medienpartner

