



# Gesundheitstag

in der „Glocke“

**Gut für Körper und Seele**

**Samstag, 21. April 2012, 10 – 18 Uhr**

**Katholisches Pfarrzentrum „Glocke“  
Tönisheider Str. 8, Velbert - Neviges**

**Gesundheit ist ein hohes Gut. Für die Zufriedenheit und das Glück des Menschen gibt es wohl keinen höheren Einflussfaktor als das körperliche und seelische Gesundsein.**

**Wir heißen Sie zum ersten Gesundheitstag im Katholischen Pfarrzentrum „Glocke“ in Velbert- Neviges, herzlich willkommen.**

**Wir bieten Ihnen außer einigen Informationsständen Vorträge und Aktionen, die Ihr Wissen um die Gesundheit erweitern.**

**Wir freuen uns, wenn Sie sich mit uns auf den Weg machen, Ihre Gesundheit und Vitalität zu stärken, zu steigern oder zu erhalten.**

**Wir haben viele Experten zu einer breiten Palette von Gesundheitsthemen zu uns eingeladen, die Ihnen Antworten auf Ihre Fragen geben können.**

**Es lohnt sich, bei uns rein zu schauen und an diesem Tag sich, Ihren Körper und Ihre Seele in den Mittelpunkt zu stellen.**

**Im Folgenden präsentieren wir Ihnen die Themen und Bereiche, die nach jetzigem Stand angeboten werden.**

**Wir freuen uns auf Sie.**

**Dr. Günter Erner**  
Kolpingsfamilie

**Berthold Ufermann**  
Katholische Arbeitnehmerbewegung

**Bettina Wertmann**  
Katholische Frauengemeinschaft

**Mechthild Weßling**  
Pfarrcäcilienchor

# PROGRAMM

## VORTRÄGE

10:30	<b>Gesund beginnt im Mund</b>	Dr. Michael Winzen
11:00	<b>Warum Singen gesund macht</b>	Diana Weindel
12:00	<b>Metabolic Balance</b> <small>das Stoffwechselprogramm. Lösung Ihrer Gewichtsprobleme</small>	Gerhard Lieske
12:30	<b>Salz: Fakten und Mythen</b>	Dr. Dag Schütz
14:00	<b>Alternative Heilmethoden bei Allergien und Nahrungsmittelunverträglichkeiten</b>	Martina Bellers
14:30	<b>Atemnot</b> <small>Physio- und Trainingstherapie helfen über Medikamente hinaus</small>	Dr. Sebastian Teschler
15:00	<b>Umgang mit Demenzkranken</b>	Annerose Schulten
15:30	<b>Für jeden Fuss den passenden Schuh</b>	Markus Willwoll
16:00	<b>Hypnose Wege der Heilung</b>	Christine Hentschel
16:30	<b>Gesundheit braucht gezielte Bewegung</b> <small>Mit moderner Physiotherapie zurück zur Leistungsfähigkeit</small>	Dr. Sebastian Teschler

---

## WORKSHOP MIT KINDERN (4 – 6 J.)

11:00 + 15:00	<b>Erste Hilfe für Kinder</b>	Michaela Adams
---------------	-------------------------------	----------------

---

## AKTIONEN

<b>Vibration Power Plate</b> Gesundheitspark Neviges	<b>Fussaktion</b> Markus Willwoll	<b>Mobile Massage</b> Anja Knopf
---	--------------------------------------	-------------------------------------

## PRÄSENTATIONEN

<b>Orientalischer Tanz</b>	11:30 + 12:00 <b>intensiv</b>	Rosi Steinhage
<b>Entspannungsübungen</b>	11:00 + 14:00	Marlies Hahn
<b>Klangschalen</b>	12:00 + 15:00	Andrea Fricano
<b>Shaolin/KungFu</b>	14:00	Thomas Malz
<b>Zumba</b>	15:00	Lorenza Mace-Gries
<b>Tai Chi</b>	16:00	Marianne Kocherscheidt
<b>Taizé - Gesänge</b>	18:00	

---

<b>CATERING:</b>	<b>EDB Bildungsgesellschaft</b>	Harald Mrosewski
------------------	---------------------------------	------------------



## **INFORMATIONSTÄNDE**

- **Apotheken**
- **Sanitäts- und Reha-unternehmen**
- **Selbsthilfegruppen**
- **Tagespflege Demenz**
- **Krankenkassen**
- **Orthopädische Schuhmacher**
- **Hörgeräte- und Optiker-geschäfte**
- **Heilpraxen**
- **Kliniken**
- **Veranstalter und Gruppen der Gemeinde**
- **Mobile Massage**

## **VERANSTALTER:**

- **KOLPING - Kolpingsfamilie Hardenberg -Neviges**
- **KAB - Katholische Arbeitsnehmer Bewegung Neviges**
- **Kfd - Katholische Frauengemeinschaft St. Mariä Empfängnis**
- **Kirchenchor - Pfarrcäcilienchor Hardenberg-Neviges**
  - **weitere Mitwirkende aus den Gruppen der Katholischen Pfarrei Maria, Königin des Friedens, die u.a. gesunde GETRÄNKE anbieten.**

## **ANFAHRT**

**Katholisches Pfarrzentrum „Glocke“  
Tönisheider Straße 8, 42553 Velbert**

## **ANSPRECHPARTNER**

**Wilhelm Funken \*\*\* Krumbeckstr. 28 \*\*\* 42553 Velbert  
02053 923610 \*\*\* wilfunk@wtal.de**