

G'sund sein, g'sund bleim!

Gesundheitstage Zugspitzregion 2015  
16. und 17. Januar Kongresszentrum Garmisch

Eintritt kostenlos!

## Gewinne

### 1. Preis:

Cabriolet-Wochenende im Wert von 500 Euro vom Autohaus Hornung, Garmisch-Partenkirchen.

**AUTOHAUS  
HORNUMG**

### 2. Preis:

Wellnesswochenende für 2 Personen im Wert von 500 Euro vom Parkhotel Wallgau.



### 3. Preis:

Bleaching-Gutschein im Wert von 500 Euro von Dentinic - Klinik der Zahnmedizin & Ästhetik, Garmisch-Partenkirchen.



Name

Straße

PLZ Ort

Telefon

Email

Ich bin damit einverstanden, dass die Kreisentwicklungsgesellschaft Garmisch-Partenkirchen mbH meine Email-Adresse speichert und dazu verwendet, mich mit einem Newsletter über aktuelle Ereignisse zu informieren. Meine Einwilligung kann jederzeit widerrufen werden. Rechtlicher Hinweis: Teilnehmen kann jede(r) Volljährige, ausgenommen Mitarbeiter der Kreisentwicklungsgesellschaft mbH. Die Ziehung findet am 17.01.15 um 15.20 Uhr statt. Die Gewinner werden per Zufall ausgelost und erhalten jeweils ein Geschenk. Die Daten der Gewinner werden ohne Einverständniserklärung nur für das Gewinnspiel verwendet.

## BesuchereinFORMATION

### Öffnungszeiten:

Die Gesundheitstage 2015 haben für Sie geöffnet am Freitag, 16. Januar von 13 bis 19.30 Uhr und am Samstag 17. Januar von 10 bis 17 Uhr.

### Eintritt:

Der Eintritt zu den Gesundheitstagen 2015 sowie zu allen Vorträgen, Seminaren, Schnupperstunden etc. ist kostenlos.

### Veranstaltungsort

Kongresszentrum Garmisch-Partenkirchen  
Richard-Strauss-Platz 1A  
82467 Garmisch-Partenkirchen

### Kinderbetreuung

Das Kinderbüro Garmisch-Partenkirchen betreut Kinder jeden Alters kostenlos im Raum Wamberg.

### Veranstalter

Die Gesundheitstage 2015 in der Zugspitzregion werden veranstaltet von der Kreisentwicklungsgesellschaft Garmisch-Partenkirchen und der Gesundheitsregion Landkreis Garmisch-Partenkirchen.

**GESUNDHEITSREGION  
LANDKREIS GARMISCH-PARTENKIRCHEN**

*mobil bleiben, mobil werden, mobil leben*

## Kreisentwicklungsgesellschaft Garmisch-Partenkirchen mbH

Burgstr. 15  
D-82467 Garmisch-Partenkirchen  
Telefon: +49(0)8821/751-561  
Telefax: +49(0)8821/751-432

E-Mail: [info@kreisentwicklungsgesellschaft.de](mailto:info@kreisentwicklungsgesellschaft.de)



**Zugspitz Region**

### Unsere Partner:



**Kreisbote**  
*Heimat ist unsere Stärke*



**Garmisch-Partenkirchner Tagblatt**



„Ich bin dann mal schlank“ -  
Bestseller-Autor Patric Heizmann

Vortrag von Bestseller-Autor  
Prof. Dr. Grönemeyer

Podiumsdiskussion &  
Vorstellung Ärztenetzwerk

Mitmach-Forum & Schnupperstunden

Schirmherrschaft  
Staatsministerin Melanie Huml

[www.gesundheitstage-zugspitzregion.de](http://www.gesundheitstage-zugspitzregion.de)



## Liebe Bürgerinnen, liebe Bürger,

wir dürfen Sie herzlich einladen zu den ersten Gesundheitstagen in der Zugspitzregion. Über 30 Anbieter und Experten aus allen Bereichen des Gesundheitssektors im gesamten Landkreis informieren Sie zwei Tage lang kompetent und abwechslungsreich über verschiedenste Aspekte der Gesundheit. Im Vordergrund stehen dabei wertvolle und nützliche Gesundheitstipps für den Alltag.

Sie als Besucher sollen nicht nur zuhören, sondern vor allem mitmachen, ausprobieren und erleben: Geboten werden unter anderem ein großes Mitmach-Forum mit umfangreichen Tests und Messungen, zahlreiche Schnupperkurse und interessante Vorträge.

Schaun's vorbei - Sie werden staunen, was unser Landkreis zum Thema Gesundheit alles zu bieten hat.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Ihre Petra Hilsenbeck  
Gesundheitsmanagerin  
Gesundheitsregion Landkreis Garmisch-Partenkirchen

## Programm

Die Gesundheitstage haben geöffnet am Freitag, 16. Januar von 13 bis 19.30 Uhr und am Samstag, 17. Januar von 10 bis 17 Uhr. An beiden Tagen finden Vorträge, Schnupperstunden und das Mitmach-Forum statt. Das vollständige Programm mit allen Ausstellern und Themen finden Sie unter:

[www.gesundheitstage-zugspitzregion.de](http://www.gesundheitstage-zugspitzregion.de)

### Freitag, 16. Januar - 16.45 Uhr



„Fit bis 100 - auch eine Frage der Haltung“ - Vortrag von und mit Prof. Dr. Dietrich Grönemeyer, Bestseller-Autor, Leiter des Grönemeyer Instituts in Bochum, Professor an der Universität Witten/Herdecke sowie an der Steinbeis-Hochschule Berlin.

### Samstag, 17. Januar - 16.00 Uhr

„Ich bin dann mal schlank“ Showact mit Bestseller-Autor Patric Heizmann



### Freitag, 16. Januar - 17.45 Uhr

Offizielle **Eröffnung** mit Landrat Anton Speer. Anschließend **Podiumsdiskussion** und Vorstellung des neugegründeten Ärztenetzwerks Zugspitz Region.

Teilnehmer:

- Vorsitzender Ärztenetzwerk
- Prof. Dr. Dietrich Grönemeyer
- Manfred Spann
- Petra Hilsenbeck
- Dr. Holger Vogelsang
- Dr. Günter Steinebach
- Moderator: Thorsten Castle, Radio Oberland

### Vorträge

Wie vermeide ich Burn-Out? Life Kinetik - Die 10-Minuten Pause. Wie integriere ich berufliches Gesundheitsmanagement nachhaltig in mein Unternehmen ... uvm.

### Mitmach-Forum

An den Ständen der über 30 Aussteller heißt es mitmachen und ausprobieren: Gedächtnistest, Body Scan, Sehtest, Blutgruppen-Bestimmung, Blutdruck und Blutzuckermessungen, Stressmessungen und vieles mehr.

### Schnupperstunden

Von Rückenfit und Yoga bis Qi Gong, Meditation, Pilates und Shinson-Hopkido - bei uns können Sie es einfach mal ausprobieren!

## Mitmachen & gewinnen

In unserer großen Gesundheits-Tombola warten tolle Preise im Gesamtwert von über 3.000 Euro auf Sie.

So einfach geht's: Fragebogen ausfüllen, vier Stempel in unserem Mitmach-Forum sammeln, Namen und Kontaktdaten eintragen und Karte in die Gewinnbox einwerfen.

Ihre Meinung ist uns wichtig:

Tag des Besuchs Freitag  Samstag

1) Wie bewerten Sie folgende Punkte (nach Schulnotensystem 1-6)

Vortragsprogramm \_\_\_\_\_ Outdoor-Programm \_\_\_\_\_

Schnupperstunden \_\_\_\_\_ Organisation \_\_\_\_\_

Messungen/Stände \_\_\_\_\_

2) Was hat Ihnen an den Gesundheitstagen am besten gefallen?

3) Was können wir verbessern?

Stempelfelder

--	--

--	--

Das vollständige Programm mit allen Ausstellern und Anfangszeiten der Schnupperstunden und Vorträge finden Sie unter [www.gesundheitstage-zugspitzregion.de](http://www.gesundheitstage-zugspitzregion.de)