

Gesundheitstag mit Herz in der Landerlebniswelt Bad Dürrenberg

MITTWOCH, 12.10.2022 - WEINBERG - 09 BIS 16 UHR

GESUNDHEITSTAG MIT HERZ

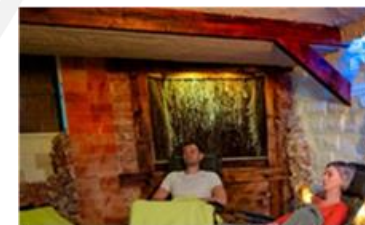
- BESICHTIGUNG DER URIGEN SALZGROTTE
- 30-MIN ENTSPANNUNGSEINHEITEN IN DER SALZGROTTE
- BERATUNG UND CHECK-UP DURCH AOK & BKK VBU
- ERNÄHRUNGS-WORKSHOP „ERNÄHRUNG BEI BLUTHOCHDRUCK, DIABETIS & CO“ (09.30 - 10.30 UHR)
- DER RSV E.V. INFORMIERT ZUM VERORDNETEN REHASPORT
- FUSSDRUCK- UND VENENMESSUNG SÄNITÄTSHAUS GRAF
- BERATUNG-ZU PFLEGELEISTUNGEN & PATIENTENVERFÜGUNG
- INFORMATIONEN ZUM GESUNDHEITSSPORT DER LEW
- WASSERGYMNASTIK IM SOLEBAD (14.00 - 14.45 UHR)
- ARBEITEN VOR DER HAUSTÜR - JOBS IN DER LEW
- IMBISS MIT BOCKWURST, SOLJANKA, GETRÄNKE U.V.M

ENTSPANNUNG, WASSERGYMNASTIK UND ERNÄHRUNGS-WORKSHOP NUR
NACH VORANMELDUNG UNTER 03462-542590

www.landerlebniswelt.de

Am Mittwoch, dem 12.10.2022 lädt die Landerlebniswelt Bad Dürrenberg (kurz: LEW) die Bürger und Gäste Bad Dürrenbergs zu einem vielseitigen Gesundheitstag ein. In der Zeit zwischen 09 und 16 Uhr erwarten die Interessierten am Weinberg 6 viel Wissenswertes rund um die Themen Prävention, Pflege, Rehabilitationssport und Arbeiten in der LEW sowie spannende Mitmachaktionen. So können beispielsweise die urige Salzgrotte unseres Landhotels besichtigt oder bei einer angeleiteten Entspannungseinheit erlebt werden, Tipps und Kniffe bei einem [Ernährungs-Workshop](#) erfahren, eine [Fußdruck- und Venenmessung](#) in Anspruch genommen oder Funktionstests der Muskulatur ([SpineMaxx](#), [InBody](#)) durchgeführt werden. Darüber hinaus erhalten Sie auch wertvolle Informationen zum ärztlich verordneten [RehaSport](#) oder zu Bewegungsangeboten des [Gesundheitssportzentrums](#). Wer dann mal eine Pause benötigt, der kann diese gern bei einem leckeren Imbiss im Landhotel verbringen. Aufgrund der zu erwartenden Besucheranzahl empfehlen wir die Anreise zu Fuß, mit dem Bus oder dem Rad. Sind Sie auf das Auto angewiesen, können Sie die Parkmöglichkeiten des Landhotels, am Friedhof oder um den Veranstaltungsort herum je nach Verfügbarkeit nutzen.

- ! Der Ernährungs-Workshop „Ernährung bei Bluthochdruck, Diabetes & Co wird von B.Sc. Ernährungstherapeutin Jenny Raddei geleitet und findet um 09.30 Uhr im Konferenzraum des Landhotels statt. Die Teilnahme ist 20 Personen begrenzt, ist kostenfrei. und bedarf Ihrer Voranmeldung.
- ! Die professionell angeleitete Entspannung (PMR) in der Salzgrotte des Landhotels findet um 11/13/15 Uhr für 40 min statt. Die Teilnahme ist auf jeweils sieben Personen begrenzt, kostet 5 € p.P. und bedarf Ihrer Voranmeldung.
- ! Die 45-minütige Wassergymnastik im Solebad des Landhotels startet um 14 Uhr und ist auf 15 Personen begrenzt. Die Teilnahme kostet 5 € p.P. und bedarf Ihrer Voranmeldung.



Weitere Informationen unter **03462-542590** oder www.landerlebniswelt.de