

Mittwoch, 22.09.

Auftaktveranstaltung im **Großen Rathaussaal**

Podiumsdiskussion: „Traunstein – eine l(i)ebenswerte Stadt auch im Alter?
Ist Traunstein fit für die Zukunft?“

Teilnehmer:

- Prof. Dr. med. R. Ketterl (Klinikum Südostbayern AG Traunstein)
- Georg Niederbuchner (VdK Traunstein)
- Dagmar Friemel-Sturm (Selbsthilfezentrum Traunstein)
- Dr. Franz Heigenhauser (Gesundheitsamt Traunstein)
- Siegfried Götze (Behindertenvertreter LRA Traunstein)
- Jutta Schnell (Teamleitung der Kontaktgruppe II für Körperbehinderte)

Moderation: Jürgen Pieperhoff (Stadtmarketing Traunstein)

Am **Stadtplatz**

Ab 08:00 Uhr AOK-Truck „Gesundheit on Tour!“

Donnerstag, 23.09.

Vorträge im **Rathaus** [Stadtplatz 39]

- 15:00 – 16:00 Uhr **Homöopathie – Medizin der Zukunft**
Welchen Beitrag kann die Homöopathie
in unserem Gesundheitssystem leisten?
Ein kleiner Einblick in die klassische
Homöopathie nach Dr. Hahnemann
Karin Niedermeyer
(Heilpraktikerin, Praktische Homöopathin)
- 16:00 – 16:30 Uhr **Krank durch Stress**
Was ist Stress, wodurch wird er ausgelöst
und weshalb macht er uns krank?
Andreas Trepl (Heilpraktiker für Psychotherapie,
AVWF-Trainer, Haus der Gesundheit)
- 16:30 – 17:00 Uhr **Ist schlechtes Sehen angeboren?**
Welche weiteren Ursachen stecken hinter
Fehlsichtigkeiten und Augenkrankheiten?
Andreas Trepl (Augenoptiker-Meister, Heilpraktiker
Für Psychotherapie, Optik & Akustik Trepl GmbH)
- 17:00 – 18:00 Uhr **Zahnersatz und Implantate**
Vortrag mit begleitender Ausstellung
Dr. Hans Hermann, Zahnarztpraxis
- 18:00 – 19:45 Uhr **Die heilende Kraft des Chlorophylls**
Warum grüne Blätter für die Gesundheit?
Realisierbare Tipps ohne die Ernährung
komplett umzustellen
Maria Kageaki (Kosmetikerin, Ernährungs- und
Gesundheitsberaterin)

Vorträge im **Kulturzentrum** [Ludwigstraße 11]

- 17:00 – 18:00 Uhr **EFT-Mentaltraining – Klopfakupressur**
leicht erlernbare Selbsthilfe bei verschiedenen
Erkrankungen, Steigerung der Lernfähigkeit bei
sportlichen Herausforderungen
Bettina Medina Benoit (Haus der Gesundheit)
- 18:00 – 19:00 Uhr **Sanfte Krebsbehandlung?**
Neuigkeiten über die Möglichkeiten der
modernen Krebstherapie
Dr. Thomas Kubin (Hämatologie / Onkologie,
Klinikum Traunstein und Trostberg)
- 19:00 – 20:00 Uhr **Meditation - Die Präsenz in Dir**
Vom Vortrag in die einfache
Erfahrung für den Alltag
Helmut Giebel

Am **Stadtplatz**

- Ab 08:00 Uhr **AOK-Truck** „Gesundheit on Tour!“
- Am Nachmittag: Auf der Bühne am Stadtplatz organisiert das Bayerische Rote Kreuz
einen **Seniorentanz** zur Förderung der Bewegungsfähigkeit

Gesundheitszentrum Chiemgau

Montag – Donnerstag: je um 19:00 Uhr: **Führungen durch die Produktlandschaft**

Freitag, 24.09.

Vorträge im **Rathaus** [Stadtplatz 39]

- 11:00 – 11:30 Uhr **Hyperbare Sauerstofftherapie**
Für sonst nicht heilende Krankheiten mit
Sauerstoffmangel – eine Übersicht
Dr. med. Chr. Heiden (Facharzt für HNO-Krankheiten,
Klinikum Traunstein)
- 12:00 – 13:00 Uhr **Alternativen in der Zahnmedizin**
Neue Ansätze und Tipps, positiv auf die
Zahngesundheit einzuwirken
Maria Kageaki
(Kosmetikerin, Ernährungs- u. Gesundheitsberaterin)
- 13:00 – 14:00 Uhr **Die Feldenkraismethode**
Bewegungserfahrung mit der Feldenkraismethode
in Theorie und Praxis
Feldenkraislehrer

- 14:00 – 15:00 Uhr **Ständig krank**
Infektanfälligkeit mit klassischer
Homöopathie behandeln
Andreas Wörfel, Naturheilpraxis
- 15:00 – 15:30 Uhr **Fußgeschwüre bei Zuckerkrankheit**
Warum hilft hyperbare Sauerstoffbehandlung
in der Druckkammer?
Dr. med. Chr. Heiden (Facharzt für HNO-Krankheiten,
Klinikum Traunstein)
- 16:00 – 18:00 Uhr **Biofeedback-Therapie**
Rückmeldung körperlicher Funktionen
mit dem Ziel, diese positiv zu beeinflussen
Dr. med. Dieter Göhmann
- 18:00 – 19:30 Uhr **Jede Krise ist eine Chance zum
Quantensprung - sind Sie bereit?**
Psych-K hilft Ihnen, blockierende
Prägungen zu lösen
Dr. med. Peter Stolz
(Facharzt für Chirurgie und Handchirurgie)

Infostände am **Stadtplatz**

- Ab 10:00 Uhr **Ganzheitliche Heilpraxis** (Jasmin Bischoff):
Beratungsgespräche zu u.A. zu Diabetes u.
Stoffwechsel, Abwehrsteigerung
- Selbsthilfezentrum Traunstein**
SHG – Schmerzpunkt - Traunstein
SHG – AGO Organspende
SHG – Kontaktgruppe für Körperbehinderte
Selbsthilfe Brustkrebs Chiemgau
SHG Menschen mit seelischen Problemen
SHG für Blinde und hochgradig Sehbehinderte
SHG Kreuzbund
- Feldenkraislehrer des Feldenkraisverbandes**
Informationen zur Feldenkraismethode
- Tulsi Yoga-Schule** (Katja Kellner)
- Mrs Sporty Traunstein**
Infos zum Mrs.Sporty-Konzept, Einladungen zum Probetraining
- Malteser Hilfsdienst e.V.**
Vorstellung der Ausbildung, Ausstellung von Krankenwagen,
Behindertentransportwagen, soziale Dienste etc.

Kneipp-Verein Traunstein e.V.

Informationen zu den fünf Säulen der Kneipp-Lehre

Infostand der Kreissparkasse Traunstein / Trostberg

Am Maxplatz

Ab 10:00 Uhr

Infostand des Ortsverbandes des VdK

Erklärung und Information über den VdK,
Material auch für Kinder

Pilates und Energy-Dance („Mensch im Zentrum“)

Praxen für Physiotherapie Salger

10:00 - 13:00 Uhr

Informationen und Beratung zur Prävention
und Behandlung von Beschwerden am Bewegungsapparat

Bühne am Stadtplatz

17:00 – 18:00 Uhr

Vorführung von Tänzen, Zumba-Fitness, Animationen

Samstag, 25.09.

Infostände am Stadtplatz

ab 07:00 Uhr

Venen-Mobil + Infostand (Barmer Krankenkasse)

Malteser Hilfsdienst e.V.

Vorstellung der Ausbildung, Ausstellung von Krankenwagen,
Behindertentransportwagen, soziale Dienste etc.

Wellness und Fitness am Stadtpark

Informationen über Gesundheit und Fitnesstraining

Reha-Med Dobler – Matuschek – Schmid

Informationen zum Bereich Fitness, Rehabilitation & Prävention
Von Beschwerden am Bewegungsapparat, Leistungsdagnostik

Mrs. Sporty Traunstein

Infos zum Mrs.Sporty-Konzept, Einladungen zum Probetraining

Am **Maxplatz:** **Feldenkraislehrer des Feldenkraisverbandes**
Informationen zur Feldenkraismethode

Pilates und Energy-Dance („Mensch im Zentrum“)

Bühne am Stadtplatz

10:00 – 12:00 Uhr **Barmer Cheerleading Casting-Day (V-Town Panthers)**
Für alle, die schon immer Cheerleading ausprobieren wollten!
Cheerleader V-Town Panthers, SC, Vachendorf

12:00 – 13:00 Uhr **Dance & Friends**
Tanzvorführung
(Tanzschule Petra Weizbauer)

Sporthalle der Ludwig-Thoma Schule

10:00 – 16:00 Uhr: In der Sporthalle der Ludwig-Thoma Schule beteiligen sich sechs Traunsteiner Sportvereine, sowie die Behindertenabteilung des TSV Übersee und der BLSV mit einem Geschicklichkeitsparcours und zahlreichen sportlichen Veranstaltungen.