

GRUSSWORT

DES ERSTEN BÜRGERMEISTERS CHRISTOPH BÖCK ZUM GESUNDHEITSTAG 2023

Liebe Bürgerinnen und Bürger,
liebe Besucherinnen und Besucher des Gesundheitstags,

jetzt schlägt es dreizehn! Schon zum 13. Mal gibt es den Unterschleißheimer Gesundheitstag. Fast könnte man aber gläubisch werden, wüsste man nicht: Bei unserem Gesundheitstag verlassen wir uns auf Erprobtes – sowohl auf klassische als auch auf alternative Impulse und Therapien. Damit die 13 dem Glück mit der Gesundheit nachhelfen kann, lädt Sie die Stadt Unterschleißheim **am 14. Oktober 2023 zum 13. Gesundheitstag** ins Bürgerhaus ein.

Erfahren Sie etwas über Hypnose, über Psychotherapie, über Atem und Stimme, über Klang und Töne, über Sport bei schwerer Erkrankung. Sprechen Sie mit kompetenten GesundheitsspezialistInnen aus Ärzteschaft, Verbänden oder Sportvereinen. Nehmen Sie die Beratungsangebote wahr. Lassen Sie sich massieren oder von Tanzvorführungen inspirieren. Und: Gesünder werden kann man tatsächlich auch im Kino und im Museum. Entspannen Sie sich bei den kostenlosen Filmen im Capitol und bringen Sie die Kinder ins Stadtmuseum, wo sie viel über gesunde Rohstoffe aus der Vergangenheit erfahren.

Sie sehen, Sie müssen nicht auf Holz klopfen, wenn es um Ihre Gesundheit geht. Sie kommen einfach zu uns. Die Stadt Unterschleißheim, alle AnbieterInnen und ich freuen uns auf Sie!

Herzliche Grüße
Ihr

Christoph Böck

Christoph Böck
Erster Bürgermeister
und Schirmherr



CAPITOL KINO LOHHOF

ALLEESTR. 24

(am 14.10.2023 freier Eintritt für die aufgeführten Filme,
Tickets nur im Kino an der Kasse erhältlich)

- 15.15 Uhr** **Die Seele des Waldes**
(96 Min - FSK: ab 0J.)
- 17.00 Uhr** **Bob der Streuner**
(103 Min - FSK: ab 12J.)

STADTMUSEUM UNTERSCHLEISSHEIM

RATHAUSPLATZ 1 | EINGANG GGB. DER POST

11.00 – 16.00 Uhr **Besichtigung**

KINDERPROGRAMM

MUSEUMSPÄDAGOGISCHER RAUM EG

- 10.00 – 17.00 Uhr** **Aus der Vergangenheit lernen –
Gesund leben mit der Natur**
In welchen Lebensbereichen die Menschen schon früher auf natürliche und gesunde Rohstoffe zurückgegriffen haben, das zeigt das Stadtmuseum. An unterschiedlichen Stationen können Kinder malen, basteln und ausprobieren, was die Natur uns als Rohstoffe bietet und wie wir sie nutzen können.



Verantwortlich: Stadt Unterschleißheim
Forum Unterschleißheim
Kulturamt der Stadt Unterschleißheim
Rathausplatz 1, 85716 Unterschleißheim
forum@ush.bayern.de
www.unterschleissheim.de
www.facebook.com/Unterschleissheim.de



PROGRAMM

ERÖFFNUNG

BÜRGERHAUS | FESTSAAL

10.00 Uhr Grußwort
Erster Bürgermeister Christoph Böck

VORFÜHRUNGEN

BÜRGERHAUS | FESTSAAL BÜHNE

11.00 Uhr VdK-Ortsverband
Lohhof-Unterschleißheim
Osteoporose-Reha-Sport-Gruppe

13.00 Uhr Sportverein Lohhof,
Abteilung Kampfsport
Karate

15.00 Uhr Tanz Sport Club Unterschleißheim
**Tanzvorführungen in verschiedenen
Altersklassen**

VORTRÄGE

STADTBIBLIOTHEK | VERANSTALTUNGSRAUM 1. OG

11.00 – 11.30 Uhr Nikola Bischoff, Praxis für Psychotherapie
**Psychotherapie in der (globalen)
Krisensituation**

12.00 – 13.00 Uhr Hannelore Gerstmayr, Heilpraktikerin
Metaphysische Heilhypnose

14.00 – 15.00 Uhr Gisela Zieglmeier, Praxis für
Atemtherapie und Atempädagogik
**Atem und Bewegung, Stimme und
Krankheit – der erfahrbare Atem
nach Prof. Ilse Middendorf**

15.00 – 16.00 Uhr Gisela Leiter, Lichtherz-Kinesiologie
Entspannung durch Klänge und Töne

16.00 – 16.30 Uhr Astrid Langner-Mohti, Stutenmilch-
Kosmetik und -Heilnahrung
Geschichte der Stutenmilch

STADTBIBLIOTHEK | ERDGESCHOSS

14.00 – 14.45 Uhr Niklas Dietel,
Therapiezentrum Wildnauer
**OTT (onkologische Trainings- und
Bewegungstherapie) Sport bei Krebs**

15.00 – 15.30 Uhr Dr. Alexander Kübert,
Zahnarztpraxis for a better smile
**Schlafapnoe/Schnarchen;
Behandlung durch eine Zahnschiene**

INFOSTÄNDE UND AKTIONEN

BÜRGERHAUS | GROSSER SITZUNGSSAAL

- **Zahnarztpraxis for a better smile**
- **Stutenmilch-Kosmetik und -Heilnahrung
Astrid Langner-Mohti**
- **Heilpraxis Hannelore Gerstmayr**
Homöopathie, Tiefenentspannung, psychische Beratung
- **Schlossberg Akademie Angelika Froidl**
Wildkräuter, Resilienz, Shiatsu, Coaching
- **Lomi Lomi Massagen Helmut Krimmer**
Hawaiianische Massage, Honig-Rückenmassage
- **Lichtherz-Kinesiologie Gisela Leiter**
- **Praxis für Energiearbeit – Lernberatung Mona Kazmaier**

BÜRGERHAUS | FOYER

- **Gesundheits- und Ernährungsberatung Christine Kremer**
Gesundheitsprodukte, Naturheilkunde, Beratung
- **Unverpacktladen Lufthülle Christina Jung**

- **Therapiezentrum Wildnauer**
Medizinische Trainingstherapien
- **Heilsteine und Schmuckkreationen
Gisela Kachel-Geisler**
- **Thera-Lohhof Peter Rein**
Faszienbehandlung

BÜRGERHAUS | FESTSAAL

- **Rathausapotheke**
Blutdruck- und Blutzuckermessung,
BMI Körperfettmessung, Glücksrad
- **Hörgeräte Seifert GmbH**
Hörtests
- **Beirat für Senioren**
- **VdK Ortsverband Lohhof Unterschleißheim**
- **Sportverein Lohhof e.V. Gesundheitssport**
- **FFW Unterschleißheim, First Responder, BRK,
Wasserwacht**
Informationen und Zusammenarbeit der
Hilfsorganisationen
- **Nachbarschaftshilfe Unterschleißheim**
- **Caritaszentrum Schleißheim-Garching,
Beratungsstelle für psychische Gesundheit**
Parkour mit Suchtblille
- **Malteser Hilfsdienst Bezirk München**
Heitere Gedächtnisspiele und Beratung
- **Alzheimer Gesellschaft Landkreis München e.V.**
- **Tanz Sport Club Unterschleißheim**
- **Landratsamt München, Gesundheitsförderung
und -prävention**
Licht an – damit Einsamkeit nicht krank macht
- **Bundesverband für Gedächtnistraining e.V.**
Übungen zum ganzheitlichen Gedächtnistraining
- **Pfennigparade Perspektive GmbH**
Bildung, Arbeit, Wohnen, Gesundheit für Menschen
mit und ohne Behinderung

