

- ▶ Ute Leimgruber, Heilpraktikerin  
Stoffwechselregulierung mit Metabolic-Balance, Gewichtsreduktion, Hautaufbau, Hautverjüngung, Antifaltenbehandlung mit Nu Skin
- ▶ MVO Gesundheit & Mehr, Dr. med. Diana-Maria Young, Ärztl. Osteopathie, Chirotherapie
- ▶ ENERGETIX Magnetschmuck, Antonie Schnellinger
- ▶ AVZ Netzwerk Gesundheit „Ihr Pflegeteam“
- ▶ Lichtherz-Energie, Gisela Leiter, Kinesiologie
- ▶ Vitalimenta, Naturkosmetik, gesundheitl. Ergänzungsprodukte – Microsalt-Air-Leben, Halotherapie, Badesalz, Salzpeeling
- ▶ Bodywellness-Massagen, Ursula Weihrauch, Beratung und kurze Kennenlernmassagen

#### Foyer

- ▶ Freiwillige Feuerwehr Unterschleißheim und First Responder, Vorführung AED (Defibrillation) und Reanimationsgerät Lucas II
- ▶ BRK-Bereitschaft Unterschleißheim/Lohhof Beratungen, praktische Vorführungen Erste Hilfe
- ▶ SV Lohhof e.V., Gesundheitssport
- ▶ Anonyme Alkoholiker, Gruppe Unterschleißheim
- ▶ AL-ANON-Familiengruppen, Angehörige von Alkoholkranken
- ▶ Klimamarine Deutschland  
Heiltherapie für Asthmatiker und Allergiker, Meeresklima für zu Hause
- ▶ Thera-Lohhof, Peter Rein  
Vibrationstraining, elektronisches Koordinationstraining, neueste Erkenntnisse im Medical-Taping-Concept
- ▶ Kreuzbund e.V. Gruppe Unterschleißheim 1  
Suchtprävention Alkohol/Tabletten
- ▶ St. Korbinians-Apotheke  
Aktion Fuß-Fitness (mit kostenloser Fußvermessung)
- ▶ Volkshochschule im Norden des Landkreises München
- ▶ Die Wellnessadresse  
Vitalstoffoptimierung, Zellschutz, Herz-Kreislauf-Unterstützung
- ▶ Siemens Betriebskrankenkasse, Peter Walter  
Ernährung, Körperfettmessung, Gewinnspiel
- ▶ Ingrid R. Nese-Walcz, Heilpraktikerin f. Psychotherapie
- ▶ Orthopädische Gemeinschaftspraxis Dr. Buschle, Dr. Köppl, Dr. Schütz
- ▶ Antonella Peinl, Kundalini Yoga, together ONE
- ▶ Sieglinde Klein, Selbst & Bewusst – Coaching, Feng Shui, Edelsteine
- ▶ Familienberatung Ismaning
- ▶ Ariane Eck, Naturheilpraxis für Klassische Homöopathie

#### IAZ

- ▶ Hörgeräte Seifert  
Gehörschutz und Hörsysteme, kostenloser Hörtest mit Beratung, Glücksrad
- ▶ Schwebler Augenoptik  
Kostenloser Computertest, Beratung Kontaktlinsen und vergrößernde Sehhilfen
- ▶ GEERS Hörakustik  
Kostenlose Hörtests, Gehörschutzberatung
- ▶ Sulamith, Astrid Langner-Mohti  
Stutenmilch-Cocktail-Verkostung
- ▶ Power Promo, Karin Fellermaier, Kosmetikprodukte von Nu Skin, Wasserfilter Ideal
- ▶ AMC Multigarsystem, Braten ohne Fett & garen ohne Wasser „besser essen, besser leben“ – gesunder Genuss
- ▶ Mrs. Sporty, Gabriele Wittmann  
Sportkonzept für Frauen jeden Alters
- ▶ Unterschleißheimer Viktualienmarkt  
„Natürlich aktiv – natürlich durch Früchte“  
Frisch gepresste Obstsaft ohne Alkohol, Obst- und Gemüseverkauf etc.

#### Rathaus Apotheke

- ▶ Venenmessung, Hautdiagnose, Fettmessung, Blutzucker messen, Blutdruckmessung, Cholesterintest

#### RATHAUSPLATZ

- ▶ BRK-Bereitschaft und Freiwillige Feuerwehr Unterschleißheim  
Vorführungen
- ▶ Infostand Förderverein Christoph 1 e.V.
- ▶ Landung des Rettungshubschraubers Christoph 1 (voraussichtlich am frühen Nachmittag)  
Er darf besichtigt werden!  
Evtl. Verzögerungen oder Ausfall der Landung wegen Notfällen möglich!!
- ▶ Für die Jüngsten: Seepferdchen-Schiffschaukel
- ▶ Crêperie
- ▶ Imbissstand



#### SCHLUSSPUNKT IN DER STADTBIBLIOTHEK

17.15 Uhr

Claus Füssek, Sozialpädagoge und Pflegeexperte, bekanntester deutscher Pflegekritiker, Autor von „Im Netz der Pflegemafia“

„Ist das Grundrecht auf Menschenwürde altersabhängig?“



#### VERANSTALTER:

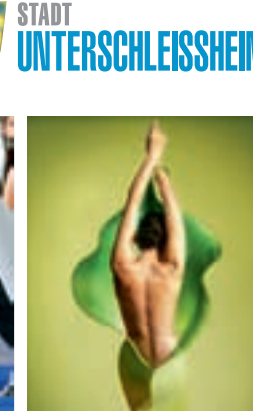


#### VERANTWORTLICH:

Forum Unterschleißheim  
Rathausplatz 1 · 85716 Unterschleißheim  
Telefon: +49 89 310 09 - 249 · Telefax: +49 89 310 09 - 168  
E-Mail: shatz@ush.bayern.de  
Internet: www.forum-unterschleissheim.de



FORUM UNTERSCHLEISSHEIM



# 7. UNTERSCHLEISSHEIMER GESUNDHEITSTAG

Sonntag, 16. Oktober 2011  
von 11.00 – 17.00 Uhr

Infostände, Vorträge, Aktionen  
Landung Rettungshubschrauber Christoph 1

Verkaufsoffener Sonntag im IAZ-Kaufland  
von 12.00 – 17.00 Uhr

Schirmherrin: Monika Zeitler

Im und um das Bürgerhaus und  
IAZ-Kaufland

## ERÖFFNUNG IM FESTSAAL DES BÜRGERHAUSES

11.00 Uhr Grußworte  
Erster Bürgermeister Rolf Zeitler  
Schirmherrin Monika Zeitler

## VORTRÄGE IN DER STADTBIBLIOTHEK

### Veranstaltungsraum im 1. Stock

11.30 – 12.15 Uhr  
Dr. med. Wolfgang Otter, Internist – Kardiologe  
**„Herz unter Druck – Bluthochdruck erkennen, vorbeugen und behandeln“ In Zusammenarbeit mit der Herzwoche 2011 der Deutschen Herzstiftung**

12.30 – 13.15 Uhr  
Dr. med. Rudolf Hoch, Internist – Pneumologe  
**„Wann wird der Raucher zum Patienten?“**

13.30 – 14.15 Uhr  
Dr. med. Burkhard Fischer, Internist – Gastroenterologe  
**„Darmkrebsfrüherkennung rettet Leben. Machen Sie mit!“**

14.30 – 15.15 Uhr  
Dr. med. Rudolf Hoch, Internist – Pneumologe  
**„Wenn Schnarchen krank macht – obstruktives Schlafapnoe-Syndrom“**

15.30 – 16.00 Uhr  
Dr. med. Friedrich Kiener, Internist – Phlebologe  
**„... aber das Fleisch ist schwach. Diät und Psyche. Wie überliste ich mich selbst, um abzunehmen.“**

16.15 – 17.00 Uhr  
Dr. Mark Rosenthal/Dr. Anke Lütkemeyer, Kinderarztpraxis  
**„Gefahren durch Zecken“ (Dr. Lütkemeyer)  
„Heilpflanzen in der Kinderheilkunde“ (Dr. Rosenthal)**

### Stadtbibliothek Erdgeschoss

11.30 – 12.15 Uhr  
Petra Albus, Barbara Verhovnik  
**„Essen – Lust und Frust“ – Auseinandersetzung mit gesunder Ernährung, praktische Tipps für den Alltag**

12.30 – 13.00 Uhr  
Ingrid Neset-Walcz, Heilpraktikerin für Psychotherapie  
**„Stress und Burnout – von der Überholspur in die Sackgasse“**

13.15 – 14.00 Uhr  
Ingrid Neset-Walcz, Heilpraktikerin für Psychotherapie  
**„Entspannung – aber richtig“**

14.15 – 15.00 Uhr  
Dr. med. Detlef Breu, Urologe  
**„Prophylaxe durch Ernährung“**

15.15 – 16.00 Uhr  
Maria Wastl, Beratungsstelle Wohnen, Stadtteilarbeit e.V.  
**„Sturzprophylaxe durch Wohnungsanpassung“**

16.15 – 17.00 Uhr  
Werner Schmid, Klimamarine  
**„Asthma, Allergien, Bluthochdruck“**

## VORTRÄGE IM STAR-INN HOTEL MÜNCHEN NORD RATHAUSPLATZ 8

### Raum St. Korbinian Untergeschoss

11.30 – 12.30 Uhr  
Günther Leo Mehren, Heilpraktiker  
**„Gesund und fit mit den Kräften der Natur“**

12.45 – 13.45 Uhr  
Gisela Leiter, Zentrum Mittelpunkt Mensch  
**„Selbtheilungskräfte aktivieren“**

14.00 – 14.45 Uhr  
Eva Erbsmann-Pallauf, Praxis für Psychotherapie nach dem Heilpraktikergesetz  
**„EFT-Klopfen (Einführung in das EFT-Klopfen)“**

15.00 – 15.30 Uhr  
Eva Erbsmann-Pallauf, Praxis für Psychotherapie nach dem Heilpraktikergesetz  
**„Die Visionenschmiede und EFT – Lebensvisionen in Bildern und deren Verwirklichung“**

### Frühstücksraum Erdgeschoss

12.00 – 12.45 Uhr  
Sonja Kratzer  
**„Die intuitive Steinheilkunde – welcher Stein passt zu mir und wie finde ich es heraus?“**

13.00 – 14.00 Uhr  
Margit Schuhmann, Funkenzauber  
**„Wasser und die Zusammenhänge in unserem Körper“**

14.15 – 15.15 Uhr  
Tamara Holy  
**„Erkenne Deine Talente und Fähigkeiten durch deine Gesichtsstrukturen“**

15.30 – 17.00 Uhr  
Gisela Zieglmeier, Praxis für Atem- und Körpertherapie  
**„Atem und Bewegung! Atem und Stimme! Atem und Krankheit!  
Der erfahrbare Atem nach Prof. Ilse Middendorf.“**  
(Mit praktischen Übungen)

## MUSEUMSSTÜBERL (Eingang durch CAFE CULINARIUSH oder gegenüber Post)

11.30 – 12.30 Uhr  
Dr. Klaus Buschle/Dr. Sabine Schütz, Orthopäden  
**„Orthopädie in Unterschleißheim“**

12.45 – 13.30 Uhr  
Ellen Jilg  
**„Die heilsame Kraft des Singens“**

13.45 – 14.30 Uhr  
Ellen Jilg  
**„Gewaltfreie Kommunikation“**

14.45 – 15.45 Uhr  
Manuela Bott, Lehrerin für Krankenpflege und Dr. med. Alenka Valena  
**„Dem Geheimcode meines Körpers auf der Spur – alles, was Mädchen und Frauen über ihren Zyklus wissen wollen“**

16.00 – 17.00 Uhr  
Manuela Bott, Lehrerin für Krankenpflege und Dr. med. Alenka Valena  
**„Die 2. Pubertät“ – Wechseljahresinformationen**

## INFOSTÄNDE UND AKTIONEN IM BÜRGERHAUS UND IAZ

### Festsaal

- ▶ AWO – Begegnungszentrum für Senioren
- ▶ VdK – Ortsverband Lohhof/Unterschleißheim
- ▶ Förderverein Christoph 1 e.V.
- ▶ Debeka Versichern und Bausparen, Bernd Schuster
- ▶ Fitnesshaus, Rückengymnastikkurs alle 30 Min.
- ▶ Tamara Holy/Petra Albus, Kinesiologie/Lern- und Stressmanagement/Kundalini Yoga

- ▶ Barbara Verhovnik, Klass. Homöopathie, Wirbelsäulentherapie nach Dorn etc.
- ▶ Club Munich NinePins e.V., Fit durch Square Dance
- ▶ Perspektive GmbH
- ▶ PRO RETINA Deutschland e.V., Selbsthilfvereinigung von Menschen mit Netzhautdegenerationen
- ▶ Dr. Detlef Breu, Urologische Praxis
- ▶ Therapieforum Negele, Physiotherapie, Logopädie, Ergotherapie
- ▶ Nachbarschaftshilfe Unterschleißheim e.V., Ambulanter Pflegedienst
- ▶ Rathaus Apotheke, Beratungen, Messungen, Glücksrad, versch. Aktionen
- ▶ Beratungsstelle Wohnen, Wohnen im Alter / bei Behinderung
- ▶ Praxis für Kinesiologie, Brain Gym für Kinder
- ▶ Gerontologische Seniorenberatung Online
- ▶ Hospizgruppe „Wegwarte“
- ▶ Haus am Valentinspark

### Festsaal Bühne

- ▶ Tanzsportclub Unterschleißheim „Fit durch Tanz“  
- Breitensportpaare zeigen Standard- und latein-amerikanische Tänze  
- Show der Hip-Hop-Kinder  
**Beginn: 15.00 Uhr, Dauer: ca. 20 Min.**
- ▶ Club Munich NinePins e.V., Unterschleißheim Square Dance Vorführung „Fit durch Square Dance“  
**Beginn: 16.00 Uhr, Dauer: ca. 45 Min.**

### Großer Sitzungssaal

- ▶ Caritas AIDS-Beratungsstelle  
Informations- und Aktionsstand für Jugendliche und Erwachsene rund um das Thema HIV/AIDS, Glücksrad mit Gewinnen!
- ▶ Caritas-Zentrum Schleißheim-Garching  
Beratungsstelle für psychische Gesundheit, häusliche Pflege
- ▶ Hanrieder Bestattungen, Bestattungsvorsorge, Möglichkeiten der Bestattung, Patientenverfügung
- ▶ Sonja Kratzer, Kinder- und Seniorenbetreuung, Steine, Edelsteinschmuck
- ▶ Stanislaw Strawa, Klangschaalen-Massage
- ▶ Lebetzki-Schuhmann GbR, Reines Wasser
- ▶ FITSTOP Unterschleißheim GmbH, Cardioscan, Glücksrad
- ▶ ZIM – Zentrum Innere Medizin, Unterschleißheim  
Blutdruck-, Blutzuckermessungen etc.
- ▶ Angelika Gierlinger, Gesundheitsberatung Rücken – Füße – Gelenke, Gesundheit und Wohlbefinden u.a.  
Dorn-Methode, Massagen, Fußreflexzonen