

10. fürstenfelder

gesund 
heits
tage

11.+12. Juni '16

**Sa + So jeweils 10-17 Uhr
Gesundheit entdecken**

Eintritt frei!



■ Wir danken den Förderern und Partnern der Fürstenfelder Gesundheitstage!

AGENDA 21

im Landkreis Fürstenfeldbruck



Klinikum Fürstenfeldbruck
Akademisches Lehrkrankenhaus der LMU-München



Slow Food®
Fünfseenland



stadtwerke
fürstenfeldbruck



Stadtstiftung
Fürstenfeldbruck



Sparkasse
Fürstenfeldbruck



Bayerisches Staatsministerium für
Umwelt und Gesundheit



fürstenfelder



Süddeutsche Zeitung

**Fürstenfelder Gesundheitstage:
Gesundheit entdecken!**

Nicht mehr wegzudenken aus dem Veranstaltungskalender Fürstenfeldbrucks sind die Fürstenfelder Gesundheitstage, die 2016 zum zehnten Mal stattfinden. Mit bis zu 14.000 Besuchern sowie rund 100 Ausstellern und Programmpunkten hat sich das beliebte Gesundheitswochenende zum größten Gesundheitsforum der Region München entwickelt. Individuelle Experten-Gespräche, Gesundheits-Checks, Vorträge und die vielfältigen Angebote des weitläufigen Gesundheitsmarkts machen die Gesundheitstage zu einem lohnenden Informationsforum für Jung und Alt. Fachleute informieren zu Kindergesundheit, Reha-Medizin, Endoprothetik und Rehabilitation, Schlafstörungen, Schlaganfall, Hirntod und Organspende, Altersvorsorge für Frauen, Pflege, Wohnen im Alter, über Internet-Ratgeber und über weitere wichtige Themen.

Genießen Sie mit Ihrer Familie und Freunden das einladende Ambiente des Veranstaltungsforums und die entspannte Atmosphäre der Gesundheitstage. Nutzen Sie die zahlreichen Mitmach-Angebote, wie den Stadtlauf, Wasseranwendungen, Atemtherapie, Spiel- & Sport-Parcours für Kinder, Brotbacken, Taschen bedrucken, Schnippel-Party, Maskenspiel und vieles mehr.

Entdecken Sie Anregungen für Ihre Gesundheit. Wir freuen uns auf Ihren Besuch – der Eintritt ist frei!

Norbert Leinweber
Veranstalter

Dr. Maria Leitenstern-Gulden
Projektleitung

■ WILLKOMMEN



Sehr geehrte Besucherinnen und Besucher,

gemeinsam mit weiteren Partnern aus dem Landkreis lädt unser Klinikum Sie zu den 10. Fürstenfelder Gesundheitstagen im Veranstaltungsforum Fürstenfeldbruck ein.

Wir freuen uns, dass wir Ihnen auch bei den diesjährigen Gesundheitstagen wieder eine Auswahl an medizinischen Themen präsentieren dürfen. Wir bieten Ihnen mit Vorträgen und an den Informationsständen im Neuen Foyer wertvolle Informationen zur Gesundheitsvorsorge sowie zu Ursachen, Diagnostik- und Therapiemöglichkeiten verschiedener Erkrankungen.

Über alle repräsentierten medizinischen Fachgebiete hinweg vermitteln Ihnen die Vorträge zu unterschiedlichen Fragestellungen und Behandlungsformen auch den hohen Qualitätsanspruch, den wir in unserem Hause an die Versorgung unserer Patientinnen und Patienten stellen.

Auch das Seniorenheim Jesenwang ist wieder mit einem Informationsstand im Neuen Foyer dabei.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Dr. med. Moritz Schwoerer

*Ärztlicher Direktor des Klinikums Fürstenfeldbruck
Chefarzt der Frauenklinik*

Liebe Gäste der Gesundheitstage,

Gesundheit ist die erste Pflicht im Leben und unser höchstes Gut!

Was können wir für unsere Gesundheit tun? Die Gesundheitstage, die sich bereits seit vielen Jahren im wunderschönen Ambiente unseres Fürstenfelder Klosterareals etabliert haben, bieten hierzu eine große Vielfalt an Informationen, Mitmach-Aktionen für Erwachsene und Kinder, Wissenswertes rund um das Thema Ernährung und Anregungen zur Entspannung.

Ich freue mich, Sie im Namen der Stadt Fürstenfeldbruck begrüßen zu dürfen und lade Sie herzlich zu den Gesundheitstagen ein. Ein abwechslungsreiches und interessantes Programm erwartet Sie an diesem „Gesundheits-Wochenende“.

Dem Organisationsteam und den Verantwortlichen möchte ich für das „Rundum-Programm“ herzlich danken.

Ich wünsche allen Besucherinnen und Besuchern angenehme Stunden mit vielen Erkenntnissen und neuen Informationen für ein gesundes Leben!

Ihr Erich Raff,
2. Bürgermeister





Liebe Besucherinnen und Besucher,

unsere Lebenserwartung steigt – und damit auch der Wunsch, möglichst lange gesund zu leben. Was können wir dafür tun? Eine gesunde Lebensführung kann helfen, zahlreichen Krankheiten vorzubeugen bzw. ihre Entstehung hinauszuzögern. Gesundheitstage leisten einen wichtigen Beitrag, um über gesundheitsrelevante Themen zu informieren und zu einem gesundheitsförderlichen Lebensstil zu motivieren. Das ist auch mein Anliegen als Bayerische Gesundheits- und Pflegeministerin. Deshalb habe ich sehr gerne die Schirmherrschaft für die 10. Fürstenfelder Gesundheitstage übernommen.

Am 11. und 12. Juni gibt es in Fürstenfeldbruck ein vielfältiges Informations- und Mitmach-Programm. Ein Besuch lohnt sich! Nehmen Sie alles mit, was der Tag an Erfahrungen, Erkenntnissen und Erlebnissen bringt – Ihrer Gesundheit zuliebe. Sie werden sehen, dass auch der Spaß dabei nicht zu kurz kommt!

Viele der Angebote stehen im Zeichen der bayerischen Präventionspolitik. So hat auch der Bayerische Präventionsplan die Stärkung der Gesundheitskompetenz bayerischer Bürgerinnen und Bürger und einen sorgsamen Umgang mit der Gesundheit zum Ziel. Getreu dem Motto: Vorbeugen ist besser als heilen!

Ich danke den Organisatoren, Sponsoren und Ausstellern der Fürstenfelder Gesundheitstage für ihr Engagement und wünsche der Veranstaltung einen erfolgreichen Verlauf.

Melanie Huml, MdL

Bayerische Staatsministerin für Gesundheit und Pflege

Liebe Besucherinnen und Besucher,

die Fürstenfelder Gesundheitstage bieten Ihnen auch in diesem Jahr wieder eine große Bandbreite an aktuellen Informationen und attraktiven Mitmach-Angeboten rund um körperliche und seelische Gesundheit. Sie finden nicht nur Hilfestellungen im Umgang mit den Herausforderungen des Älterwerdens, mit altersbedingten und akuten Erkrankungen, sondern auch vielfältige Impulse für die körperliche und seelische Gesundheitsvorsorge.

Ein gut etabliertes Netzwerk aus regionalen Kooperationspartnern, Experten und Förderern ermöglicht diese Vielfalt an Informationen an den beiden Tagen. Es bildet aber auch die Basis für langfristige Projekte, die die Organisatorinnen selbst durchführen oder die von ihnen angestoßen wurden: Ob es die „Fitten Kindergartenkinder“ sind, das „Inklusionsprojekt Kunstwerkstatt“ mit wöchentlichen kostenlosen Kursen in Haus 11 in Fürstenfeldbruck, der „Runde Tisch Gesundheit und Arbeitsplatz“ oder der Impuls für die Etablierung von „Opstapje“ im Landkreis Fürstenfeldbruck – alle Projekte dienen generationenübergreifend der Gesundheitsförderung im Landkreis. Dafür den Organisatoren der Gesundheitstage meinen herzlichen Dank!

Ich lade Sie mit Ihren Familien, Kindern und Freunden herzlich ein, sich bei den Gesundheitstagen zu informieren und das vielfältige Programm zu genießen.

Ihr Thomas Karmasin, Landrat

Was bieten die Gesundheitstage?

Informieren!

- Vorträge renommierter Gesundheitsexperten
- individuelle Gespräche m. Ärzten, Pflegekräften, Therapeuten
- Reha-Medizin: Informationen und Demonstrationen
- Altersvorsorge für Frauen
- sozialhilferechtliche Fragen in Pflegesituationen
- vielfältige Angebote auf dem großen Gesundheitsmarkt

Mitmachen!

- Stadtlauf 2016 für Erwachsene & Kinder (Sonntag)
- Spiel-, Sport- und Spaßparcours für Groß und Klein
- Schach im Freien
- Stadtradeln
- Übungen mit der Herzsportgruppe
- Kneipp'sche Wasseranwendungen
- Gymnastik im Freien für 55 +
- Brotbacken für Kinder
- Stimmübungen für die Sprechstimme

Genießen!

- Köstlichkeiten bei der „Regionalen Genussmeile“
- Suppenfest am Samstag & Sonntag
- internationale Spezialitäten

Entspannen!

- Atemübungen
- Maskenspiel und Maskenkunst
- afrikanische Rhythmen
- KoKi-Oase
- sakraler Tanz
- Shiatsu und Reiki



AGENDA 21

im Landkreis
Fürstentfeldbruck



Besuchen Sie uns an den Gesundheitstagen

In der Tenne

- Informationen rund um das Thema „**Plastikmüll vermeiden**“ mit Kinderprogramm: Bedrucken von Baumwolltaschen mit Kartoffeldruck

Auf der Waaghäuslwiese

- „**Regionale Genussmeile**“: Informationen für einen nachhaltigen Lebensstil
- Sonntag, 12. Juni 10 - 14 Uhr: „**Schnippelparty und Suppenfest**“
In Kooperation mit Slow Food kochen Schülerinnen und Schüler der Ferdinand-von-Miller-Realschule Fürstentfeldbruck eine Gemüsesuppe aus "krummen" Rüben.



Holen Sie sich an unserem Stand die neu überarbeitete, kostenlose „Schatzkarte der AGENDA 21“

Alle aktuellen Informationen finden Sie auch auf unserer Internetseite:

www.agenda21-ffb.de



Wir freuen uns, Sie zu sehen!



10.00 – 11.00

Säulensaal

Eröffnung

der 10. Fürstenfelder Gesundheitstage

mit Landrat Thomas Karmasin, OB Klaus Pleil, Herrn Christian Rappenglück, Regierung von Oberbayern, Partnern, Ausstellern, Förderern und Besuchern. Wir halten eine kurzweilige Rückschau und halten eine kleine Überraschung für Sie bereit! Feiern Sie mit!

**ganztägig
ab 10.00**

Stadtsaalhof

Das Suchhunde-Team der Malteser vor Ort

Mantrailing – eine unglaublich beeindruckende Vorführung, bei der die Hunde jeweils eine ausgewählte Person unter all den Besuchern „aufspüren“.

Malteser Hilfsdienst gGmbH, Gräfelting

**ganztägig
ab 10.00**

Waaghäuslwiese

Regionale Genussmeile

Regional produzierte Lebensmittel bedeuten Schutz unserer Umwelt, sie fördern die regionale Landwirtschaft, sie sind frisch und köstlich. Besuchen Sie uns! Informieren Sie sich und probieren Sie vor allem die Schmankerl und Spezialitäten aus unserer Region direkt von den Erzeugern!

AGENDA21-Büro des Landkreises in Kooperation mit Slow Food Fünfseenland

**ganztägig
ab 10.00**

Stadtsaalhof

Schach spielen

TuS FFB, Abt. Schach

**ganztägig
ab 10.00**

Tenne

Umwelt-Initiative „Plastikmüll vermeiden“

Die Ausstellung „Plastik – Fluch oder Segen“ zeigt eindrücklich, wie sich Plastikmüll in der Umwelt anreichert und dadurch unsere Gesundheit und die nachfolgender Generationen beeinträchtigt. Sie zeigt Handlungsalternativen auf, die sich ohne Komfortverlust einfach umsetzen lassen. Kommen Sie vorbei und lassen Sie sich von Experten beraten. Ein Mitmachprogramm für Kinder ab 4 Jahren rundet die Ausstellung ab.

AGENDA21-Büro des Landkreises FFB

**ganztägig
ab 10.00**

Waaghäuslwiese

Black Box Demenz

Portraits und Audioaufnahmen von Gesprächen mit Erkrankten lassen für den Betrachter geschützte und persönliche Begegnungen von Menschen mit Demenz zu.

Brucker Forum e. V., Fürstenfeldbruck

**ganztägig
ab 10.00**

Altes Foyer

Sinnesparcours für Kinder

Hier kommen die Entdeckerlust der Kinder und der Spaß am Ausprobieren von Lebensmitteln zum Zug! Die Kinder ertasten, schmecken, riechen und sehen Lebensmittel und entfalten damit spielerisch ihren Geschmackssinn.

Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten, FFB



So gekennzeichnete Angebote eignen sich besonders für Kinder

GESUNDHEITSFORUM

SAMSTAG, 11. JUNI 2016 • 10-17 UHR



**ganztägig
ab 11.00**

*Waaghäuslwiese
(bei schlechtem
Wetter Tenne OG)*

**Die Visionärinnen –
Maskenspiel und
Maskenkunst**

Kommen – verwandeln – staunen!
Christiane Guggenmos, Veronika Löbhard-
Steber, www.visionaerrinnen.de

11.00 – 11.10
Stadtsaalbühne

**Film „Bad Wörishofen –
die Gesundheitsstadt“**

Kraft tanken und die Seele baumeln lassen
Kur- und Tourismusbetrieb Bad Wörishofen
weitere Termine: 14.00-14.10 • 15.00-15.10

**ganztägig
ab 12.00**

Waaghäuslwiese

 **Wir lesen vor!**

Ein Projekt der Bürgerstiftung f. d. Landkreis FFB
Viel Spaß beim Zuhören versprechen spannende
und lustige Geschichten für große und kleine
Leute von 3 Jahren bis 99 Jahren
Infos zu Uhrzeit und Titel gibt es direkt vor Ort.

11.00 – 12.00
Säulensaal

Wer is(s)t gesund?

Dr. med. Herbert Eisenlohr, Internist, Gastro-
enterologe, Sport- und Ernährungsmediziner/
Policenter Starnberg

**ganztägig
ab 12.00**

Tenne

 **Cooler Stofftaschen selbst bedrucken**

Bist Du ein Umweltheld? Finde heraus, wie
leicht es geht, auf Plastikverpackungen zu
verzichten. Bedrucke eine Stofftasche mit
coolen Motiven, damit Du beim Einkaufen
keine Plastiktüte mehr brauchst.
(Kostenbeitrag 1,- € pro Tasche)
AGENDA21-Büro des Landkreises FFB

11.00 – 11.45
Seminarraum 5

**Moderne Diagnostik und Therapie der
Koronaren Herzkrankheit (KHK)**

Vortrag mit Diskussion
Prof. Dr. Hae-Young Sohn, MediCenter Germering

**ganztägig
ab 13.00**

Waaghäuslwiese

 **Spiel-, Sport- und Spaßcours
für Groß und Klein**

Spannende Bewegungs-, Ball- und Geschick-
lichkeitsspiele, Rollstuhlparcours, slackline,
spannende Trendsportarten u. v. m.
TuS Fürstenfeldbruck

11.00 – 13.00
Waaghäuslwiese

Suppenfest

Beim Suppenfest erwarten Sie köstliche Suppen,
die kleinen und großen Besuchern schmecken!
Sie sind aus regionalen Zutaten frisch zube-
reitet. Kosten und genießen Sie aus verschie-
denen Suppentöpfen! Der Erlös geht an ein
gemeinnütziges Projekt. Dank an die Spender!
Organisation: Ernährungsfachfrauen des
Bayer. Bauernverbands

10.00 – 12.00
Amperwiese

Wettbewerb „Fitte Kindergartenkinder“

mit Fürstenfeldbrucker und Olchinger
Kindergartenkindern
AGENDA21-Büro des Landkreises FFB,
Kreativ erleben FFB

12.00 – 12.45
Stadtsaalbühne

**Was wird in einer ambulanten
Herzsportgruppe gemacht?**

Vortrag und Übungsdemonstrationen
Albert Metz, ambulante Herzsportgruppen
im SV Germering mit Teilnehmern und
Übungsleiterin Margit Hiller

GESUNDHEITSFORUM

SAMSTAG, 11. JUNI 2016 • 10-17 UHR



12.00 – 13.00

Säulensaal

Finanzielle und sozialhilferechtliche Fragestellungen in Pflegesituationen

Herbert Lochbrunner, stellvertr. Landesgeschäftsführer des VdK Bayern

13.00 – 13.10

Stadtsaalbühne



„Jacques entdeckt ...

Wie kommt der Müll ins Meer?“

Der Film des Deutschen Meeresmuseums Stralsund erklärt kindgerecht, was es mit dem „Plastik-See“ auf sich hat und welche Auswirkungen das auf unsere Gesundheit hat. AGENDA21-Büro des Landkreises FFB
weiterer Termin: 16.00-16.10

12.00 – 13.00

Seminarraum 1

Asthma bronchiale im Kindes- und Jugendalter

Dr. Oliver Fuchs, Dr. von Haunersches Kinderhospital, Universitätsklinik München

13.00 – 14.00

Seminarraum 1

Altersrente – wer, wann, wie?

Petra Morr, Deutsche Rentenversicherung Bayern Süd

12.00 – 13.00

Seminarraum 4

Schutz vor dem Sturz

Anregungen für mehr Aktivität im Alter, Maßnahmen der Sturzprophylaxe mit praktischen Beispielen
Rita Mayinger, Gesundheitspädagogin (SKA)

13.00 – 15.00

Säulensaal

KoKi-Oase

Besuchen Sie unsere kleine Ruhe-Oase. Hier können Sie sich bei einer Tasse Tee ausruhen, sich über die Angebote von KoKi informieren und ins Gespräch kommen. Im Hintergrund zeigen wir den französischen Dokumentarfilm „Babys“, der vier Babys aus Namibia, Japan, der Mongolei und den USA sehr einfühlsam während ihres ersten Lebensjahres begleitet.
Koordinierende Kinderschutzstelle – KoKi – Amt für Jugend und Familie, Landratsamt FFB

12.00 – 13.00

Seminarraum 6

Das Präventionsprojekt „Kinderleicht“

Angebot für Fachkräfte zur Arbeit mit Kindern aus sucht- oder psychisch belasteten Familien
Einladung zum Austausch über fachliche Fragen und Herausforderungen. Das Projekt „Kinderleicht“ für Fachkräfte und Multiplikatoren und die Kindergruppe „Trampolin“ werden vorgestellt.
S. Scholpp-Stadler, Dipl.Soz.Päd.,
Dr. C. Ulrich, Dipl.Psych./Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche, Gröbenzell

13.00 – 15.00

Seminarraum 6

Kleine Kinder – große Gefühle

Trotz- und Wutreaktionen bei meinem Kind – was kann ich tun oder kann ich sie verhindern? Anregungen, neue Blickwinkel für eine starke Eltern-Kind-Beziehung. Workshop für Eltern von Kindern zwischen 0 und 4 Jahren
Isabella Knall, Dipl.Soz.Päd, Syst., Familientherapeutin, Gesundheitsamt beim LRA FFB

12.30 – 13.30

Seminarraum 3

Jolinchen Kids – Fit & gesund in der Kita

Hermine Flamensbeck, Öko.Troph./
AOK Bayern – Die Gesundheitskasse



GESUNDHEITSFORUM

SAMSTAG, 11. JUNI 2016 • 10-17 UHR



13.30 – 13.50

Stadtsaalbühne

Rund um den Rücken – Von Bewegungen bis Bücken

Anregungen und Mitmach-Übungen für rücken-gerechte Arbeits- und Alltagsbedingungen
Rita Mayinger, Gesundheitspädagogin (SKA)

15.00 – 16.00

Seminarraum 5

Fit mit Ayurveda

Lernen Sie ayurvedische Ernährung, Öl-massagen, Marmatherapie und Reinigung mit Panchakarma kennen
Ram Sharma, Arzt, Ayurveda-Institut München

13.30 – 15.00

Seminarraum 3

Achtsam mit mir selbst – achtsam in meinen Beziehungen

B. Fehn, A. Ritter, Ehe-, Partnerschafts- u. Familienberatungsst. FFB d. Erzdiözese München

15.00 – 16.00

Säulensaal

Wenn die Selbstoptimierung zum Risiko wird

In der Arbeitswelt und auch im Privatbereich liefern sich Menschen einer unaufhaltsamen Beschleunigungsdynamik aus... Wir könnten immer noch besser werden, jeder Rekord könnte noch gesteigert werden. Dass unsere eigenen Ressourcen jedoch begrenzt sind, diese Missachtung läuft auf einen Erschöpfungszustand des Einzelnen hinaus. Steigende Burnout- und Depressionsraten sind der Beleg. Statt Selbstoptimierung zu fördern, geht es um die Entwicklung einer Haltung der Selbstsorge.
Prof. Dr. Heiner Keupp, Sozialpsychologe, LMU München

13.30 – 15.00

Seminarraum 4

Neues Einlagenkonzept bei Fuß- und Haltungsbeschwerden nach Derks

Schuhhaus Pleil, Fürstenfeldbruck

14.00

Waaghäuslwiese

Jonglier-Rekordversuch: 10 Jahre

Fürstenfelder Gesundheitstage-Rekordversuch
10 Personen lernen gleichzeitig in 10 Min. das Jonglieren mit Stephan Ehlers, Jonglierschule REHORULI®, München

14.30 – 14.50

Stadtsaalbühne

Zumba Fitness & Zumba Gold Vorführung

MachMit®Verein FFB und Landkreis e.V

15.00 – 17.00

Seminarraum 4

Patientenautonomie – Besonderheiten, Schwierigkeiten, Herausforderungen

Gesprächsrunde mit Dr. Judith Tech, examinierte Krankenschwester, Philosophin

14.30 – 15.00

Treffpunkt

Waaghäusl

Wirkungen von Wasseranwendungen

Praktische Anwendungen nach Kneipp
Rita Mayinger, Gesundheitspädagogin (SKA)

15.15 – 15.30

Treffpunkt

Waaghäusl

Mitmach-Gymnastik im Freien für die Altersgruppe 55 +

C. Thurner-Puchert, MachMit®Verein FFB

15.00 – 16.00

Seminarraum 6

Jonglieren – Spielend wirksam das Gehirn trainieren

Stephan Ehlers, Jonglierschule REHORULI®

15.30 – 15.50

Stadtsaalbühne

Zumba Fitness & Zumba Gold Vorführung

MachMit®Verein FFB und Landkreis e.V.

15.00 – 16.00

Seminarraum 3

Mobbing am Arbeitsplatz

Erkenntnisse der Resilienzforschung nutzen, um gesund und stabil zu bleiben
Ludwig Gunkel, Dipl. Psychologe, Mobbing-Beratung München

16.00 – 17.00

Seminarraum 3

Faszien-Yoga-Workshop

C. Pfützner, MachMit®Verein FFB

16.00 – 17.00

Säulensaal

Die Debatte um Hirntod und Organspende

Der Hirntod ist ein endgültiger und unumkehrbarer Funktionsausfall des gesamten Gehirns. Die Feststellung des Hirntods dient dazu, eine sinnlos gewordene Therapie zu beenden oder eine Organspende zu ermöglichen, wenn dies im Sinne des Patienten war. Welche intensivmedizinischen Maßnahmen sind notwendig, um ihn festzustellen? Prof. Dr. Josef Briegel, Intensivmediziner, Klinikum Großhadern LMU München

16.00 – 17.00

Seminarraum 1

Ernährung und Bewegung im Kindesalter:

So wachsen unsere Kinder gesund auf! Julia Birnbaum, Dr. von Haunersches Kinderspital München

16.00 – 17.00

Seminarraum 5

„Gute Zeiten, schlechte Zeiten“ –

Impulse für einen lebendigen Familienalltag Für Eltern von Kindern von 4 – 11 Jahren Denkanstöße und Ideen für den konstruktiven Umgang mit Stress und eingefahrenen Situationen im Familienalltag. Gabriele Wacker, Dipl.Psych., Beratungsstelle für Eltern, Kinder u.Jugendliche, Gröbenzell

16.00 – 17.00

Seminarraum 6

Activity based workspace – Das Büro als Bewegungsraum

Technologische Möglichkeiten verändern die Arbeitswelt und unseren Arbeitsraum rasant. Der Arbeitsplatz von morgen – flächeneffizient, kreativitäts- und gesundheitsfördernd – erfordert sorgfältig abgestimmtes Zusammenwirken von Mensch, Technik und Raum. Vortrag und Diskussion. Peter Labohm, Kinnarps GmbH

JUGENDFILMWETTBEWERB

FÜR JUGENDLICHE VON 11 BIS 21 JAHREN

EINSENDESCHLUSS:
24.10.2016

REGIE

DEINBLICK IN DIE NATUR 2016

EURE THEMEN 2016:

- NATUR – PORTRÄTIERT
- ERNÄHRUNG VON MENSCH UND TIER
- UMWELT – SCHÜTZENSWERT

Alle Infos unter: www.deinblicknatur.de

Der Wettbewerb findet statt unter der Schirmherrschaft von Kultusminister Dr. Ludwig Spaenle

Veranstalter des Wettbewerbs ist die Hopffisterei, München

Landratsamt Fürstenfeldbruck

Herzlich Willkommen!

Gut informiert

Schwangerschaft und Geburt

**Samstag und Sonntag ganztägig,
Arkadengang**

- Vor- und Nachsorgeangebote
- Unterstützungsmöglichkeiten
- Elternzeit und Elterngeld

**Samstag, 13 – 15 Uhr,
Seminarraum 6**

Kleine Kinder – große Gefühle
Trotz und Wut im Kleinkindalter

**Workshop für Eltern
von Kindern bis vier Jahren**
Anregungen und neue Blickwinkel
für eine starke Eltern-Kinder-Beziehung!

KoKi-Oase

**Samstag, 13 – 15 Uhr,
Säulensaal**

Entspannung bei einer Tasse Tee
und dem Film „Babys“ in der
KoKi-Oase. Informieren Sie sich
über die Angebote der
koordinierenden Kinderschutzstelle.

ANKOMMEN + VERSTEHEN

**Sonntag, 13 – 14.30 Uhr,
Seminarraum 6**

Präsentation erster Projektergebnisse
„Schulung für junge Asylsuchende zum
nachhaltigen Umgang mit Energie, Wasser und Abfall“



AGENDA 21

im Landkreis
Fürstenfeldbruck



Regionale Genussmeile

**Samstag und Sonntag ganztägig,
Waaghäuslwiese**

Informieren Sie sich über die Vielfalt der erzeugten
Lebensmittel der Region.

Schnippelparty und Suppenfest

**Sonntag, 10 – 14 Uhr,
Waaghäuslwiese**

In Kooperation mit „Slow Food Fünfseenland“ kochen
Schülerinnen und Schüler der Ferdinand-von-Miller-
Realschule Fürstenfeldbruck vor Ort u.a. mit krummen
Rüben.

Probieren Sie diese Gemüsesuppe!

Wettbewerb „Fitte Kindergartenkinder“

**Samstag, 10 – 12 Uhr,
Auwiese**

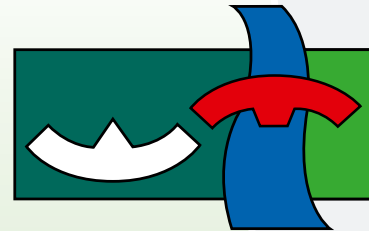
Ein Projekt das die Bewegungsaktivität
unserer Kinder erhöht
und damit ihre Ausdauer
und Koordinationsfähigkeit
stärkt.



Plastikmüll vermeiden

**Samstag und Sonntag
ganztägig,
Tenne**

- Ausstellung „Plastik – Fluch oder Segen“
- Kinderprogramm: Bedrucken von
Baumwolltaschen mit Kartoffeldruck



BESUCHERINFORMATION





**ganztägig
ab 10.00**

Waaghäuslwiese

Regionale Genussmeile

Regional produzierte Lebensmittel bedeuten Schutz unserer Umwelt, sie fördern die regionale Landwirtschaft, sie sind frisch und köstlich. Besuchen Sie uns! Informieren Sie sich und probieren Sie vor allem die Schmankerl und Spezialitäten aus unserer Region direkt von den Erzeugern!
AGENDA21-Büro des Landkreises in Kooperation mit Slow Food Fünfseenland

**ganztägig
ab 10.00**

Waaghäuslwiese

Black Box Demenz

Portraits und Audioaufnahmen von Gesprächen mit Erkrankten lassen für den Betrachter geschützte und persönliche Begegnungen von Menschen mit Demenz zu.
Brucker Forum e. V., FFB

**ganztägig
ab 10.00**

Stadtsaalhof

Schach spielen

TuS FFB, Abt. Schach



**ganztägig
ab 10.00**

Altes Foyer

Sinnesparcours für Kinder

Hier kommen die Entdeckerlust der Kinder und der Spaß am Ausprobieren von Lebensmitteln zum Zug! Die Kinder ertasten, schmecken, riechen und sehen Lebensmittel und entfalten damit spielerisch ihren Geschmackssinn.
Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten, FFB

**ganztägig
ab 10.00**

*Waaghäuslwiese
(bei schlechtem
Wetter Tenne OG)*

Die Visionärrinnen – Maskenspiel und Maskenkunst

Kommen – verwandeln – staunen!
Christiane Guggenmos, Veronika Löbhard-Steber, www.visionaerrinnen.de

**ganztägig
ab 10.00**

Tenne

Umwelt-Initiative

„Plastikmüll vermeiden“

Die Ausstellung „Plastik – Fluch oder Segen“ zeigt, wie sich Plastikmüll in der Umwelt anreichert und dadurch unsere Gesundheit und die nachfolgender Generationen beeinträchtigt. Sie zeigt Handlungsalternativen auf, die sich einfach umsetzen lassen. Lassen Sie sich von Experten beraten. Mit Mitmach-Angebot für Kinder ab 4 Jahren.
AGENDA21-Büro des Landkreises FFB

**ganztägig
ab 10.00**

Waaghäuslwiese

Spiel-, Sport- und Spaßparcours für Groß und Klein

Spannende Bewegungs-, Ball- und Geschicklichkeitsspiele, Rollstuhlparcours, slackline, spannende Trendsportarten u. v. m.
TuS Fürstenfeldbruck

**ganztägig
ab 12.00**

Waaghäuslwiese

Wir lesen vor!

Ein Projekt der Bürgerstiftung f. d. Landkreis FFB
Viel Spaß beim Zuhören versprechen spannende und lustige Geschichten für große und kleine Leute von 3 Jahren bis 99 Jahren
Infos zu Uhrzeit und Titel gibt es direkt vor Ort.

**ganztägig
ab 12.00**

Tenne

Coole Stofftaschen selbst bedrucken

Bist Du ein Umweltheld? Bedrucke eine Stofftasche mit coolen Motiven, damit Du beim Einkaufen keine Plastiktüte mehr brauchst.
(Kostenbeitrag 1,- € pro Tasche)
AGENDA21-Büro des Landkreises FFB

GESUNDHEITSFORUM

SONNTAG, 12. JUNI 2016 • 10-17 UHR



9.30
Start/Ziel:
Waaghäuslwiese

Stadtlauf 2016 – Wir bewegen uns!

Alle Strecken führen als Rundkurs entlang der Amper, Kinder (1166 m) laufen auf einer verkehrsfreien Wendepunktstrecke.

9.30 Uhr: Warm up mit dem TuS FFB

Strecken:	Start:
5 km	10.00 Uhr
10 km	10.00 Uhr
12 km	10.00 Uhr
1166 m (Gaudilaufer, gern m. Kostüm)	10.00 Uhr
Startgebühr:	
Erw./Kinder	EUR 5,- (5 km/1166m)
Erw./Kinder ab 14 J.	EUR 10,- (10 km)
Erw./Jugendl. ab 16 J.	EUR 12,- (12 km)

Unternehmen/Verwaltungen sind herzlich eingeladen, mit ihrer Mannschaft teilzunehmen. Die Gruppe mit der höchsten Teilnehmerzahl erhält einen attraktiven Preis! Alle Teilnehmer (getrennt nach Kindern und Erwachsenen) erhalten ein Los aus der jeweiligen Lotterie.

Anmeldung: Online unter www.tusffb-la.de oder direkt vor Ort von 8.00 – 9.00 Uhr. Abholung der Startunterlagen bis spätestens 9.30 Uhr.

TuS FFB – Leichtathletik – in Kooperation mit der AOK Bayern – Die Gesundheitskasse

10.00 – 11.00

Säulensaal

Schlafstörungen – Auswirkungen auf die Lebensqualität u. Möglichkeiten der Therapie

David Eberle, Belegarzt HNO, Klinikum FFB

10.00 – 11.00

Kleiner Saal

Das Leben nach dem Herzinfarkt

Dr. Armin Rosenberger, Internist, Kardiologe, Vorstand in der Herz-LAG Bayern, Klinik Höhenried

10.00 – 11.00

Seminarraum 1

Sakraler Tanz

Zu ruhiger oder beschwingter Musik tanzen wir im Kreis. Keine Vorkenntnisse erforderlich! S. Rauschmayer, Referentin f. sakralen Tanz

10.00 – 11.00

Seminarraum 3

Die Bedeutung der Durchblutung der kleinsten Blutgefäße und Verbesserungsmöglichkeiten

G. Rösner, Heilpraktikerin, BEMER® Repräsentanz Emmering

10.00 – 11.00

Seminarraum 4

Ebola – wie man mit einem Virus gute und schlechte Politik machen kann

Thomas Böhner, Help Liberia e. V.

10.00 – 11.30

Seminarraum 5

Den Sinnen Zeit geben – Was Zeit und Ernährung miteinander zu tun haben

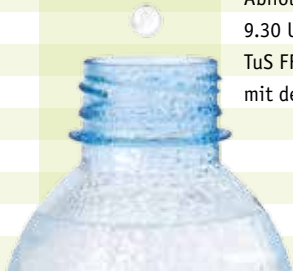
Dr. Karin Bergmann, Ernährungswissenschaftlerin, Autorin

10.30 – 10.40

Stadtsaalbühne

Film „Bad Wörishofen – die Gesundheitsstadt“

Kraft tanken und die Seele baumeln lassen Kur- und Tourismusbetrieb Bad Wörishofen weitere Termine: 11.00-11:10 • 15.00-15.10





11.00 – 11.15

*Treffpunkt
Waaghäusl*

**Mitmach-Gymnastik im Freien
für die Altersgruppe 55+**

C. Thurner-Puchert, MachMit®Verein FFB

11.00 – 12.00

Säulensaal

Schonende Entfernung der Gebärmutter

Dr. Moritz Schwoerer, Chefarzt Frauenklinik,
Klinikum FFB

11.00 – 12.00

Kleiner Saal

Aktiv für mehr seelische Gesundheit

Dr. Gabriele Schleuning, Cheärztin
kbo-Isar-Amper-Klinikum München-Ost
mit Atriumhaus und Fürstenfeldbruck

11.00 – 12.00

Seminarraum 4

Coaching – was ist das?

Wie kann es in Übergangs- und Krisen-
situationen eingesetzt werden?
Prof. Dr. Wolfgang Müller-Commichau,
Hochschule RheinMain, Wiesbaden

11.00 – 13.00

Seminarraum 3

**Das Leben – ein Experiment oder
brauchen wir einen Masterplan?**

Was bedeutet ein gutes Leben für mich?
In diesem Workshop werden wir in ein
Gespräch mit den vielfältigen Stimmen der
Philosophen und Philosophinnen eintreten,
vor allem aber uns Raum und Zeit nehmen,
selbst über ein gelingendes Leben
nachzudenken.

Karin Petrovic,
Philosophin, München

11.30 – 12.30

Seminarraum 1

Kann man Darmkrebs verhindern?

Dr. Susanne Wedel, Oberärztin Gastro-
enterologie und Onkologie, Klinikum FFB

11.30 – 13.00

Seminarraum 5

Fit mit Ayurveda

Lernen Sie ayurvedische Ernährung, Öl-
massagen, Marmatherapie und Reinigung
mit Panchakarma kennen
Ram Sharma, indischer Arzt, Ayurveda-
Institut München

12.00 – 13.00

Kleiner Saal

**Gesundheitsinformationen im Internet
suchen und bewerten**

Zu fast jeder Gesundheitsfrage lässt sich im
Internet eine Flut von Antworten finden.
Wer steht dahinter? Wer will objektiv infor-
mieren, wer nur Geld verdienen? Der Vortrag
zeigt Qualitätskriterien auf, die helfen können,
schlechte von guten Informationen zu unter-
scheiden.
Martin Wegmann, Dipl.Gesundheitsökonom,
Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit
im Gesundheitswesen (IQWiG), Köln

12.00 – 13.00

Seminarraum 4

Bei müden Beinen Kompressionsstrümpfe

Schuhhaus Pleil, Fürstenfeldbruck

12.00 – 13.00

Seminarraum 6

**Zu Lebensfreude und Wohlbefinden
durch körperorientierte Atemarbeit**

Wie wir atmen, beeinflusst unsere innere und
äußere Haltung, unser Körperbewusstsein
und unsere Selbstwahrnehmung.
Ingrid Bohn, Atemtherapie, Olching





12.00 – 14.00

Säulensaal

Das Endoprothetikzentrum Fürstenfeldbruck am Klinikum stellt sich vor:

- Endoprothetikzentrum – nur eine Bezeichnung oder steckt mehr dahinter?
Dr. Andreas Ewert, Chefarzt Unfallchirurgie und Orthopädie
- Arthrose – Künstliches Gelenk bereits bei ersten Anzeichen oder als letzter Ausweg?
Marcus Heel, Oberarzt Unfallchirurgie und Orthopädie
- Zurück in ein „bewegtes Leben“ – mit Hilfe der Physiotherapie
Carsten Humpert, Leiter Physiotherapie
- Sicher und schmerzfrei durch die Operation
Dr. Florian Weiß, Chefarzt Anästhesie
- Hygiene bei Gelenkersatz
Dr. Hermann Schubert, Oberarzt Anästhesie, Hygienearzt
- Rehabilitation und Versorgungsmöglichkeiten nach endoprothetischen Eingriffen
Das Sozialberatungsteam hilft und unterstützt Sie dabei
Thomas Sommer, Leiter Sozialberatung

12.00 – 14.00

Waaghäuslwiese

Suppenfest

Beim Suppenfest im Rahmen der „Regionalen Genussmeile“ erwarten Sie delikate Suppen, zubereitet aus regionalen Zutaten. Kosten und genießen Sie aus verschiedenen Suppentöpfen! Der Erlös geht an ein gemeinnütziges Projekt der Stadt Fürstenfeldbruck. Dank an die Spender und Unterstützer!
Organisation: AGENDA21-Büro des LK in Kooperation mit Schülerinnen und Schülern der Ferdinand-von-Miller Realschule FFB



12.00 – 16.00

Stadtsaalhof

Wundenschminken und lustiges Glücksrad mit der Malteser-Jugend

Malteser Hilfsdienst gGmbH, Gräfelting

13.00 - 13.20

Stadtsaalbühne

Afrikanischer Tanz und afrikanische Rhythmen

mit der Trommlergruppe Diappo

13.00 – 14.00

Kleiner Saal

„Nützt mir das, Herr Doktor? Brauch ich das, Frau Doktor?“

Wie glaubwürdig sind die wissenschaftlichen Grundlagen ärztlicher Therapie-Entscheidungen?
Prof. Dr. Gerd Antes, Direktor Cochrane Deutschland, Universitätsklinikum Freiburg

13.00 – 14.00

Seminarraum 1

Ein Mann ist keine Altersvorsorge

Gesunde Selbstsorge in finanziellen Dingen tut Frauen gut. Ein Appell zu frühem Nachdenken über die Folgen weiblicher Lebensentscheidungen.
Helma Sick, Finanzexpertin, Brigitte-Kolumnistin, Autorin

13.00 – 14.30

Seminarraum 3

Sport und Bewegung trotz(t) Demenz

Betroffene, Angehörige und Interessierte sind herzlich eingeladen – bitte in bequemer Kleidung.
E. Brach, Ch. Hack, Fachstelle für pflegende Angehörige, Kompetenz-Zentrum für Demenz bei der Caritas FFB

13.00 – 14.30

Seminarraum 5

Männlein – Weiblein – Online:

Die gesundheitlichen „Effekte“ beim Umgang mit Smartphone, Tablet & Co.
Stephan Ehlers, Jonglierschule REHORULI®



13.00 – 14.30

Seminarraum 6

Ankommen + verstehen

Eine Schulung für junge Asylsuchende zum nachhaltigen Umgang mit Energie, Wasser und Abfall

Birgit Baidl, Ressourcenmanagement beim Landratsamt FFB

14.00 – 14.15

Treffpunkt

Waaghäusel

Mitmach-Gymnastik im Freien für die Altersgruppe 55+

C. Thurner-Puchert, MachMit®Verein FFB

14.00 – 15.00

Säulensaal

Durchblutungsstörungen der Beine: Vorbeugen – Erkennen – Behandeln

Silke Griebat, Ärztin, Gefäßchirurgie, Klinikum FFB

13.00 – 15.00

Seminarraum 4

„So schön wie hier kann's im Himmel gar nicht sein“

Mit beeindruckenden Worten dokumentierten die Künstler Wolfgang Herrndorf und Christoph Schlingensiefel ihre Krebserkrankungen. In ihrer Eindringlichkeit mahnen die Texte zu einem intensiven Leben im Angesicht des Todes. Wir lesen gemeinsam Auszüge und tauschen uns darüber aus. Stephanie Meyer-Steidl, Germanistin

14.00 – 15.00

Seminarraum 1

Die neue psychiatrische Klinik in Fürstenfeldbruck – ein Ausblick

Dr. Nicolay Marstrander, Oberarzt kbo-Isar-Amper-Klinikum Fürstenfeldbruck

14.00 – 14.20

Stadtsaalbühne

Lassen Sie sich beschwingen – Tanzen ist Fitness für Körper und Geist!

TuS FFB, Abt. Tanzsport

13.30 – 13.40

Stadtsaalbühne



„Jacques entdeckt ... Wie kommt der Müll ins Meer?“

Der Film des Deutschen Meeresmuseums Stralsund erklärt kindgerecht, was es mit dem „Plastik-Meer“ auf sich hat und welche Auswirkungen das auf unsere Gesundheit hat. AGENDA21-Büro des Landkreises FFB

14.00 – 14.15

Kleiner Saal

Lebensfreude pur mit der Trommlergruppe Diappio

14.30 – 15.30

Seminarraum 3

Mit Pilates bewegt und kraftvoll ins Alter

Für Interessierte ab ca. 55 Jahren
Ilka Weiß, MachMit-Verein®FFB + Landkreis e.V

14.00

Stadtsaalhof

Start der Aktion „Stadtradeln“ für Fürstenfeldbruck

Da Radeln nicht nur gut für die Umwelt, sondern auch für die Gesundheit ist, startet die Brucker Auftakttour dieses Jahr bei den Gesundheitstagen. Auch Nicht-Brucker können dabei Kilometer für ihre eigene Gemeinde sammeln.



GESUNDHEITSFORUM

SONNTAG, 12. JUNI 2016 • 10-17 UHR



14.30 – 15.30

Seminarraum 5

Faszientherapie – Neue Ansätze in der Schmerztherapie

Daniel F. Weiss, Physiotherapeut, Osteopath, Heilpraktiker, Autor, PolliMed Gilching

14.30 – 15.30

Kleiner Saal

„Glück – (m)ein Lebensziel?“

Glück sieht für jeden Menschen anders aus, doch das Streben danach steht im Zentrum des persönlichen und gesellschaftlichen Lebens.

Auf dem Podium:

Monika Baumgartner, Schauspielerin

Anselm Bilgri, Theologe, Berater und Publizist

Doris Dörrie, Regisseurin und Schriftstellerin (angefragt)

Birgitt Epp, ehrenamtliche Flüchtlingshelferin

Raphael Fellmer, Mit-Gründer von

foodsharing, Autor von „Glücklich ohne Geld“

Moderation: Dr. Judith Tech, Philosophin

15.00 – 15.20

Waaghäuslwiese

Afrikanische Rhythmen mit der Trommlergruppe Diappo

15.00 – 16.00

Säulensaal

Kann man dem Schlaganfall vorbeugen?

Dr. Karl Pfadenhauer, Leitender Arzt Neurologie, Klinikum FFB

15.00 – 16.00

Seminarraum 1

„Na, STIMMt's bei Dir?“

Die menschliche Stimme: Übungen zu einem freien, ausdrucksvollen und ökonomischen Stimmgebrauch (gerade, aber nicht nur für Lehrer und Dozenten)

Prof. Thomas Gropper, Sänger, Dozent für

Sprecherziehung und Stimmbildung,

Hochschule für Musik und Theater, München

15.00-16.00

Seminarraum 4

Homöopathie – Hokuspokus oder Heilung

Birgit Schestak, Heilpraktikerin

16.00 – 16.20

Stadtsaalbühne

Lassen Sie sich beschwingen – Tanzen ist Fitness für Körper und Geist!

TuS FFB, Abt. Tanzsport

16.00 – 17.00

Seminarraum 3

Wenn Essen Bauchweh macht

Ulrike Birmoser, Ernährungsberaterin, VerbraucherService-Bayern

16.00 – 17.00

Seminarraum 5

Demenz – Kompakt im Koffer

Mit dem „Demenzkoffer“ erhalten Angehörige und Interessierte Informationen und Antworten auf spezielle Fragen zum Thema Demenz. Den Koffer können Pflegedienste, Schulen, kommunale Verwaltungen, Angehörigengruppen, Seniorenheime u. a. ausleihen. Eine Fachkraft vermittelt grundlegendes Wissen zur Demenzerkrankung. Elke Brach, Fachstelle für pflegende Angehörige, Kompetenz-Zentrum für Demenz bei der Caritas FFB





- A** **ADFC - Kreisverband Fürstenfeldbruck** | www.adfc-ffb.de
AGENDA21-Büro des Landkreises FFB | www.lra-ffb.de
Alexander Matusan GmbH | www.germeringer-baederwelt.de
Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten | www.aelf-ff.bayern.de
AOK Bayern – Die Gesundheitskasse München | www.aok.de
Asylhelferkreis Fürstenfeldbruck | www.asylhelfer.bayern
Atemtherapie Ingrid Bohn | www.atemtherapie-bohn.de
AWB Abfallwirtschaftsbetrieb des Landkreises FFB | www.awb-ffb.de
Ayurveda – Institut München | www.ayurveda-institut-muenchen.de
- B** **Bad Wörishofen Kur- und Tourismusbetrieb** | www.bad-woerishofen.de
BEMER® Repräsentanz Rösner GbR Emmering | www.bemer-partner.com/roesner-emmering
BettZeit – Atelier Gröbenzell | www.bett-zeit.de
Bichler Petra – Ringana Partner | www.natuerliche-frischekosmetik.de
Bienenhof Engelschall | www.bienenhof-engelschall.de
Blaues Kreuz München e.V. | www.blaues-kreuz-muenchen.de
Brucker Fenster Weltladen | info@brucker-weltladen.de
Brucker Forum e.V. | www.brucker-forum.de
Brucker Land Solidargemeinschaft e.V. | www.unserland.info
büro + raum GmbH, München | www.buero-raum.de
Bund Naturschutz in Bayern e.V. | www.bund-naturschutz.de
Caritas-Zentrum Sozialstation FFB | www.caritasfuerstenfeldbruck.de
- C** **Cellagonberatung Schmitz-Güngoren** | 08141/3176078
Clinaris Healthcare GmbH & Co. KG, Kissing | www.clinaris.com
- D** **Diappo – Trommeln aus Leidenschaft** | www.diappo.de
Die VisioNärinnen | www.visionaerrinnen.de
Dte. Fibromyalgie Vereinig. | www.fibromyalgie-selbsthilfe-muenchen.de
Dte. Rheuma-Liga FFB | www.rheuma-liga-fuerstenfeldbruck.de
DONUM VITAE FFB | www.fuerstenfeldbruck.donumvitae.org
- E** **Ernährungsfachfrauen des Bayer. Bauernverbands**
- F** **Ferdinand-von-Miller Realschule FFB** | www.realschule-ffb.de
Frau und Beruf | www.frau-und-beruf.net
Frauen helfen Frauen Fürstenfeldbruck e.V. | www.fhf-ffb.de
- G** **Gesundheitsakademie Klinikum Starnberg** | www.gesundheitsakademie-starnberg.de
- H** **HARDY'S FFB Freizeit, Sport und Event** | www.hardys-freizeit.de
- H** **Hyla Vertriebspartner Gerstetter** | www.hyla-germany.de/28548
Heilpraktikerschule Landsberg | www.heilpraktikerschule-landsberg.de
Help Liberia-Kpon Ma e.V., Egenhofen | www.help-liberia.com
Hörgeräte Seifert GmbH, FFB | www.hoergeraete-seifert.de
Hopffisterei GmbH, München | www.hopffisterei.de
- J** **Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.** | www.johanniter-oberbayern.de
Jonglierschule REHORULI®, München | www.rehoruli.de
Kbo-Isar-Amper-Klinikum Fürstenfeldbruck | www.kbo.de
Klinikum Fürstenfeldbruck | www.klinikum-ffb.de
- K** **Krebs-Selbsthilfegruppe Fürstenfeldbruck** | 08193/8821
Kreisverband für Gartenbau und Landespflege Fürstenfeldbruck e.V. | www.garten-ffb.de
Kreuthof, Puchheim | www.kreuthof-puchheim.de
Kreuzbund Arbeitskreis FFB | www.kreuzbund-muenchen.de
- L** **Landratsamt FFB mit den Fachbereichen AGENDA 21–Büro, Ausländer- u. Gesundheitswesen sowie Amt für Jugend und Familie** | www.lra-ffb.de
Landesverband Niere Bayern e.V. | www.ig-dialyse-muenchen.de
Lesezelt | www.buergerstiftung-lkr-ffb.de
Lukullium - kulinarische Entdeckungen | www.lukullium.de
Ludwig Stocker GmbH Metzgereilandfrau | www.landfrau.de
- M** **Madlon Confiserie GmbH, München** | www.madlon.de
Malteser Hilfsdienst gGmbH, Gräfelfing | www.malteser.de
Mamazone – Frauen u. Forschung gegen Brustkrebs e.V. | www.mamazone.de
Marien Apotheke Fürstenfeldbruck | www.marien-apotheke-ffb.de
Milchhof Zierer, Bioland-Betrieb, Freising | www.milchhof-zierer.de
Mrs. Sporty Fürstenfeldbruck | www.mrssporty.de/club/fuerstenfeldbruck
- N** **Naturheilpraxis Seeberger, Schondorf** | www.martinaseeberger.de
- P** **Pflegedienst Lillibrit UG, FFB** | www.lillibrit.de
Pleil Orthopädie, Schuhe und Technik, Fürstenfeldbruck | www.pleil.de
Podologische Praxis Hanke | www.podologiehanke.de
Praxis für Naturheilverfahren Anne Hotter, FFB | 08141/8907045
Praxis für sinnzentrierte Psychotherapie und Beratung FFB | www.sinn-therapie-beratung.de
PRAXIS Pädagogik Prävention Projekte, Augsburg | www.rita-mayinger.de
- R** **Reha Müller, Moorenweis** | www.agm-mueller.de
Restless Legs Syndrom Selbsthilfegruppe FFB/DAH | wehiesch@kabelmail.de

- R Rotaract Club FFB** | www.fuerstenfeldbruck.rotaract.de
- S Seniorenwohnen Buchenau, FFB** | www.seniorenwohnen.brk.de
- Shiatsu** | Ulrike Heinrich, Emmering, www.shiatsu-massagen.de • Rita Das Gupta, Germering, www.sonnwendpraxis.de • Lisa Fuchs, Mammendorf, www.shiatsu-fuchs.de • Nicole Deckert, Olching, www.shiatsubehandlungen.de
- Slowfood Fünfseenland, Fürstenfeldbruck** | www.slowfood.de
- Sozialverband VdK Bayern e.V.** | www.vdk.de/bayern
- Stadtwerke Fürstenfeldbruck** | www.stadtwerke-ffb.de
- Sternenfair MVS Milchvermarktungs-GmbH** | www.sternenfair.de
- T Techniker Krankenkasse, München** | www.tk.de
- Thermomix Pasewaldt, Maisach** | 0173/1973723
- TuS Fürstenfeldbruck** | www.tus-ffb.de
- V v.m. Instrumente, Rottweil** | 0176/62414748
- W Wandern Deutscher Volkssportverband e.V. (DVV)** | www.dvv-wandern.de
- Willkommen im Leben** | www.buergerstiftung-lkr-ffb.de
- Wittlinger – Mein Sanitätshaus, FFB** | www.meinsanitaetshaus.de
- Wohnvital, Sulzemoos** | www.wohnvital.de
- Z Zahnärztlicher Bezirksverband Oberbayern** | www.zbvobb.de
- Zweithaar-Praxis Sandra Breiding** | www.zweithaar-praxis.de

IMPRESSUM

- Veranstalter** Norbert Leinweber,
Veranstaltungsforum Fürstenfeld
Fürstenfeld 12, 82256 FFB
www.fuerstenfeld.de
- Projektteam** Dr. Maria Leitenstern-Gulden (Projektleitung)
Andrea Leimig
Michaela Bock
Dr. Elisabeth Redler
Dr. Hans-Joachim Lutz
Andrea Wieland
- Gestaltung** si:so / werbung+design • www.si-so.de



BESUCHEN SIE UNS AUF DEN FÜRSTENFELDER GESUNDHEITSTAGEN

Samstag/Sonntag, 11.06. und 12.06.2016

Nutzen Sie die Chance und informieren Sie sich ausführlich bei uns und unseren namhaften Partnern vor Ort über

- ✓ Badewannen mit Tür und Hebesitz
- ✓ Mineralgusswannen mit Whirlpool
- ✓ Infrarotkabinen und Dampfduschen

ALEXANDER MATUSAN GmbH
Bäder & Heizungsanlagen

www.germering-baerwelt.de | Telefon 089 170 94 207

ESB
ENERGIE SÜDBAYERN

Möchten Sie Shiatsu einmal selbst erfahren?
Schnupperbehandlungen in der Tenne

SHIATSU

Japanische Meridianbehandlung
zur Harmonisierung von
Körper, Geist und Seele

Wir freuen uns auf Sie:

Emmering • Ulrike Heinich • www.shiatsu-massagen.de
Germering • Rita Das Gupta • www.sonnwendpraxis.de
Mammendorf • Lisa Fuchs • www.shiatsu-fuchs.de
Olching • Nicole Deckert • www.shiatsubehandlungen.de

Ihre Gesundheit liegt
uns am Herzen.
Daher unterstützen wir
die Fürstenfelder
Gesundheitstage 2016!

www.sparkasse-ffb.de

Komm mit
zum Wandern



Wandern durch die
Jahreszeiten

allein
zu zweit
mit der Familie
mit Freunden

Spass macht es allen
und immer ein Gewinn
für Ihre Gesundheit!



DVV
Willkommen Freizeit

Bezirksverbände
München Oberbayern
Schwaben

die Vereine aus
Haspelmoor
Olching
Geltendorf
Miegersbach

 Sparkasse
Fürstenfeldbruck

Die Johanniter in Oberbayern: Immer für Sie da!



Ob Hausnotruf, Ambulante Pflege, Ausbildung in Erster Hilfe oder Kindereinrichtungen. Wir sind immer für Sie da!

Rufen Sie uns an – wir beraten Sie gern:

Tel. 089 890145-0

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.
Regionalverband Oberbayern
Dornierstraße 2, 82178 Puchheim
www.johanniter-oberbayern.de
www.facebook.com/JUHBayern

**DIE
JOHANNITER** 
Aus Liebe zum Leben

Am 1. Oktober 2016 eröffnet das kbo-Isar-Amper-Klinikum Fürstenfeldbruck für Psychiatrie und Psychotherapie.



Für unser multiprofessionelles Team suchen wir noch:

- Gesundheits- und Krankenpfleger/in (m/w)
- Fachkrankenpfleger/in (m/w)
- Altenpfleger/in (m/w)
- Krankenpflegehelfer/in (m/w)
- Assistenzärzt/in (m/w)
- Mitarbeiter/in für die Rezeption

Wir bieten Ihnen einen unbefristeten und attraktiven Arbeitsplatz mit vielfältigen Entwicklungsmöglichkeiten.

Interessiert? Ansprechpartner:

Christine Ernst-Geyer

Pflegedienstleitung

christine.ernst-geyer@kbo.de

Dr. Gabriele Schleuning

Chefärztin

gabriele.schleuning@kbo.de

Telefon 089 4562-3145

Informieren Sie sich unter www.iak-kmo.de/ffb

Kompetenz für gutes Hören



Besuchen Sie unser

Hörmobil

am 11. und 12. Juni
im Stadtsaalhof

Machen Sie einen
**kostenlosen
Hörtest**

HÖRGERÄTE
SEIFERT

www.hoergeraete-seifert.de



Freizeit-
spaß
das ganze
Jahr

Eintauchen!

Unser Frei- und Hallenbad

www.amperoase.de

mit Energie vor Ort