

### TERMINKALENDER

## Gesundheitstag im Sibyllenbad

Neualbenreuth. (enz) Unter dem Motto „Feel good – ein Leben in Balance“ findet am Samstag, 31. August, von 10 bis 18 Uhr in Zusammenarbeit mit dem Burnout-Netzwerk ein Gesundheitstag im Sibyllenbad statt. Jeder ist dazu eingeladen – zur ganzen Veranstaltung oder zu den einzelnen halbstündigen Vorträgen. Der Eintritt ist frei.

Nach der offiziellen Eröffnung um 10 Uhr spricht Angelika Löwy um 10.15 Uhr zum Thema „Mit dem Schlüssel der Gesundheit zu mehr Lebensqualität“. Es folgen um 10.45 Uhr Birgit Wohl („Aus deinen Wünschen & Träumen



Patrick Wind und Geschäftsführerin Ulrike Ditz vom Burnout-Netzwerk werden wie Gäste-Info-Leiterin Ursula Stingl und Werkleiter Gerhard Geiger (von links) wieder beim Gesundheitstag im Sibyllenbad dabei sein.

Archivbild: enz

echte Ziele formulieren, die Du erreichen kannst“) und um 11.15 Uhr Bastian Lobeck („Wie du deine Passion verwirklichst!“). Um 12 Uhr stellt Patrick Wind „Mein-Leben.com“ vor, um 12.30 Uhr zeigt Erika Thieme „Wege aus der Stressfalle“.

Nach einer einstündigen Pause spricht Manuela Borzel um 14 Uhr zum Thema „Veränderungsprozesse richtig begleiten“. Es folgen um 14.30 Uhr Ulrike Jung („Schlaf – der Jungbrunnen für Körper & Geist!“) und um 15 Uhr Helmut Koppe („Gesund leben im Einklang mit meinem Naturell“). Nach einer halbstündigen Pause referiert Simone Derbala um 16 Uhr zum Thema „Meditation – Innere Ruhe – Für die Gesundheit von innen nach außen“. Den Abbau von Haltungsschäden thematisiert Uwe Ullrich um 16.30 Uhr. „Beerenstark mit Wildkräutern“ heißt der Vortrag von Eva Ristl um 17 Uhr. Ulrich Abele spricht um 17.30 Uhr („Was brauche ich für ein gesundes Leben?“), Heidi Siegert beschließt die Veranstaltung um 18 Uhr mit einem Vortrag über gesunde Ernährung.