

Uhrzeit	Titel	Referentin/ Referent
10:00 - 10:30 Uhr	Eröffnung	Dr. Stephan Winter <i>Bürgermeister der Stadt Mindelheim</i> Maria Amtmann <i>Leiterin der Agentur für Arbeit Kempten-Memmingen</i>
10:30 - 11:00 Uhr	Qi-Gong (Aktiv-Angebot)	Maria Rück
11:00 - 11:30 Uhr	Tai Chi (Aktiv-Angebot)	Maria Rück
11:30 - 12:00 Uhr	Vortrag "Kneipp - erfahren und erleben"	Claudia Sachon <i>Sebastian-Kneipp-Akademie für Gesundheitsbildung</i>
12:00 - 12:30 Uhr	Rückentraining (Aktiv-Angebot)	Philipp Krämer <i>Gesundheitszentrum Pro Physio GmbH</i>
12:30 - 13:00 Uhr	Yoga im Sitzen (Aktiv-Angebot)	Annemarie Wieland <i>Yoga Fachverband im Kneipp-Bund e. V.</i>
13:00 - 13:30 Uhr	Vortrag „Osteoporose – mehr als Calcium und Vitamin D“	Eva Naumann + Barbara Graf <i>Netzwerk Ernährung Allgäu</i>
13:30 - 14:00 Uhr	Bewegtes Gehirntraining (Aktiv-Angebot)	Isabelle Hetschko <i>energy works</i>
14:00 - 14:30 Uhr	Vortrag "Kneipp - erfahren und erleben"	Claudia Sachon <i>Sebastian-Kneipp-Akademie für Gesundheitsbildung</i>
14:30 - 15:00 Uhr	Entspannungsmethoden (Aktiv-Angebot)	Philipp Krämer <i>Gesundheitszentrum Pro Physio GmbH</i>
15:00 - 15:30 Uhr	Yoga im Sitzen (Aktiv-Angebot)	Annemarie Wieland <i>Yoga Fachverband im Kneipp-Bund e. V.</i>

## Gesundheitstag „Ein Herz für Gesundheit“ Aussteller:innen

auric Hörzentrum

Bäckerei Ried

Bayerischer Landes-Sportverband e. V. (BLSV)

CI-Selbsthilfegruppe Allgäu

Frauenhaus Memmingen

Gesundheitsamt Unterallgäu

Gesundheitsregion<sup>plus</sup> Unterallgäu-Memmingen

Gesundheitszentrum ProPhysio GmbH

Jobcenter Unterallgäu

Krisendienst Bezirk Schwaben

Landeszentrale für Gesundheit in Bayern e. V.

Malteser

Migräne Selbsthilfegruppe Memmingen-Unterallgäu

Netzwerk Ernährung Allgäu

Psychosoziale Beratungsstelle Mindelheim

Sebastian-Kneipp-Schule - BFS des Kneipp-Bunds e. V.

Sebastian-Kneipp-Akademie für Gesundheitsbildung

Theatereck Mindelheim