

Gut besucht: 5. Gesundheitstag zum Thema Stresserkennung und –abbau

Qualitativ Hochwertiges zum Thema Gesundheit beizutragen, passt zu Eningen dankte Monika Firsching, Leiterin der Geschäftsstelle Kommunale Gesundheit im Landratsamt in Ihrer Begrüßungsrede für den Schirmherr Landrat Thomas Reumann.

Dr. Barbara Dürr Arbeitskreis Gesunde Gemeinde als Gesamtorganisatorin, das Gesundheitsforum Eningen e. V. in Zusammenarbeit mit TSV 1848 Eningen e. V. und die Gemeinde Eningen, die das Event unterstützt hat, luden zum Gesundheitstag in die HAP-Grieshaber Halle und das TSV Vereinsheim. Geboten wurden Informationen zu Entspannungstechniken, Fachvorträge, Mitmachangebote, Wissen und Austausch mit den lokalen und regionalen Gesundheitsanbietern. Nach den Begrüßungsreden wurde Klaus Käppeler, SPD-Landtagsabgeordneter, Friedemann Salzer, Geschäftsführer der Reutlinger Kreiskliniken sowie die anwesenden Gemeinderäte von Fr. Dr. Barbara Dürr zu einem gemeinsamen Rundgang eingeladen.

32 Aussteller darunter Heilpraktiker, Coaches, Physio- und Ergotherapeuten, zeigten Informationen zu Entspannungstechniken und ihren Gesundheitsangeboten oder machten mit den Besuchern Gesundheitschecks. Informationen über das Zertifikat Gesunde Gemeinde gab es vom Team des Landratsamtes. Darüber hinaus gab es für Interessierte Yoga, Tanz, Brain Gym und Bewegungs-Mitmachangebote. Und auch die exzellent besetzten Fachvorträge zu verschiedenen ‚Stress‘-Themen im benachbarten TSV-Vereinsheim waren wieder sehr gut besucht.

„Es betrifft jeden“. In der heutigen Zeit ist Stress und Stressvermeidung ein Thema, das viele interessiert und betrifft- so war der Gesundheitstag gut besucht. So konnte das Ziel des Gesundheitstag möglichst vielen Bürgern Informationen zu bieten, das sich Stresssymptome bei den Einzelnen sich möglichst nicht ‚verfestigen‘ erreicht werden. Auch wurden Möglichkeiten „zum Entstressen“ aufgezeigt, denn Stress haben in unserer Gesellschaft mittlerweile leider alle.

