



ST.GEORGEN  
IM SCHWARZWALD

## 28. Gesundheitswoche

Gesund leben mit St. Georgen

**Gesunde Abwehr:  
meine Chance**

**29. März -  
03. April 2020**



## **Sonntag 29. März**

17:00 Uhr Stadthalle St. Georgen: **Musik als Medizin.**  
Kammerorchester St. Georgen mit Jazzpianist Andy Erchinger, Lucas Klein, Neil Richter, Leitung: Reinhard

Veranstaltungen im großen Sitzungssaal im Rathaus:

## **Montag 30. März**

19:30 Uhr Prof. Josef Blessing & Dr. Frithof Blessing: Das Coronavirus. Einschätzung und mögliche präventive Maßnahmen

## **Dienstag 31. März**

18:00 - 19:00 Uhr Sabine Hummel: Gedächtnisparcour „Was geht alles im Gedächtnistraining?“

19:30 Uhr Lydia Fries-Spoecker: Das Immunsystem und unser Mikrobiom im Darm

## **Dienstag 31. März**

20:30 Uhr Guesthouse Kailash

Daniele Nuñez: Fastentherapie zur Entschlackung

## **Mittwoch 1. April**

18:00 - 19:00 Uhr Gedächtnistraining Sabine Hummel: Schnupperstunde für jedermann/jederafrau

19:30 Uhr Dr. Christoph Zeller: Gesunde Abwehr durch Bewegung

## **Donnerstag 2. April**

18:00 - 19:00 Uhr Gedächtnistraining Sabine Hummel: Aktivierungsangebote zur Beschäftigung bei Demenz auch im häuslichen Umfeld

19:30 Uhr Dr. Angelika Dietz: Ballaststoffe - Ein wertvoller Anteil unserer Nahrung

## **Freitag 3. April**

19:30 Uhr Dr. Dominik Schnerch:  
Was ist das Immunsystem?  
Wie funktioniert es?

