

## Rund um das Thema gesundes Wohnen

### Aktion am Gartentor

Dass die Umwelt Einfluss auf unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit hat, ist keine neue Erkenntnis. Dass diese Umwelt in unserer unmittelbaren Nähe - in den eigenen vier Wänden - beginnt, wird leider allzu oft verdrängt. Um das Bewusstsein für gesunde Wohnraumgestaltung und Materialien zu schärfen und Know-how zum Thema Gesundheit und Wohnen weiter zu geben, wurde unter der Schirmherrschaft von 'Weinmann Raum + Design' am 10. Juli mit einer Auftaktveranstaltung die Gesund-Woche am Gartentor gestartet.

Unter dem Motto 'Gesundes Wohnen für Persönlichkeiten' wurde den Besuchern der Auftaktveranstaltung ein breites Spektrum an Informationen angeboten. Ergänzt wurde das ganzheitliche Angebot noch um einige Bereiche rund um das Thema Gesundheit. Was für Raumklima und Schlafen interessant ist, war Thema des Impulsvortrages von Christof Senska von APROS Consulting & Services.

Aber auch praktische Anschauungsbeispiele und Aktionen kamen nicht zu kurz. Die Innungskrankenkasse (IKK) brachte eine Wii-Station zum spielerischen Erleben des Themas und einen Bluttest mit auf den Platz am Gartentor. Die Wellounge aus Stuttgart bot den gestressten Einkaufsbummlern entspannende 5- bis 10-minütige Sitzmassagen auf speziellen Massagestühlen an. Kostenfreie Gutscheine wurden vor Ort und in der Stadt verteilt. Ein Impulsvortrag über Bewegung und Rücken rundete dieses Thema ab.

**Aktiv Erleben »Am Gartentor«**  
Samstag, 10. Juli 2010

Dabei mit persönlicher Beratung und Vorträgen:

wellounge | lattoflex  
WeightWatchers  
APROS | Dolce  
ELFI G. PLIESTER | ikk classic

- ▶ Kostenfreie Massage von 11-15 Uhr
- ▶ Gesundheitsthemen und -tests
- ▶ Infos zu gesundem Wohnen und Materialien
- ▶ Kurzvorträge von FengShui über Raumklima bis Wahrnehmung und Lesen im Bett

Im Bettenstudio der Fa. Weinmann stand ein Lattoflex-Mitarbeiter den Besuchern für Informationen zum Thema gesundes Liegen und Schlafen zur Verfügung.



Elfi G. Pliester hielt einen Vortrag über Wahrnehmung und Wohnraumgestaltung nach Feng Shui-Konzepten.

Der Bereich Gesundheit wurde weiter abgedeckt über das Thema Ernährung. So stand z. B. Alexandra Zeyfang von den Weight Watchers für Fragen interessierter Besucher bereit. Und damit es nicht allzu trocken blieb, bot die Saftbar des 'Dolce - Bar & Restaurant' den Gästen am Gartentor eine Auswahl