

10.00 Uhr	Messeeröffnung mit anschließendem Messe-Rundgang - Matthias Klinger, Leiter Graf-Zeppelin-Haus - Martin Kiesling, Veranstaltungsleiter, Inhaber Allgäu EventZentrum - Leo Pachole, 1. Vorsitzender Naturheilverein Bodensee e.V.
10.30 - 10.55 Uhr	BORN to be HAPPY - 7 Tipps für deine mentale Gesundheit Dejan Sekulic, Buchautor und Inspirator (Stand 20)
11.00 – 11.40 Uhr Podium Moderation Sara Rahn	Mentales Immunsystem stärken - in Krisen mental stark und gesund bleiben! Wie können wir gegensteuern oder den passenden Heilungsweg finden? - Dejan Sekulic, Buchautor und Inspirator (Stand 20) - Wilma Hirtz M.A., Heilpraktikerin für Psychotherapie, HypnoseMaster (DHI), Praxis für Psychotherapie, Paartherapie und Hypnose (Stand 22) - Franziska Rief, Kinesiologin, Inhaberin und Leiterin Institut für Freiheitscoaching & kinesiologische Ausbildung (Stand 110) - Fine Hartmann, Leiterin der Selbsthilfe für Burnout, Depression & Hochsensibilität (St. 66) - Silvana Schnitzler, Mentorin für Persönlichkeitsentwicklung und Theta Healing-Ausbildung (Stand 44)
11.45 – 11.55 Uhr	Die natürlichen Kräfte der ätherischen Öle von DoTERRA – Wissenschaft trifft Natur Silvana Schnitzler, Team doTERRA (Stand 44)
12.00 – 12.40 Uhr Podium Moderation Sarah Rahn	Gesunde Füße, gesunde Beine – Fundament für Beweglichkeit und Lebensqualität Von der Gang-, Lauf-, und Haltungsanalyse bis zur medizinischen Behandlung am Fuß - Felix Heppeler, Sportwissenschaftler M. Sc. Sanitätshaus MOT GmbH (Stand 68) - Dr. med. Christian Krzemien, Facharzt für Chirurgie, Phlebologie, Venenpraxis Langenargen (Stand 72) - Falk Wöhrle, Inhaber Schuhhaus Wöhrle (Stand 36) - Konni Ackermann, Fitness-, Lauf- und Life-Coach, BEMER Repräsentanz (Stand 8)
12.45 – 13.10 Uhr	Altersbedingte Makuladegeneration. Ganzheitliche Diagnostik und Therapie von Augenerkrankungen Dr. med. Valeska Siegler (FEBO), Fachärztin für Augenheilkunde, Macuria Augenarztpraxis Meckenbeuren & Privatpraxis für Augenheilkunde Friedrichshafen (Stand 82)
13.15 -13.40 Uhr Vortrag	Was hilft bei Venenleiden? Phlebologische Erkrankungen - Krampfadern und Thrombose Dr. med. Christian Krzemien, Facharzt für Chirurgie, Phlebologie, Venenpraxis Langenargen (Stand 72)
13.50 – 14.30 Uhr Podium Moderation Sara Rahn	Schmerzbeschwerden im Bewegungsapparat aufdecken und richtig behandeln - Prof. Dr. Gert Krischak, Chefarzt Orthopädie, ZAR Zentrum für ambulante Rehabilitation Friedrichshafen, Ltd. Arzt Nanz Medico (Stand 30) - Michael Pfaff, Facharzt für Orthopädie & Unfallchirurgie, Sportklinik Ravensburg / Ärztlicher Leiter Orthopädisches MVZ Friedrichshafen (Stand 32) - Felix Heppeler, Sportwissenschaftler M. Sc. Sanitätshaus MOT GmbH (Stand 68) - Raymund Bay, MHBA, Facharzt für Orthopädie & Unfallchirurgie, Sportklinik Ravensburg (St 32) - Konni Ackermann, Fitness-, Lauf- und Life-Coach, BEMER Repräsentanz (Stand 8)
14.40 – 15.10 Uhr Vortrag	Fußfehlstellungen und Faszien – wie der richtige Schuh zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden im Alltag beiträgt Falk Wöhrle, Inhaber Schuhhaus Wöhrle (Stand 36)
15.15 – 15.40 Uhr Vortrag	„Arthrose – OP vermeiden, aber wie?“ Prof. Dr. Gert Krischak, Chefarzt Orthopädie, ZAR Zentrum für ambulante Rehabilitation Friedrichshafen, Ltd. Arzt Nanz Medico (Stand 30)
15.45 – 16.15 Uhr Vortrag	Autismus - zwischen Rückzug und Widerstand. Kinder mit Pathological Demand Avoidance (PDA) - Ein Einblick in den etwas anderen Autismus. Verstehen statt verurteilen. - Sarah Weber FAPDA Fachverein PDA-Autismus-Profil - Elena Retica FAPDA Fachverein PDA-Autismus-Profil

11.00 - 11.25 Uhr Vortrag	Grauer Star - Volkskrankheit mit klarer Lösung Wieder scharf sehen dank moderner Behandlungsmethoden Dr. med. Biller, Facharzt für Augenheilkunde, Augenzentrum Eckert (Stand 38)
11.30 – 11.55 Uhr Vortrag	Zurück zur gesunden Hüfte – von Bewegungseinschränkungen zur Lebensqualität Raymund Bay, MHBA, Facharzt für Orthopädie & Unfallchirurgie, Sportklinik Ravensburg (Stand 32)
12.00 – 12.25 Uhr Vortrag	Hochwertiges Trinkwasser – wer nicht filtert ist selbst der Filter Hans-Werner Pfeiffer, Optilemo (Stand 34)
12.30 – 12.55 Uhr Vortrag	Mehr Lebensqualität trotz neurologischer Erkrankung – ambulante Reha im Fokus Tatjana Richter, Chefarztin Neurologie, ZAR Zentrum für ambulante Rehabilitation Friedrichshafen (Stand 30)
13.00– 13.25 Uhr Vortrag	Natürliche Unterstützung u. a. bei chronischen Krankheiten, Krebserkrankungen, Long Covid, Erschöpfung und Schmerzen - Sauerstofftherapie nach dem Nobelpreisträger Prof. Dr. Warburg (Krebsforscher) Armin Leuze, Dipl. Ing., Udo Röck GmbH (Stand 40)
13.30 – 13.55 Uhr Vortrag	Der Entspannungsnerv: Wie Sie ihn aktivieren und damit Stress reduzieren Vagus-Meditation nach Prof. Dr. med. Gerd Schnack - Birgit Schnack-Iorio & Francesco Iorio, VAGUS-MANAGEMENT, Zentrum für persönliche Entwicklung Allensbach (Stand 112) - Im Anschluss Workshop im Karl-Maybach-Zimmer / Eingangsfoyer
14.00– 14.25 Uhr Vortrag	Lebensqualität neu definiert: Durch Stabilität und Balance zu mehr Wohlbefinden mit SuperPatch Michelle Wolf, Vertriebspartner Super Patch (Stand 10)
14.30 – 14.55 Uhr Vortrag	Raus aus dem Dauerstress - ganzheitliche Ansätze aus der Naturheilkunde Heilpraktikerin Claudia Rutenkolk, Naturheilpraxis Ansoku, Deutsche Gesellschaft für Präventivmedizin und Präventivmanagement e.V. (Stand 112)
15.00 – 15.25 Uhr Vortrag	Aktiviere Deine Selbstheilungskräfte - Heilmeditation- Atmen- nach Jerru Kabbal Michaela Vögel, Bodywork und Seelenarbeit, Friedrichshafen (Ausstellungsbereich Naturheiltage)
15.30 – 16.00 Uhr Vortrag	Selbsttherapie mit Magnet-Akupunktur: Linderung der Beschwerde leicht gemacht Siwon Lee, tera-force (Stand 96)
16.00 – 16.25 Uhr	Die Magie der Zahlen: Wie Numerologie unser Leben beeinflusst - Entdecke verborgene Botschaften deines Geburtsdatums und entfessele dein volles Potential Ulrike Frommknecht, Matrix Impuls, Hergensweiler (Ausstellungsbereich Naturheiltage)

Workshops | Samstag 25. Okt. 2025

Karl-Maybach-Zimmer

(Zugang über Eingangsfoyer Ludwig-Dürr-Saal)

14.00 – 14.45 Uhr **Workshop 1, öffentlich: 40 Minuten plus 20 Minuten Fragerunde**
Vagus-Meditation nach Prof. Dr. med. Gerd Schnack, Übungen für den Entspannungsnerv
Birgit Schnack-Iorio & Francesco Iorio,
VAGUS-MANAGEMENT, Zentrum für persönliche Entwicklung, Hirschweg 15, 78476 Allensbach
www.vagus-management.de, info@vagus-management.de

15.00 – 15.45 Uhr **Workshop 2, öffentlich: 45 Minuten**
Kleiner Venentest für jedermann. Wie kann Thrombose-Prophylaxe praktisch aussehen?
Kompressionsstrümpfe richtig angewandt und Tips und Tricks zum Umgang damit.
Ingrid Käppel, Lymphzentrum Käppel Lip & Lymph, Plauen

16.00 – 16.45 Uhr **Workshop 3, öffentlich: Dauer: 45 Minuten**
Dick oder krank? Lipödem? Lymphödem? Adipositas?
Wie kann ich das erkennen und welche Behandlungsmethode gibt es?
Ingrid Käppel, Lymphzentrum Käppel Lip & Lymph, Plauen

Begleitende Veranstaltungen | Samstag 25. Okt. 2025

(Zugang über Eingangsfoyer Ludwig-Dürr-Saal)

Karl-Maybach-Zimmer

10.00 – 12.00 Uhr **Mitgliederversammlung**
Deutsche Gesellschaft für Präventivmedizin und Präventionsmanagement e.V.
(Messestand Nr. 112 auf den Gesundheitstagen)

Graf-Soden-Zimmer

10.00 – 16.00 Uhr **Vereinstreffen**
FAPDA Fachverein PDA-Autismus-Profil
(Messestand Nr. 13 auf den Gesundheitstagen)

- Möglichkeiten zum Begegnen
- Thementische zum inhaltlichen Austausch in Kleingruppen
- Vortrag der Schweizer Kinderärztin Dr. Anna Bewer Silvestri zum Thema "Neurodiversität ist das neue Normal – gesunder Umgang im System"
- Kostenlose Elternberatungen. Den Abschluss des Vereinstreffens bildet ein Vortrag auf der Messebühne über „PDA - ein Einblick in den etwas anderen Autismus“, Referentinnen: Sarah Weber und Elena Retica auf der Experten-Bühne – siehe Programm Expertenbühne Sa. 15.45 Uhr

10.15 – 10.40 Uhr Vortrag	RV fit – das kostenfreie Trainingsprogramm für Berufstätige mit Elementen zu Bewegung, Ernährung und Stressbewältigung - Sandra Nicole Stock, Firmenberaterin Deutsche Rentenversicherung Bund (Stand 15) - Simon Edel, Kaufmännischer Leiter ZAR Zentrum für ambulante Rehabilitation Friedrichshafen (Stand 30)
10.45 – 11.30 Uhr Podium Moderation Sarah Rahn	Männergesundheit, Hormone, Testosteron und Krebsvorsorge. Was Männer wissen müssen! Neue Leitlinien bei der Krebsvorsorge - Dr. med. Claus Friedrich Fieseler, Facharzt für Urologie, Spezielle Urologische Chirurgie, Andrologie, Proktologie, Medikamentöse Tumorthherapie, Urologische Gemeinschaftspraxis Friedrichshafen - Uwe Stingl, Prostata Selbsthilfe Friedrichshafen, Vorstand des Regionalverband Prostatakrebs Selbsthilfe Baden-Württemberg, Rheinland-Pfalz und Saarland g.V. (St. 66) - Mark Kässer, Physiotherapeut am Universitätsklinikum Tübingen, Gründer und Geschäftsführer der Fysor GmbH für gamifiziertes, Elektromyographie-gesteuertes Beckenbodentraining (Stand 53) - Frau Meisner Orthopädien. Osteoporose
11.40 – 12.10 Uhr Vortrag	Schmerzen an Schulter oder Ellenbogen - wenn der Alltag zum Problem wird! Prof. Dr. med. Marc Beirer, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Sportklinik Ravensburg (Stand 32)
12.15 – 12.40 Uhr Vortrag	BORN to be HAPPY - 7 Tipps für deine mentale Gesundheit Dejan Sekulic, Buchautor und Inspirator (Stand 20)
12.45 – 13.25 Uhr Podium Moderation Sara Rahn	Der Weg zum gesunden Rücken mit Sicht auf den gesamten Bewegungsapparat. Was hilft gegen Gelenkverschleiß, Knorpelschäden und Schmerzen? - Dr. rer. nat. Arne Sturm, Faszientherapeut Senmotoc Bodensee (Naturheiltage) - Felix Heppeler, Sportwissenschaftler M. Sc. Sanitätshaus MOT GmbH (Stand 68) - Daniel Hartl, Clubmanager AI Fitness Friedrichshafen Fitness (Stand 80)
13.30 – 13.55 Uhr Vortrag	Was hilft bei Venenleiden? Phlebologische Erkrankungen – Krampfadern und Thrombose Dr. med. Christian Krzemien, Facharzt für Chirurgie, Phlebologie, Venenpraxis Langenargen (Stand 72)
14.00 – 14.40 Uhr Podium Moderation Sara Rahn	Schaltzentrale Darm – wie bringen wir unsere Darmflora und unseren Stoffwechsel ins Gleichgewicht und verhindern Unverträglichkeiten, Allergien und Hautausschläge - Uli Haberbosch, Heilpraktiker, Praxis für Biologische Medizin mit Schwerpunkt Darmgesundheit und Ernährungsmedizin, Fachreferent vom Forschungsinstitut AllergoSan - Bernhard Hansen, Heilpraktiker Praxis für TCM, Energetische Informationsmedizin, Geobiologie und QR-Labor (Stand 100) - Armin Leuze, Dipl. Ing., Udo Röck GmbH (Stand 40) - Katja von Kaminietz Inhaberin TRi-Solutions Heilpraktikerin, Performancecoach & Triathlon-A Trainerin für Leistungssport (Stand 8) - Sabine Vogel, holistische Darmtherapeutin und Ernährungsberaterin, Inhaberin KernGesund (Stand 19)
14.45 – 15.10 Uhr Vortrag	Was fort ist, ist fort! Den schleichenden Sehverlust und trockene Augen frühzeitig stoppen. Therapie, Vorbeugung, operative Möglichkeiten Dr. med. Valeska Siegler (FEBO), Fachärztin für Augenheilkunde, Macuria Augenarztpraxis Meckenbeuren & Privatpraxis für Augenheilkunde Friedrichshafen (Stand 82)
15.15 – 15.40 Uhr Vortrag	Knieverletzung! ...einfach nur PECH oder doch zum Spezialisten? Michael Pfaff, Facharzt für Orthopädie & Unfallchirurgie, Sportklinik Ravensburg / Ärztlicher Leiter Orthopädisches MVZ Friedrichshafen (Stand 32)
15.30 – 16.00 Uhr Vortrag	Fußfehlstellungen und Faszien – wie der richtige Schuh zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden im Alltag beiträgt Falk Wöhrle, Inhaber Schuhhaus Wöhrle (Stand 36)

10.30 – 10.55 Uhr Vortrag	Natumeda QR - Labor: Bioenergetische Stoffwechsel-Diagnostik über die Speichelanalyse Der Schlüssel zum gesunden Leben liegt in Ihren Zellen Bernhard Hansen, Heilpraktiker Praxis für TCM, Energetische Informationsmedizin, Geobiologie und QR-Labor (Stand 100)
11.00 – 11.25 Uhr Vortrag	Mentale Gesundheit im Alltag „Ein gesunder Geist in einem gesunden Körper“ Neue Erkenntnisse aus der Herz-/Hirnforschung und aus der Quantenphysik Emotionen und die Wirkungsweise auf das Energiesystem im Körper Markus Hornung, Stress- und Burnout-Prävention, Personal Coach (Stand 12)
11.30 – 11.55 Uhr Vortrag	Angststörungen, Phobien - verschiedene Therapiemöglichkeiten (u.a. Hypnosetherapie) Wilma Hirtz M.A., Heilpraktikerin für Psychotherapie, HypnoseMaster (DHI), Praxis für Psychotherapie, Paartherapie und Hypnose (Stand 22)
12.30 – 12.55 Uhr Vortrag	Die Bioenergetische Motivation als neuer Weg die Gesundheit zu stärken Ursula Wagner, autorisierte Biosens der Viktor Philippi Stiftung Gesundheit, Mitglied im Europäischen Berufs- und Fachverband für Biosens e.V. (Stand 18)
13.00 – 13.25 Uhr Vortrag	Stille Entzündung – die verborgene Ursache vieler Zivilisationskrankheiten! Befinden Sie sich in der Gefahrenzone? Maria Strobel, Heilpraktikerin (Stand 52)
13.30 – 13.55 Uhr Vortrag	Unser Blutkreislauf - Hauptstraße der Gesundheit! Warum Kneipp schon sagte "Willst du heilen, musst du Blut bringen", und warum ein funktionierender Blutkreislauf ein Schlüssel für Gesundheit u. Leistungsfähigkeit ist Konni Ackermann, Fitness-, Lauf- und Life-Coach, BEMER Repräsentanz (Stand 8)
14.00 – 14.25 Uhr Vortrag	Selbsttherapie mit Magnet-Akupunktur: Linderung der Beschwerde leicht gemacht Siwon Lee, tera-force
14.30 – 14.55 Uhr Vortrag	Angstfrei - Phobien jetzt auflösen Franziska Rief, Kinesiologin, Inhaberin und Leiterin Institut für Freiheitscoaching & kinesiologische Ausbildung (Stand 110)
15.00 – 15.25 Uhr Vortrag	Das gesunde Haus, Regeneration im Schlaf und was das Wohnumfeld damit zu tun hat... Joachim Kaiser, at-home Baubiologie, Wangen (Ausstellungsbereich Naturheiltage)
15.30 – 16.00 Uhr	Die natürlichen Kräfte der ätherischen Öle von DoTERRA – Wissenschaft trifft Natur - Silvana Schnitzler, (Stand 44) Team doTERRA - Stefanie Albus, (Stand 44) Team doTERRA

10.30 – 10.55 Uhr Vortrag	Nix gsagt ischt gnuag globet – ist das wahr? Vortrag über Paar-Beziehung. Deine Beziehung anders leben – Auslöser für wundervolle Veränderungen Eric Rückgauer, CoachingStube Wangen (Ausstellungsbereich Naturheiltage)
11.00 – 11.25 Uhr Vortrag	Ständig unter Strom? Ausgebrannt? Verspannt? Mit individuellen Power-Infusionen und Faszientherapie wieder ins Gleichgewicht und in die Kraft – de:stress - Elke Andreas, Heilpraktikerin, Burnout-Expertin - Dr. rer. nat. Arne Sturm, Faszientherapeut Senmotoc Bodensee (Ausstellungsbereich Naturheiltage)
11.30 – 11.55 Uhr Vortrag	Füße als Spiegel der Seele. Was können uns Farbe, Form und Hühneraugen oder ein Hallux valgus sagen? Für mehr Harmonie und Balance in unserem Leben. Franziska Windeisen, Verband Europäischer Reflexologen, Holzgerlingen (Ausstellungsbereich Naturheiltage)
12.30 – 12.55 Uhr Vortrag	Wie rein ist unser Trinkwasser? Andreas Ogger, Die Wasserexperten, Ravensburg (Ausstellungsbereich Naturheiltage)
13.00 – 13.25 Uhr Vortrag	Chronische Müdigkeit - Möglichkeiten der individuellen Ursachenfindung und dessen gezielter Therapie Elke Andreas, Heilpraktikerin Wangen (Ausstellungsbereich Naturheiltage)
13.30 – 13.55 Uhr Vortrag	Heilsame Ursprungsbegleitung. Eine Art und Weise, ein Weg, Menschen auf ihrem heilsamen inneren Weg zur Transformation eines Traumes zu begleiten Rita Hildebrandt, Heilsamer Ursprung, Petershausen
14.00 – 14.25 Uhr Vortrag	Quantenheilen Ralph Schneider, Gesundes Wasser e.V., Lindau (Ausstellungsbereich Naturheiltage)
14.30 – 14.55 Uhr Vortrag	Schönes Haar und gesunde Haut müssen kein Traum bleiben! Geeta Sidhu-Herfordt, Sidhu Spezialkosmetik, Üxheim (Ausstellungsbereich Naturheiltage)
15.00 – 15.25 Uhr Vortrag	gesund -glücklich - frei: Dein Weg zu einem erfüllten Leben!“ Wenn der Schmerz geht, kann Heilung und Frieden entstehen. Erlebe wie es innerhalb von Sekunden geschehen kann Ulrike Frommknecht, Matrix Impuls, Hergensweiler (Ausstellungsbereich Naturheiltage)
15.30 – 15.55 Uhr Vortrag	Omjaah® Veda Heilkunst – Weisheit aus der Urquelle Energieströme der neuen Dimension Petra G. Hübscher, Inhaberin Omjaah Heilkunst (Ausstellungsbereich Naturheiltage)