



Ablauf der Veranstaltung 09.09./10.09.2023

Samstag:

- ❖ bis 12 Uhr **Anreise und Anmeldung**
- ❖ 12 Uhr bis 12:45 Uhr **Mittagessen**
- ❖ 12:45 bis 13:00 Uhr **Begrüßung**
- ❖ 13:00 Uhr **Vortrag Silvie Gross** vom Urtikariaverband Österreich mit dem Thema Transparenz im Gesundheitswesen
- ❖ 14:30 bis 15 Uhr **Pause** mit Kaffee
- ❖ 15 Uhr bis 16:30 Uhr **Vortrag Karin Wortmann**, zertifizierte Darmgesundheitsberaterin: Der Einfluss unseres Darms auf unser Wohlbefinden
- ❖ 16:30 bis 16:45 Uhr **Pause**
- ❖ 16:45 bis 18 Uhr **Vortrag Karin Niedenhoff**, Naturpädagogin und Kursleiterin Waldbaden: Thema Waldbaden - alternativ auf einer Wiese
- ❖ Anschließend Abendessen und gemütliches Beisammensein mit Austausch

Sonntag:

- ❖ morgens **Gemeinsames Frühstück**
- ❖ 9:30 Uhr **Mitgliederversammlung**
- ❖ 10 Uhr **Vortrag Nico de Nittis:**
Patientenkompetenz: besser leben trotz chronischer Erkrankung
- ❖ anschließend **Feedback und gemeinsames Mittagessen ab 12 Uhr**

Anschließend: gemeinsames Mittagessen: Ende Abreise