



Wir laden Sie herzlich ein. Kommen Sie am **27. und 28. März 2010** zum **9. Deutschen Präventologen-Kongress** nach Düsseldorf. Es geht um die wirklichen Perspektiven im Gesundheitswesen: Prävention und Gesundheitsförderung. Sie treffen dort Ärztinnen und Ärzte, Heilpraktiker und Gesundheitstherapeuten aus unterschiedlichen Berufen und Arbeitsfeldern, Kolleginnen und Kollegen, die sich für gesundheitsförderliches Verhalten und gesundheitsdienliche Verhältnisse stark machen. Der Erfahrungsaustausch mit den Pionieren der Prävention wird Sie begeistern und Ihnen neuen Mut machen: Das Gesundheitswesen verändert sich und viele streben zu neuen Ufern.

Rückenschmerzen und Depressionen, die heute häufigsten Krankheiten, aber auch Ängste, Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Krebs oder die Demenz entstehen auf dem Boden prinzipiell vermeidbarer gesundheitlicher Belastungen. Die aggressive Verlorenheit von Jugendlichen wird durch die Gabe von Ritalin ebenso wenig bewältigt wie die traurige Einsamkeit der Älteren durch die Verordnung von Tranquilizern. Die Gesundheitsprobleme unserer



Zeit lassen sich nicht mehr mit „medizinischem Fortschritt“ oder biochemischen „Wunderwaffen“ besiegen.

Die Weltgesundheitsorganisation setzt auf Gesundheitsförderung. Und die aktuelle Gesundheitspolitik der Bundesregierung propagiert Prävention als besseren Weg. Sie verhindert, dass Menschen fett oder depressiv, süchtig oder schmerzgebeutel sind, sich falsch ernähren oder zu wenig bewegen. Eine neue Präventionsversorgung muss soziale Fertigkeiten oder bürgerschaftliche Kreativität entwickeln. Wie kann ein gesundes Leben glücken? Gute Gesundheit entsteht durch gelungenes Leben in den Familien, in den Schulen, am Arbeitsplatz; eben in den Lebenswelten der Bürger.

Die wichtigsten Ressourcen dazu sind Bildung, Integration und soziale Gerechtigkeit.

Der 9. Deutsche Präventologen-Kongress zeigt, wie Prävention und Gesundheitsförderung in der Praxis umgesetzt werden. Dort treffen Sie auf Fachleute, die Ihnen helfen, Ihre eigenen Ziele zu verwirklichen. Prävention und Gesundheitsförderung eröffnen vielen Menschen auch neue berufliche Perspektiven. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme und Ihre Beteiligung.

Ihr Dr. med. Ellis Huber

CAM 2010 – Europäische Fachmesse für komplementäre und alternative Medizin

Auf der CAM präsentieren sich vom **27. – 28. März 2010** wieder rund 200 Aussteller mit ihren Produkten und Dienstleistungen aus allen Bereichen der Naturheilkunde und Alternativmedizin. Seit über 20 Jahren findet die große Fachmesse mit deutschen und ausländischen Ausstellern in den Räumen des Congress Center Düsseldorf statt. Zum vierten Mal unter dem Namen: CAM. Diese 3 Buchstaben stehen international für eine Fachmesse für komplementäre und alternative Medizin. Die CAM ist der Treffpunkt aller interessierten Ärzte und Therapeuten, die sich einen aktuellen Überblick über Neuheiten, innovative



Lösungen und Verfahren verschaffen möchten. Alle wichtigen Anbieter – von Akupunktur über Labordiagnostik, von Medizintechnik, Nahrungsergänzung über Pharmazie bis hin zu Praxisbedarf – finden Sie auf der CAM 2010 in Düsseldorf. **Die Eintrittskarte für den 9. Deutschen Präventologen-Kongress berechtigt an beiden Tagen auch zum Besuch der Messe CAM 2010 und der Parallelkongresse mit der Ausnahme der DHT-Workshops. Weitere Informationen erhalten Sie unter: www.cam-expo.eu, www.heilpraktikertag.de, www.cim-kongress.com, www.biologische-krebsmedizin.de.**

Dr. Karl-Adolf Zech
10.30 – 11.10 hPause
11.10 - 11.25 hJan Lehmann
11.25 – 12.05 hDorothee Remmler-Bellen
12.05 – 12.45 hMittagspause
12.45 - 13.30 hLeo A. Nefiodow
13.30 – 14.40 hPause
14.40 - 14.55 h**Begrüßung / Eröffnungsvortrag im Rahmen der CAM-Eröffnung in Raum 14***Prof. Dr. Hartmut Heine // 9.30 – 10.15 h***Motto: „Das System der Grundregulation –
Basis aller biologischen Therapieweisen.“****Begrüßung / Eröffnung des 9. Deutschen Präventologen-Kongresses in Raum 12***Dr. Ellis Huber und Martina Rios MA // 10.15 – 10.30 h***Motto: „Prävention und Gesundheitsförderung –
die Perspektive im Gesundheitswesen.“**

Vorträge im Überblick:

**Alt = schwach? Zu Missverständnissen über unser Älterwerden***Dr. Karl-Adolf Zech // 10.30 – 11.10 h*

Vor zwanzig Jahren erregte die US-amerikanische Geriaterin Maria Fiatarone durch ein mutiges Experiment Aufsehen. Sie ließ 85 bis 95-jährige Altersheimbewohner die Kraft ihrer Oberschenkelmuskulatur trainieren. Die Ergebnisse waren so sensationell, dass gefragt wurde: „Schonen wir unsere Alten zu Tode?“. Das und die beobachteten Wirkungen der Mikrogravität im Weltraum erlauben heute die Feststellung, dass ein erheblicher Teil des altersassoziierten muskulären Abbaus und in dessen Folge des Funktionsverlustes der anderen Organsysteme nicht dem Altern an sich, sondern der fehlenden Beanspruchung geschuldet ist. Daraus ergeben sich Schlussfolgerungen für eine „Körperhygiene“, bei der die Pflege der Muskulatur durch angemessene Reizsetzungen im Mittelpunkt steht.

**„Mein Weg in die Prävention“ - Schicksal oder Prophezeiung***Jan Lehmann // 11.25 – 12.05 h*

Der Vortrag zeigt den Weg von der sicher geglaubten „Berufung“, über das Suchen neuer „Sichtweisen“ bis zur Integration in die präventive Gesundheitswelt durch die Umsetzung der Geschäftsidee „Gesundheitspräventionszentrum“ auf. Das Gesundheitspräventionszentrum und seine Dienstleistungen, wie z.B. die präventive Einzel- und Gruppenberatung, das präventive Bewegungstraining, das Auflösen von Blockaden und der gezielte Umgang mit den eigenen Kompetenzen, Stressbalancing und die Good-Aging-Prävention werden vorgestellt. Ziel ist es Homöostase statt gesellschaftlicher Fremd- und Fehlsteuerung, Prävention statt Rehabilitation und Lebensbalance statt Fruststress zu erreichen.

**Nachhaltiges Stressreduktionstraining im Urlaub***Dorothee Remmler-Bellen // 12.05 – 12.45 h*

Stressbewältigung und Stressreduktion wird von immer mehr Menschen gewünscht. Im Alltag fällt es oft schwer, den ersten Schritt zu tun und Verhaltensänderungen nachhaltig umzusetzen. Das Konzept der Stressbewältigung im Urlaub knüpft genau hier an. Herausgelöst vom Alltag, gemeinsam mit anderen stressgeplagten Menschen und in angenehmer Umgebung kann man sich leichter und doch konzentriert auf das Thema einlassen. Der Vortrag stellt das Konzept ganz konkret vor, erläutert die Vorteile gegenüber herkömmlichen Stressbewältigungsprogrammen und stellt weitere Einsatzmöglichkeiten im Präventionsbereich vor.

Monika Huppert
14.55 – 15.35 h

Pause
15.35 - 15.50 h

Martina Salinger-Rost
15.50 – 16.30 h

Brigitte-Rose Müller /
René Villiger
16.30 – 17.10 h

Pause
17.10 - 17.25 h

Dr. med. Ellis Huber
17.25 – 18.05 h



Ein Blick in die Zukunft - Gesundheit als Wachstumslokomotive im 21. Jahrhundert

Leo A. Nefiodow // 13.30 – 14.40 h

In der Marktwirtschaft treten neben kurzen und mittleren Konjunkturzyklen auch lange mit einer Dauer von 40-60 Jahren auf. Sie werden Kondratieff-Zyklen genannt. Auslöser dieser langen Konjunkturwellen sind bahnbrechende Erfindungen wie Dampfmaschine, Lokomotive, Auto und Computer. Mit der weltweiten Rezession der Jahre 2001-2003 ist der letzte, der fünfte Kondratieff-Zyklus, der von der Informationstechnik getragen wurde, zu Ende gegangen. Parallel dazu hat ein neuer Langzyklus, der sechste Kondratieff, begonnen. In dem Vortrag wird ein Überblick über den neuen Langzyklus gegeben.



Lach- und Atemtraining – eine unkonventionelle Methode zur Stressbewältigung

Monika Huppert // 14.55 – 15.35 h

Stress ist nicht nur ein Thema unserer Zeit, sondern auch ein Thema, das nahezu alle angeht: Schulkinder, Berufstätige, Erwerbslose bis hin zu Senioren. Die Ursachen sind vielfältig, ebenso die Auswirkungen. Um Stress zu überwinden, sind individuelle Strategien gefragt, denn 08-15-Pläne helfen nicht. Eine sehr fröhliche Strategie ist das Lach- und Atemtraining. Damit kann man auf unkonventionelle Art und Weise wieder zu mehr Lebensfreude und Gelassenheit finden.



„HeilKUNST“ – eine wortgeführte Kunstausstellung zur Schaffung von gesundheitsförderlichen Lebenswelten im Krankenhaus

Martina Salinger-Rost // 15.50 – 16.30 h

Dies ist ein Projekt des Verbandes „Deutsches Netz Gesundheitsfördernder Krankenhäuser gem. e.V.“ in Zusammenarbeit mit der Stiftung Katholisches Krankenhaus Marienhospital Herne, Klinikum der Ruhr-Universität Bochum. Im Rahmen des Projektes werden die Auswirkungen von Kunst in Kombination mit unterstützenden Worten und präventologischem Zusatzangebot auf die Genesung während eines stationären Aufenthaltes in der Klinik eingehender betrachtet. Das unterstützende Angebot umfasst neben Bildern, Texten, das Einrichten einer Gesundheits-Bibliothek mit dem „Buch to Go“, ein Lach- und Humorkino sowie das Halten einer Reihe von Workshops für Patienten, Pflegekräfte, Ärzte und Mitarbeitende. Sie informieren, zeigen Zusammenhänge auf und geben „Handwerkszeug“ für den Alltag mit auf den Weg.



„Walk The Talk“ - eine gesundheitsfördernde Kultur im Unternehmen

Brigitte-Rose Müller und René Villiger // 16.30 – 17.10 h

Microsoft Schweiz stellt hohe Ansprüche an ihre Mitarbeiter/innen, um in einer sogenannten ‚high performance‘ Kultur agieren zu können. Dies zieht vorwiegend äußerst motivierte Menschen mit entsprechenden Ansprüchen und Zielen an. In einem energiegeladenen, dynamischen Umfeld wie diesem ist es zentral, die Gesundheit aller Beteiligten im Auge zu halten, um so den nachhaltigen Erfolg sicherstellen zu können: Das Gesundheitsmanagement wird damit für Microsoft zum strategischen Pfeiler.



Präventologin und Präventologe, ein Beruf mit Perspektiven

Dr. med. Ellis Huber // 17.25 – 18.05 h

Gesundheit wird zum Maßstab für den sozialen Fortschritt. Integrierte Medizin und Integrierte Versorgung kennzeichnen die Heilkunst der Zukunft. Das Gesundheitssystem wird für eine wirtschaftlich erfolgreiche und sozial attraktive Gesellschaft immer wichtiger: Es muss das soziale Bindegewebe ebenso pflegen wie das individuelle Wohl. Die Präventologie vermittelt eine umfassende Lehre der Gesundheitsförderung und die Präventologen übersetzen dies in eine praktische Dienstleistung. Sie bilden Fähigkeiten aus, mit der Menschen ihr Leben gesund und munter meistern können.

Workshops am 28. März 2010 in Raum 12

Gabriele Naumer
9.30 – 10.50 h

Pause
10.50 - 11.05 h

Dagmar Thurmann
11.05 – 12.25 h

Pause
12.25 - 12.40 h

Alice Westphal
12.40 – 14.00 h



Workshop 1: Betriebliches-Gesundheits-Management - eine Innovation auf Erfolgskurs

Gabriele Naumer // 9.30 – 10.50 h

Aufgrund sich verändernder Rahmenbedingungen wird es für die Zukunftsfähigkeit unserer Gesellschaft, die soziale Integration der Mitarbeiter und die Wirtschaftlichkeit der Unternehmen immer notwendiger, ein wirksames Gesundheitsmanagement zu betreiben. Unser Ansatz des BGM zielt auf gesunde Arbeit in gesunden Unternehmen. Im Mittelpunkt steht die Unternehmenskultur, die Qualität der Führung, die soziale Beziehung und die Arbeitsbedingungen auf der einen Seite sowie ein gesundheitsbewusstes Verhalten der Beschäftigten auf der anderen Seite. BGM steht für hohe Wertschätzung der Mitarbeiter durch das Management.



Workshop 2: Die Stimmfrequenzanalyse nach Dr. A. Heinen

Dagmar Thurmann // 11.05 – 12.25 h

Die Stimme dient der Beurteilung unseres Regulations- und Funktionsgeschehens. Ihre große Frequenzbreite ermöglicht verschiedene detaillierte Auswertungen. Die Stimmfrequenzanalyse dient der Ermittlung auffälliger Frequenzbereiche. Die individuelle Klang-CD ist eine grundlegende Methode zur Regulierung des biologischen Rhythmus. Das Ziel ist die Wiederherstellung des biologischen Rhythmus zur Erreichung einer optimalen Leistungsfähigkeit zwecks Verbesserung der persönlichen Stress- und Gesundheitssituation.



Workshop 3: Genussvolle Gesundheit – ein modernes Märchen?

Alice Westphal // 12.40 – 14.00 h

Ein gesundheitsorientierter Lebensstil ist „nie fertig“, sondern ein lebenslanger Veränderungs- und Lernprozess. Wichtig ist – die genussvolle Gesundheitsorientierung bleibt eine Grundhaltung von Ihnen, eine Grundeinstellung für zukünftiges Leben. In dem Kurzworkshop erfahren Sie: wie Sie Ihren wirklichen Gesundheitssinn finden; wie Sie den „roten“ Faden wieder aufnehmen, wenn Sie ihn aus dem Auge verlieren; wie Sie Ihren „inneren“ Schweinehund“ zu Ihrem Partner machen.

Nutzen Sie die Möglichkeit der Kartenvorbestellung!

Wenn Sie das Programm des 9. Deutschen Präventologen-Kongresses überzeugt hat, dann nutzen Sie die Möglichkeit sich schon heute anzumelden. Für Ihre Anmeldung steht Ihnen die **Online-Kartenbestellung** zur Verfügung.

So tätigen Sie Ihre Kartenbestellung: Sie besuchen unsere Internetseite **www.praeventologen-kongress.de** und nehmen Ihre Kartenbestellung im Bereich Besucherservice unter Anmeldung / Tickets vor, indem Sie das Anmeldeformular digital ausfüllen und abschicken. Vorteil: Alle Angaben sind lesbar und können so schneller verarbeitet werden. Die Rechnung kann automatisch generiert werden.

Anmerkungen/Teilnahmebedingungen: Nach getätigter Kartenbestellung erhalten Sie die entsprechende(n) Eintrittskarte(n) zum Ausdrucken und eine Bestätigung/Rechnung mit ausgewiesener MwSt.. Mit Ihrer Bestellung geben Sie Ihre Einwilligung, dass wir Sie zukünftig per Email oder per Post bzgl. unserer Veranstaltungen kontaktieren dürfen. Die uns gegebene Einwilligung kann jederzeit schriftlich widerrufen werden. **Eine Rückgabe bzw. ein Umtausch von bestellten Eintrittskarten ist ausgeschlossen. Ein Besuch der Veranstaltungen ist nur dann möglich, wenn der Zahlungseingang auf dem Konto der amiando AG spätestens bis zum 26. März 2010 erfolgt ist.**

Öffnungszeiten:

Sa., 27. März 2010: 9.30 – 18.00 Uhr

So., 28. März 2010: 9.30 – 14.00 Uhr

CCD. Congress Center Düsseldorf
Eingang Stadthalle (Messegelände)
Rotterdam Str.148
40474 Düsseldorf

Eintrittspreise:

**Kongresskarte im Online-Vorverkauf:
65,- € zzgl. 1,- € VVK-Gebühr**

Kongresskarte vor Ort: 89,- €