

PRESSE-INFORMATION

Bad Füssing, 15. September 2026

Gesund länger leben – mit Freude und Lebensqualität

Premiere für den Bad Füssinger PräventionsTag am 12. Oktober 2026

In Bad Füssing wird Prävention zum Erlebnis für gesundheitsinteressierte Gäste und Einheimische: Fachleute vermitteln am Vormittag in Vorträgen fundiertes Gesundheitswissen und laden am Nachmittag zu praktischen Workshops ein. Die Teilnahme an allen Angeboten ist kostenfrei. Der Bad Füssinger PräventionsTag ist Teil des 2. Bayerischen Präventionstags.

Bad Füssing - Möglichst lange leben – und dabei gesund, aktiv und selbstbestimmt bleiben: Dieses Ziel rückt für immer mehr Menschen in den Mittelpunkt. Wie viel Kompetenz Bad Füssing auf diesem Gebiet vereint, zeigt der erste Bad Füssinger PräventionsTag am Montag, 12. Oktober 2026. Von 10 bis 17 Uhr dreht sich im Großen Kulturhaus alles um die Frage, was jeder selbst tun kann, um die eigene Gesundheit langfristig zu erhalten und das Leben möglichst lange selbstbestimmt zu gestalten. Die Veranstaltung ist Teil des 2. Bayerischen Präventionstags und ein Beitrag zur Umsetzung des Masterplans Prävention, den das Bayerische Staatsministerium für Gesundheit, Pflege und Prävention im Herbst 2025 auf den Weg gebracht hat.

„Prävention beginnt nicht erst dann, wenn gesundheitliche Probleme auftreten. Vieles, was uns hilft, gesund und leistungsfähig zu bleiben, können wir selbst beeinflussen“, sagt Bad Füssings Erster Bürgermeister Tobias Kurz. „Mit dem PräventionsTag wollen wir Wissen vermitteln, aber vor allem Lust darauf machen, die eigene Gesundheit aktiv in die Hand zu nehmen.“

„Bad Füssing bietet mit seinem heilkräftigen Heilwasser und den drei großen Thermen, einem zertifizierten Kur- und Heilwald sowie seiner umfassenden medizinischen und therapeutischen Kompetenz ideale Voraussetzungen, um Prävention ganzheitlich und mit Freude erlebbar zu machen“, sagt Kur- und Tourismusmanagerin Daniela Leipelt. „Unser Ziel ist es, den Besucherinnen und Besuchern nicht nur fundiertes Gesundheitswissen zu vermitteln, sondern auch konkrete Impulse und Handlungsempfehlungen für ein langes, gesundes Leben, die sich einfach in den Alltag integrieren lassen.“

Das Besondere: Beim PräventionsTag verbindet Bad Füssing aktuelle Erkenntnisse zu Gesundheitsvorsorge und gesunder Langlebigkeit mit jenen Gesundheitskompetenzen, für die Europas beliebtester Kurort seit vielen Jahrzehnten steht und bekannt ist. Dazu gehören die natürliche Wirkung

PRESSE-INFORMATION

Bad Füssing, 15. September 2026

des Bad Füssinger Heilwassers ebenso wie Bewegung, Entspannung, gesunde Ernährung und die gesundheitsfördernde Kraft des Waldes. Der Vormittag steht unter dem Motto „Wissen & Orientierung“, am Nachmittag heißt es „Erleben & Mitmachen“.

Von Longevity bis zur Kraft des Heilwassers

Den Auftakt macht Dr. med. Arno Wenemoser, Präsident des Verbandes Deutscher Badeärzte. Er beleuchtet die Bedeutung des Bad Füssinger Heilwassers für Gesundheitsvorsorge, Regeneration und Wohlbefinden. Anschließend zeigt der Sportwissenschaftler Dr. Arnd Schürmann, welche präventiven Strategien und Bausteine zu einem langen, gesunden und selbstbestimmten Leben beitragen können. Weitere Vorträge beschäftigen sich mit der Bedeutung einer gesunden Ernährung, dem Präventionsprogramm „RV Fit“ der Deutschen Rentenversicherung und der Frage, wie bereits kleine Veränderungen der täglichen Gewohnheiten viel bewirken können. Auch die Augengesundheit rückt in den Fokus: Unter dem Titel „Longevity im Blick“ geht es darum, was die Augen über die allgemeine Gesundheit verraten können. Waldtherapeutin Franziska Solger-Heinz stellt außerdem die gesundheitsfördernde Wirkung des Waldes sowie das Bad Füssinger WaldGesundheits- und ErlebnisProgramm vor.

Gesundheit erleben und selbst ausprobieren

Am Nachmittag wird aus Wissen praktische Erfahrung: Bei einer geführten Waldtherapie im zertifizierten Bad Füssinger Kur- und Heilwald lernen die Teilnehmenden ausgewählte Übungen kennen. Bewegungsworkshops fördern Koordination, Beweglichkeit und Ganzkörperkräftigung. Parallel vermitteln Entspannungsworkshops Techniken zum Loslassen, Regenerieren und Auftanken. Beide Workshops werden jeweils zweimal angeboten, sodass Interessierte an beiden Angeboten teilnehmen können.

Den ganzen Tag über bietet das Gesundheitsforum im Foyer des Großen Kulturhauses Gelegenheit zu persönlichen Gesprächen, Gesundheitschecks und praktischen Einblicken. Die Besucherinnen und Besucher können sich unter anderem zu Herzgesundheit und Blutdruck, Gleichgewicht und Stabilität, Augenheilkunde und Augenoptik, Bewegung und Entspannung sowie Energie- und Rückenregeneration informieren. Ein zusätzlicher Anreiz: Wer mindestens zwei Vorträge und ein Mitmachangebot besucht, erhält einen Fünf-Euro-Gutschein für die Europa Therme Bad Füssing, der noch am selben Tag eingelöst werden kann.

Der Bad Füssinger PräventionsTag findet am Montag, 12. Oktober 2026, von 10 bis 17 Uhr im Großen Kulturhaus statt. Die Teilnahme an allen Vorträgen und Mitmachangeboten ist kostenfrei. Bei einzelnen Angeboten ist die Teilnehmerzahl begrenzt. **Das vollständige Programm gibt es unter www.badfuessing.com/PraeventionsTag.**