



# Fit für den Megatrend Gesundheit?

Ein Ratgeber für Touristiker

Herausgegeben von der Marketinggesellschaft Meran (MGM)



## Fit für den Megatrend Gesundheit?

„Gesundheit ist ein Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen. Gesundheit baut auf körperliche, seelisch-geistige und soziale Faktoren. Sie wird daher im alltäglichen Lebensumfeld hergestellt.“

So definiert die Weltgesundheitsorganisation – WHO den Begriff Gesundheit.

Heute ist Gesundheit ein Megatrend, die Menschen investieren mehr und mehr Freizeit und Geld in ihr Wohlbefinden. Hinter dieser Entwicklung steckt die Erkenntnis, dass es nicht nur darum geht, möglichst alt zu werden, sondern dass die Lebensqualität vom täglichen Wohlbefinden bis ins hohe Alter bestimmt wird.

Urlaub ist eine ideale Zeit, um etwas für die eigene Gesundheit zu tun, von dem man im Alltag noch lange profitieren kann. Auf dieses Bedürfnis, sich Gutes zu tun, gründet die 180jährige Tourismusgeschichte der Kurstadt Meran. Heute ist es das Ziel der Ferienregion Meraner Land, die gewachsene Kompetenz einer Kurstadt neu zu interpretieren, um touristische Angebote zu entwickeln, die dem modernen Gesundheitsverständnis entsprechen.

Die vorliegende Broschüre sammelt wertvolle Tipps von vier Experten, die unterschiedliche Aspekte des Themas Gesundheit beleuchten. Sie sollen Ihnen Impulse dafür geben, wie Gesundheit und Wohlbefinden in Ihrem Betrieb einen höheren Stellenwert erhalten können und damit einen Mehrwert für Sie und Ihre Gäste schaffen. Wir freuen uns, wenn Sie das Thema aufgreifen und dieses mit Ihrer persönlichen Note bereichern. Dann tragen Sie dazu bei, die Ferienregion Meraner Land fit für die Zukunft zu machen.

Für Ihre Inputs zu dieser Broschüre kontaktieren Sie uns unter [mgm@meranerland.com](mailto:mgm@meranerland.com) oder unter der Telefonnummer 0473 200 443.

**Marketinggesellschaft Meran**





## Inhaltsverzeichnis

>> <b>Gesunde Küche</b> Knackige, bunte Kost aus Südtirol	6
>> <b>Bewegung ist Lebensfreude</b> Über Sport, der Spaß macht	9
>> <b>Sich ganz einfach wohlfühlen</b> Körper, Geist und Seele	14
>> <b>Vorsorge und Gesundheit</b> Ärzte, Kliniken und Informationen	18
>> <b>Ihre Notizen</b>	22
>> <b>Bestens informiert</b> Bücher, Links und Weiterbildung	23

## Gesunde Küche

von Adelheid Larch

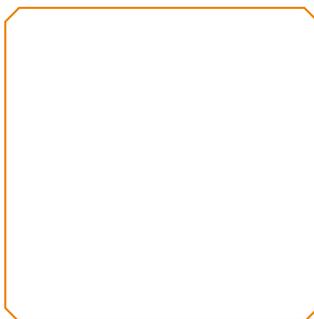
In Südtirol – einem Land, das für seine exzellente Küche und die Vielzahl heimischer Qualitätsprodukte bekannt ist – legt der Gast besonders großen Wert auf schmackhafte Speisen.

- » Gesättigte Fette in Form von Butter, Sahne und Schmalz sind aus unserer traditionellen Küche nicht wegzudenken. Aber: weniger ist mehr! Das Verhältnis von gesättigten, einfach und mehrfach ungesättigten Fettsäuren soll eins zu drei betragen.
- » Die mediterrane Kost beinhaltet die wesentlichen Komponenten einer gesunden Ernährung: viel Obst und Gemüse, Oliven- und Rapsöl, Gewürze und Kräuter, kleine Portionen Nüsse, mageres Fleisch und mindestens zweimal in der Woche Fisch.
- » Verwenden Sie anstelle von Salz verschiedene Kräuter. So können Sie den Salzanteil Ihrer Speisen auf maximal fünf Gramm Salz täglich reduzieren – und es mundet trotzdem.
- » Frische Zutaten schmecken gut, haben einen hohen Vitamingehalt und sprechen durch ihre frische Farbe auch das Auge an. Schonende Garverfahren, wie Dünsten, Dämpfen oder in Folie Backen, erhalten die wertvollen Inhaltsstoffe. Wenn Gemüse vor der Zubereitung längere Zeit ins Wasser gelegt wird, gehen Mineralstoffe und Vitamine verloren. Verwenden Sie nur im Ausnahmefall lang gelagerte Produkte oder Tiefkühlkost.
- » Denken Sie nicht nur an gesundheitsbewusste Gäste, sondern auch an jene mit besonderen Bedürfnissen, wie Fructose- oder Laktoseunverträglichkeit. Welche Restaurants in Ihrer Nähe bieten glutenfreie oder vegetarische Küche und Vollwertkost an?

Verwenden Sie der Saison entsprechende regionale Produkte. Für Südtiroler Betriebe Ehrensache!

- » Saisonale Produkte sind eine Garantie für Frische und vitaminreiche Ernährung. Der Speiseplan wird abwechslungsreich und fordert Flexibilität und Kreativität von der Küche.
- » Regionale Produkte beleben Ihre Speisekarte und Südtirols Landwirtschaft. Transportwege und Lagerzeiten sind möglichst kurz. Sie verwenden dadurch nicht nur hochwertigere Lebensmittel, sondern schützen auch Ihre Umwelt.
- » Lassen Sie Ihre Gäste wissen, dass z. B. Ihre Spargel aus Kastelbell oder Terlan, Marillen und Erdbeeren aus dem Martelltal kommen, und warum es für Sie als Gastgeber wichtig ist, nur das Beste zu servieren. So bringen Sie Ihren Gästen auch die Tradition der Region nahe.
- » Für die Kreation ausgewogener Gerichte hilft die Berechnung von Proteinen, Kohlenhydraten, Fetten, Vitaminen, Mineralien und Spurenelementen. Durch die Berechnung der Inhaltsstoffe wird vermieden, dass sich „falsche“ Fette und Einfachzucker in die Speisen einschleichen und der gesundheitliche Aspekt nicht mehr zur Geltung kommt. Das ist aufwendig, aber hilfreich.
- » Ernährungsberater betreuen Ihren Betrieb, wenn Sie sich auf eine besondere Kost spezialisieren wollen.
- » Die meisten Köche wissen sehr gut über gesunde Ernährungsformen und Diäten Bescheid. Nutzen Sie diese Kompetenz in Ihrem Betrieb.





### >> **Adelheid Larch,**

*berät eine der weltbesten Triathletinnen aus Südtirol, Edith Niederfriniger. In ihrer Freizeit schwimmt auch sie gerne, steigt aufs Rad und schlüpft anschließend in ihre Laufschuhe. Die 1970 geborene Riffianerin ist freiberufliche Ernährungstherapeutin und empfiehlt nicht nur Sportlern was auf den Tisch kommt. Weniger Bewegungsfreudigen gibt sie Tipps, wie sie ihre Ernährung für ein Mehr an Wohlbefinden umstellen können. Bei Krankheit und Übergewicht weiß sie, wovon man nicht zu viel essen sollte. Adelheid Larch erstellt auch Menüpläne für Mensen und Restaurants.*

## **Bewegung ist Lebensfreude**

von Evi Kerschbaumer Aichner

Eine halbe Stunde Sport zwei bis drei Mal pro Woche reduziert, so die Weltgesundheitsorganisation, das Risiko von Herz-Kreislaufkrankungen, Osteoporose und Rückenschmerzen. Sport kann gleichzeitig Spaß machen, Gewicht und Stress abbauen. Den Wenigsten gelingt es aber, im Berufsalltag in körperlicher Balance zu sein. Im Urlaub hat man Zeit für sich, seinen Körper und dafür, die guten Vorsätze sich mehr zu bewegen, umzusetzen.

Die Ansprüche des Gastes an seinen Urlaub und an Sie als Gastgeber werden immer größer. Er will Neues ausprobieren und etwas lernen, was er auch zu Hause weiterführen kann. Aber nur wer Freude an der Bewegung hat, also damit positive Erfahrungen und Erlebnisse verbindet, wird sich ein Leben lang bewegen:

- >> Überforderung und Überschätzung können einen Urlaubstag vermiesen. Passen Sie daher Ihre Routenvorschläge der Erfahrung und dem Fitnesslevel Ihres Gastes an. Denn nichts motiviert mehr als Erfolg.
- >> Geben Sie dem Gast die Gelegenheit, Natur und Landschaft mit allen Sinnen zu erleben: auf einer Bergwiese die Wanderschuhe ausziehen, barfuß die weichen Gräser spüren oder an einem Bach kneipen. Solche Erlebnisse gehen unter die Haut. Und der Gast verbindet diese positiven Erfahrungen mit seinem Urlaubsort und Gastgeber.
- >> Viele Gäste möchten vom Profi an die Hand genommen und durch ein Abenteuer geführt werden. Ob Berg- oder Wanderführer, Skilehrer oder Fitnesstrainer, empfehlen Sie nur Experten mit einer anerkannten Ausbildung.



Das genialste Fitness Center ist unsere Berg-, Natur- und Kulturlandschaft. Das beeindruckende Panorama mit der je nach Jahreszeit wandelnden Naturkulisse macht Bewegung im Freien zu einem einzigartigen Erlebnis:

- » Erstellen Sie für Ihre Gäste eine Liste mit Wandervorschlägen in Ihrer Nähe mit Dauer und Schwierigkeitsgrad. Über die Website der Marketinggesellschaft Meran (MGM) können Sie unter dem Menüpunkt „Aktiv“ eine große Auswahl an interessanten Streckenprofilen abrufen: Bestimmen Sie dazu Schwierigkeitsgrad und Länge der Wanderung. Die passende Route mit Karte können Sie ausdrucken. Auf der Website finden Sie ebenfalls Routenvorschläge für Radtouren und Schneeschuhwanderungen. Info: [www.meranerland.com](http://www.meranerland.com)
- » Zeichnen Sie auf einem Plan Fitness Center, Schwimmbad, Badeseen, ein ruhiges Plätzchen für Yogaübungen und Lauf- oder Nordic Walkingstrecken ein. Wo kann man einen schönen Verdauungsspaziergang machen und wie kommt man zu Fuß von Ihrem Haus ins Zentrum?
- » In Naturns und Prissian gibt es in kleinen Gebirgsbächen und Brunnen natürliche „Kneippstationen“. Infotafeln entlang des kostenlosen Parcours erklären, warum und wofür diese traditionelle Wassertherapie besonders geeignet ist.

Die Kneipp-Medizin ist eine nach dem bayrischen Pfarrer Sebastian Kneipp (1812-1897) benannte Kur, die auf Heilpflanzen, bestimmten Bewegungs- und Ernährungsformen und der Anwendung von Wasser beruht. Aufgüsse und Barfußgehen auf taunassen Wiesen, im Schnee oder im seichten Wasser stärken die Abwehrkräfte, beugen Herz-Kreislauferkrankungen vor und helfen bei Krampfadern.

- » Über Wiesen, moosigen Waldböden und Wurzelwerk mit den „Five Fingers“ erfahren Ihre Gäste das Gefühl des „fast“ Barfuß Gehens.

- » Informieren Sie Ihre Gäste in Ihrer Newsletter oder Wochenpost über Sportveranstaltungen in Meran und Umgebung. Sportbegeisterte können mit einem gültigen sportärztlichen Zeugnis z. B. am Frühlings-Halbmarathon zwischen Meran und Algund oder am Meraner Frauenlauf teilnehmen. Info: [www.meranerland.com/aktiv/highlights](http://www.meranerland.com/aktiv/highlights)

Die Therme Meran bietet in Ergänzung dazu eine Reihe von Bewegungsangeboten. Nicht nur für Schlechtwetter! Der Gast kann dort in Einzelstunden oder in der Gruppe in ruhiger und persönlicher Atmosphäre trainieren und neue Bewegungsformen ausprobieren. Individuelle Trainingsprogramme und Übungen für zu Hause werden nach einem Fitnessstest erstellt. Info: [www.thermemeran.it](http://www.thermemeran.it)

Die Aktivkurse der Therme Meran sind, je nach Inhalt und Zielsetzung, farblich gekennzeichnet. Mit der Tageskarte Fitness kann man an allen teilnehmen:

- » Body&Mind/gelb bringt Körper und Geist wieder in Balance.
- » Cardio/rot heizt dem Herz-Kreislaufsystem ein.
- » Aqua/blau steht für Bewegung im Element Wasser.
- » Workout/orange sind spezielle Methoden des funktionalen Krafttrainings.
- » Outdoor/grün heißt wöchentliches Laufen für Anfänger und Fortgeschrittene mit Edith Niederfriniger, Gewinnerin des Ironman Austria.

#### Einladung ins Fitness Center

Probieren Sie es selbst. Wir laden Sie oder einen Ihrer Mitarbeiter zum Schnuppertraining ins Fitness Center der Therme Meran ein. Anmeldung unter Tel.: 0473 252 021





## Tipp

Packen Sie in Ihr Urlaubspaket ein Angebot der Therme Meran, z. B. die Tageskarte „Fitness Center“, für die keine Voranmeldung nötig ist.

Weisen Sie in Ihrer Morgenpost oder Gästeinfo auf Aktiv-Kurse in Ihrer Umgebung hin. So vermitteln Sie Ihrem Gast ein mehr an Gesundheits- und Bewegungskompetenz.



### >> Evi Kerschbaumer Aichner,

1979 in Brixen geboren, ist seit 2008 die Chefin des Fitnesscenters der Therme Meran. Die Sportwissenschaftlerin und geprüfte Natur- und Landschaftsführerin, die regelmäßig über den Tappeinerweg huscht, auch mal in einem Bergsee schwimmt und gerne Schokolade nascht, unterrichtete Sport und arbeitete als Fitnesstrainerin in renommierten italienischen Hotels. Kerschbaumer Aichner leitet in der Therme Meran das Projekt „Leichter Leben, ganzheitliches Abnehmen in der Gruppe.“

## Sich ganz einfach wohlfühlen

von Edeltraud Kaserer Kiebacher

Körper, Geist und Seele bilden eine Einheit, die man nicht trennen kann. Im Alltag aber bleibt für die Seele oft zu wenig Zeit, sodass die Gesundheit aus dem Gleichgewicht gerät. Viele Menschen wollen daher gerade in der Ferienzeit ihre innere Balance wieder finden und sich wohl fühlen.

- » Achtsamkeit im Umgang mit sich selbst, den Mitarbeitern und den Gästen. Vor allem im Urlaub sind Augen und Ohren, Herz und Seele für Stimmungen, Botschaften und Eindrücke besonders weit offen. In der Begegnung mit dem Gast sind Achtsamkeit und Präsenz daher wichtig: Beobachten Sie Ihre eigenen Gedanken, z. B. während eines Gesprächs, denn sie erzeugen eine positive oder negative Atmosphäre.

Achte auf deine Gedanken, denn sie werden Worte.  
Achte auf deine Worte, denn sie werden Handlungen.  
Achte auf deine Handlungen, denn sie werden Gewohnheiten [...].  
Sie werden Charakter und dein Schicksal (aus dem Talmud, gekürzt).

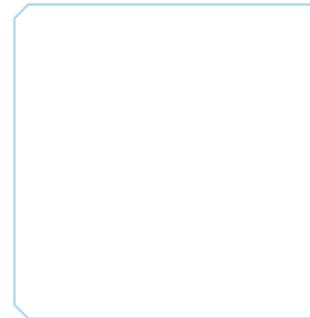
- » Ihr Befinden strahlt auf Ihr Umfeld aus. Tun Sie Ihren Mitarbeitern, sich selbst und Ihrem Körper täglich etwas Gutes, damit Ihr Gast sich bei Ihnen wohl fühlt. Geben Sie sich dazu jeden Tag eine Zeit des „Nicht-Tuns“.
- » Unsere Sinne werden fast ununterbrochen mit Reizen überflutet. Geben Sie daher der Stille einen Raum. Schaffen Sie einen Ort der Ruhe ohne Ablenkungen, ohne „Entspannungsmusik“. Sitzkissen laden zum Verweilen ein. Sie können Ihrem Glauben mit einem Bild, einer Heiligenstatue, einer Kerze oder einem Blumenstrauß Ausdruck verleihen. Das schafft eine Atmosphäre des Vertrauens.
- » Bach, Mozart, Haydn, Vivaldi oder gregorianische Gesänge. Musik beeinflusst unser Denken, Fühlen, Handeln und körperliches Wohlbefinden. Vollkommene Ruhe oder

langsame und ruhige Musik im Wellnessbereich helfen zu entspannen. Spielen Sie diese Musik gezielt, z. B. während einer Körperbehandlung, ab. Keine oberflächliche Dauerberieselung, die sich alle drei Stunden wiederholt!

- » Viele Menschen suchen außerhalb des Alltags nach Selbstwahrnehmung und Entfaltung. Geben Sie Ihrem Gast die Möglichkeit Gedanken und Gefühle loszulassen. Im Sommer werden zum Beispiel im Labyrinthgarten in Tschermers freitags um 7.30 Uhr und dienstags um 18.30 Uhr Gehmeditation und Übungen der Achtsamkeit angeboten. Info: [www.labyrinth.bz](http://www.labyrinth.bz)
- » Beruhigend und wohltuend ist auch das Gestalten von Mandala. Vorlagen gibt es in Buchhandlungen. Günstiger ist es, einen Kreis auf ein leeres Blatt zu zeichnen und Holzfarben bereitzustellen. Mandalas kann man auch mit Steinchen, Ästen und Moos auf dem Waldboden oder auf einer Wiese auslegen. Das gefällt nicht nur Kindern.
- » Kinder brauchen vor allem Freiräume, in denen sie sich entfalten können. Die Natur bietet eine unerschöpfliche Quelle dafür: Das Spiel mit Sand und Wasser macht Kinder glücklich, Malwände und Ton regen zum kreativen Gestalten an. Bewegung, Konzentration und viel Spaß versprechen Zirkusbälle, Einräder, Stelzen und Seile zum Balancieren.
- » Morgen- und Abenddämmerungen bezaubern uns. Genießen Sie die Abendstimmung auf dem „Knottenkino“ bei Vöran, schauen Sie der Sonne beim Aufgehen vom Ifinger aus zu und erleben Sie eine Vollmond-Nacht auf dem Hahnenkamm. Machen Sie an einem Frühlingmorgen einen Ausflug in ein Biotop, z. B. zum Narauner Weiher.
- » Das Donnern herabfallenden Wassers, Gischt auf der Haut: Wasserfälle sind ganz besondere Erlebnisse. Einige der schönsten Südtirols gibt es in Partschins, im Kalmtal, bei der Fragsburg und bei Moos in Passeier.



- >> Feuer ist reinigend und meditativ. Machen Sie ein Lagerfeuer und laden Sie Ihre Gäste ein, für zehn Minuten schweigend diese besondere Atmosphäre wahrzunehmen.
- >> Im Burggrafenamt gibt es „heilige“ Orte, also historische Kultplätze und Wallfahrtsorte, die aufbauend und heilend auf uns wirken: Marienbrunnen in Hütt und St. Hippolyt auf Glaiten im Passeiertal, St. Moritz in Ulten, St. Georg in Versain und die „Stoanernen Mandln“ in Mölten, das St. Georgs Kirchlein in Schenna oder das Vöraner Kreuz-Joch.
- >> Kultur beflügelt Geist und Körper. Was sind Ihre kulturellen Vorlieben und Stärken? Organisieren Sie Eintrittskarten und Gutscheine für kulturelle Veranstaltungen. Gemeinsames Singen und der Besuch von Konzerten, Ausstellungen, Weinführungen und Wanderungen auf Besinnungswegen verbinden.
- >> Locker, luftig, leicht und natürlich. Einmal ganz ohne Kleideretikette, barfuß oder in Sandalen zum Dinner? Viele Gäste lieben es, sich im Urlaub frei zu geben und zu kleiden.



### >> **Edeltraud Kaserer Kiebacher,**

*1961 geboren, lebt und arbeitet in Tscherm. Im „Labyrinthgarten Kränzel“, einem Weingut mit Skulpturen, zeigt sie verschiedene meditative Wege zur eigenen Mitte: barfuß durch den Irrgarten, bei Vollmondmeditation oder durch christliche Mystik. Die Beraterin der Südtiroler Verbraucherzentrale pilgerte auf dem Jakobsweg in Südtirol, Spanien und Südindien, hält darüber und zu anderen spirituellen Themen Vorträge.*



## Vorsorge und Gesundheit

von Christian Thuile

Ernährung, Bewegung und seelisches Wohlergehen sind die Grundlagen unserer Gesundheit. Achten Sie daher auf Ihre Seele, die richtige Ernährung und Bewegung. Kurz: Vorsorge ist die beste Medizin. Neben dieser Primärprävention sind auch Maßnahmen zur frühzeitigen Erkennung von Krankheiten wichtig. Je eher eine Krankheit erkannt wird, desto besser lassen sich gezielte Maßnahmen setzen.

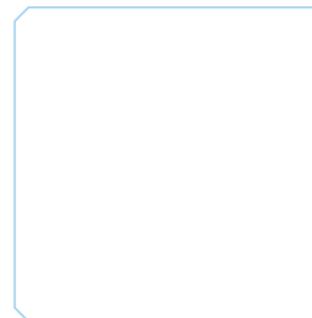
Diagnose und Therapie gehören in die Hand eines Arztes. In der Ferienregion Meraner Land findet sich eine Vielzahl ärztlicher Dienste der Primär- und Sekundärprävention:

- » Dialysen in angenehmer Atmosphäre führt das „WBR – Feriendialyse Südtirol“ in Lana durch. Die Nierenersatztherapien sind unter [www.feriendialyse-suedtirol.com](http://www.feriendialyse-suedtirol.com) buchbar.
- » „Villa Eden“ in Obermais bietet verschiedene Behandlungen gegen Übergewicht, Stress und Maßnahmen zur Altersvorsorge an. Info: [www.villa-eden.com](http://www.villa-eden.com)
- » Operative Eingriffe, Facharztvisiten, Vorsorgeuntersuchungen und Früherkennungsanalysen sind auch in der Privatklinik „St. Anna“ in der Meraner Cavourstraße möglich. Info: [www.villa-santanna.it](http://www.villa-santanna.it)
- » Henry Chenot leitet im Grand Hotel Palace sein renommiertes Health Center, wonach den Prinzipien der Biontologie Stress- und Alterserscheinungen sowie Übergewicht behandelt werden. Info: [www.palace.it](http://www.palace.it)
- » „Martinsbrunn“ in Gratsch bei Meran ist eine gehobene private Institution mit einem standardisierten Klinikangebot, geleitet von den Barmherzigen Schwestern vom heiligen Vinzenz von Paul. Neben zahlreichen Kuren und medizinischen Diensten, finden im „Klanggarten“ kleine kulturelle Veranstaltungen statt. Der schöne Park mit mächtigen Bäumen lädt zum Verweilen ein. Info: [www.martinsbrunn.it](http://www.martinsbrunn.it)
- » Kuren mit radonhaltigem Thermalwasser gibt es in der Therme Meran. Die Bäder erweitern die peripheren Blutgefäße, haben eine blutdrucksenkende Wirkung, lindern Hautreizungen und Schmerzen bei rheumatischen Gelenkerkrankungen. Radon-Inhalationen helfen besonders bei chronischen Atemwegserkrankungen. In der Therme werden auch verschiedene fachärztliche Visiten, z. B. dermatologische Untersuchungen, durchgeführt. Individuelle Programme gibt es für Sportler und Menschen, die es z. B. nach einem Burn-out nicht mehr schaffen, ihre körpereigenen Batterien aufzuladen. Bei Rückenproblemen werden unter anderem Pilates, Rückenschule und Physiotherapie angeboten. Schwerpunkt der Therme Meran ist auch die Ernährung, d. h. betreutes Fasten, Ernährungsberatung und spezielle Programme für übergewichtige Menschen. Info: [www.thermemeran.it](http://www.thermemeran.it)
- » Das Zentrum für Therapeutisches Reiten in Lana bietet neben Hippotherapie für Menschen mit Down-Syndrom, Autismus, Verhaltens- und Sprachstörungen oder psychischen und orthopädischen Problemen auch Kurse für hyperaktive, aggressive oder verschlossene Kinder an. Der Verein „Equespera“ steht auch für Erwachsene offen, die sich mit Musik und Gymnastik auf dem Pferd entspannen möchten. Info: [www.equespera.it](http://www.equespera.it)



Professionelle Informationen sind Teil der Vorsorge.

- >> Verschiedene Einrichtungen wie die Urania, der KVW oder die Therme Meran, organisieren Vorträge, Seminare und Infoabende. Sagen Sie es Ihren Gästen weiter. Info: [www.urania-meran.it](http://www.urania-meran.it) und [www.kvw.org](http://www.kvw.org)
- >> Die Stadt Meran ist immer wieder Veranstaltungsort von hochkarätigen medizinischen Kongressen, die auf der Website der Kurverwaltung angekündigt werden. Info: [www.meran.eu](http://www.meran.eu)
- >> „Gesunde Mitarbeiter in gesunden Betrieben“. Die Stiftung Vital unterstützt Sie mit diesem Projekt bei der betrieblichen Gesundheitsförderung. Gesunde und leistungsfähige Mitarbeiter sind wesentliche Voraussetzungen für den Erfolg eines Unternehmens. Info: [www.stiftungvital.it](http://www.stiftungvital.it)
- >> Das Meraner Krankenhaus „Franz Tappeiner“ hat seit 2010 ein eigenes Zentrum für Komplementärmedizin. Dieses europaweite Pilotprojekt wird in Zukunft auch für Gäste zugänglich sein. Eine offizielle Liste aller Komplementärmediziner im Burggrafenamt erhalten Sie unter der Telefonnummer 0473 251 400.



### >> **Christian Thuile,**

*leitet die jüngste medizinische Einrichtung im Burggrafenamt: die Komplementärmedizin im Meraner Krankenhaus. Der 1967 in Bozen geborene Arzt beschäftigt sich besonders mit Kräuterkunde, Akupunktur und begleitender Krebstherapie. Zu hören ist er jeden Dienstag ab 11.00 Uhr auf Südtirol 1, wo er in der Sendung „G'sundes Südtirol“ Gesundheitstipps gibt.*





