

Rückenschmerzen gelten heutzutage längst als „Volkskrankheit Nr. 1“. Nahezu jeder Mensch wird irgendwann im Laufe seines Lebens damit konfrontiert.

Zudem werden Rückenschmerzen bei einem Großteil der Bevölkerung chronisch und treten aktuell auch in zunehmendem Maße bei jüngeren Menschen auf. Ursachen liegen oftmals in unserer Lebensweise: Bewegungsmangel, langes, falsches Sitzen und einseitige Belastungen prägen häufig den Alltag. Ebenfalls von Bedeutung bei der Entstehung von Rückenschmerzen sind Phänomene wie Stress und allgemeine psychische Anspannung (Verspannung).

Verschiedene Möglichkeiten der Eigeninitiative für Ihre Gesundheit werden in interessanten Vorträgen vorgestellt. Mit diesem Wissen kann jeder Besucher sein individuelles Gesundheitsverhalten weiterentwickeln und in die Praxis umsetzen.

### **Genießen Sie das Leben mit einem gesunden schmerzfreien Rücken!**

Datum: 01.10.2005  
Ort: Klingelstr. 14  
Stadthalle Hünfeld  
Öffnungszeiten: 09:30 - 17:00 Uhr  
Eintritt: freier Eintritt!  
Parkplätze: Vor der Stadthalle  
(bis 13:00 kostenpflichtig)  
Kontakt: Silja Meier  
Töpferstr. 24, 36088 Hünfeld  
Tel. 06652 - 2470



# **Tag des Rückens**

**Informationen  
zur Vorbeugung und Behandlung  
von Wirbelsäulenerkrankungen**

**Fachvorträge und Ausstellung**

**1. 10. 2005**

**Stadthalle Hünfeld**