

Gesund in Bayern mit der wohltuenden Kraft des Wassers

Brunnenfrauen in Bad Kissingen stehen Rede und Antwort zu Heilwasser / „Netzwerk Mentale Gesundheit und gesunder Lebensstil in Bad Kissingen“ / Zukunftsorientierte Angebote unter der Marke „Gesundes Bayern“ vereint

MÜNCHEN (BAYERN TOURISMUS Marketing GmbH, 22. März 2017): Eine lichtdurchflutete Halle mit 90 Metern Länge und 2.640 m² Fläche, Säulenreihen, die den Innenraum in drei Längsschiffe teilen und damit an eine Basilika erinnern. Mittendrin mit Wasser gefüllte Becken umgeben von einem goldglänzenden Röhrenwerk aus Phosphorbronze – „Das ist der schönste Arbeitsplatz der Stadt!“, erzählt Anette Sell. Als eine von vier Brunnenfrauen steht sie täglich zwei Mal in der Bad Kissinger Wandelhalle, der größten Trinkkurhalle Europas, und schenkt Heilwasser an die Kurgäste aus.

Bad Kissingen verfügt insgesamt über sieben Heilquellen, von denen vier für Trinkkuren genutzt werden. Allen gemeinsam ist, dass ihr Wasser eine heilende, lindernde und vorbeugende Wirkung entfalten kann. „Welches Wasser für welche Beschwerden getrunken werden sollte, ist jedoch unterschiedlich“, erklärt Sell. So helfen Pandur- und Rakoczybrunnen beispielsweise bei Magen-Darm-Beschwerden, das Wasser des Maxbrunnens bei Erkrankungen der oberen Atemwege und der Nieren, der Luitpoldsprudel dagegen wirkt unter anderem blutbildend und blutdruckregulierend. Gäste, die zum ersten Mal eine Trinkkur machen, sollten sich daher vertrauensvoll an die Brunnendamen vor Ort wenden und sich beraten lassen. Denn nicht nur was, sondern auch wie man trinkt, ist von Bedeutung. „Angewärmtes Wasser ist besonders magenfreundlich und hat eine entgiftende Wirkung, in anderen Fällen kann kaltes Wasser hilfreicher sein. Auch macht es einen Unterschied, ob man langsam oder schnell, in großen oder kleinen Schlucken trinkt.“ Nicht zuletzt ist die Tageszeit entscheidend: Die Mineralien und Spurenelemente des Heilwassers kann der Körper vor dem Frühstück oder Abendessen besonders gut aufnehmen.

Sell empfiehlt ihren Gästen darüber hinaus, beim Trinken durch die Halle zu wandeln und sich ausreichend Zeit zu nehmen: „Beim bewussten und langsamen Gehen und Trinken entspannen Körper und Geist. Die wertvollen Inhaltsstoffe des Heilwassers werden so sehr viel besser verarbeitet.“



Bad Kissingen – Gesundheitsstandort für mentale Gesundheit und gesunden Lebensstil

Die Trinkkur und der damit verbundene Aspekt des „Zeit nehmen“ für die Gesundheit können sich auch positiv auf die mentale Gesundheit und einen gesunden Lebensstil auswirken. Bad Kissingen hat sich jüngst auf die Förderung der seelisch-geistigen Widerstandsfähigkeit und der psychischen Kompetenz, die sich ständig ändernden Anforderungen des Alltags aus eigener Kraft zu bewältigen, fokussiert und bietet damit Antworten auf aktuelle gesellschaftliche Entwicklungen. Denn berufliche und private Belastungen sind für viele Menschen zunehmend allgegenwärtig und führen bei mangelndem Abbau häufig zu Erschöpfung und Krankheit. Um die Neupositionierung Bad Kissingens zum Erfolg zu führen, hat sich ein Expertenforum aus örtlichen Leistungsträgern, der Hotellerie, dem Tourismus und der Gesundheitswirtschaft, der Stadt und Staatsbad GmbH sowie dem Beratungsunternehmen PROJECT M zum „Netzwerk Mentale Gesundheit und Gesunder Lebensstil in Bad Kissingen“ zusammengeschlossen. Darüber hinaus wird Bad Kissingen in seinem Vorhaben durch den Bayerischen Heilbäder-Verband e.V. (BHV) gefördert, der seine Mitglieder unter der Marke „Gesundes Bayern“ darin unterstützt, das eigene Angebot zukunftsfähig und nachfrageorientiert weiterzuentwickeln. So wurde das Kompetenz-Netzwerk von einer Fachjury des BHV als vorbildlich ausgezeichnet und mit einem Coaching bei der Neupositionierung unterstützt.

Gesundes Bayern setzt an vielen Orten auf Heilkraft des Wassers

Unter der Marke „Gesundes Bayern“ finden Interessierte noch weitere Angebote, die sich dem Thema Wasser in Verbindung mit seelischer und körperlicher Gesundheit widmen. So entfaltet sich die wohltuende Kraft des Heilwassers neben der Trinkkur auch beim Wassertreten nach Kneipp oder dem Baden im Thermalwasser. Die Kneipp'schen Wasseranwendungen aktivieren die Selbstheilungskräfte des Körpers. Die nachweislich erfolgreiche und wissenschaftlich bestätigte Wirkungsweise der Kneipp-Therapie beruht dabei auf dem Zusammenspiel der fünf Elemente Wasser, Ernährung, Bewegung, Kräuter und innere Ordnung. Auf diese Weise können klassische Indikationen wie Allergien oder Herz-Kreislaufbeschwerden, aber auch moderne Volkskrankheiten behandelt werden. Menschen mit Schlafstörungen beispielsweise finden dank Kneipps Idee der „inneren Ordnung“ wieder zu gesundem Schlaf. Ein spezielles Präventionsprogramm hierfür bietet der Kneipp-Kurort Füssen.



Die Wirkungskraft von Thermalwasser bei Krankheitsbildern wie Muskelverspannungen, Herz-Kreislauf-Beschwerden und Volkskrankheiten wie Stress und Burnout ist ebenfalls wissenschaftlich nachgewiesen. Beispielsweise entwickelte die Ludwig-Maximilians-Universität München gemeinsam mit der Kurverwaltung Bad Birnbach und der Rottal Terme im Rahmen der laufenden Studie „Aktiv gegen Erschöpfung und Stress – AGES“ ein zweiwöchiges Präventionsprogramm, in dem das ortsgebundene Heilwasser eine tragende Rolle spielt.

Weitere Informationen finden Sie unter www.gesundes-bayern.de.

Über „Gesundes Bayern“

Die Marke „Gesundes Bayern“ ist ein Qualitätssiegel im modernen Gesundheitstourismus. Unter „Gesundes Bayern“ vermarktet der Bayerische Heilbäder-Verband e. V. (BHV) die gesundheitstouristischen Angebote und Aktivitäten der bayerischen Kurorte und Heilbäder für Gäste und Patienten. Dazu werden unter dem Markendach von „Gesundes Bayern“ die medizinischen Kompetenzen der Kurorte und Heilbäder als prädikatisierte und qualitätszertifizierte Destinationen für Gesundheitsurlaub reichweitenstark und zielgruppenorientiert über verschiedene Marketingmaßnahmen kommuniziert.

Im Fokus der Markenkommunikation steht das Gesundheitsportal www.gesundes-bayern.de, das sich an gesundheitsorientierte und gesundheitsbewusste Nutzer richtet und Informationen und Services sowie Gesundheitsangebote beinhaltet. Deutschlandweit einmalig dabei ist der Gesundheitsfinder auf „Gesundes Bayern“, ein interaktives Tool, welches Informationen und Services sowie einen Überblick über Gesundheitsexperten aus den bayerischen Kurorten und Heilbädern bietet.

Der Bayerische Heilbäder-Verband e. V. (www.bayerischer-heilbaeder-verband.de) mit Sitz in Bad Füssing wurde am 1. März 1948 gegründet. Unter dem Dach des Bayerischen Heilbäder-Verbandes sind derzeit 46 Mitgliedsorte und 25 Partnerbetriebe organisiert.

Für weitere Presseinformationen:

Stephanie Scheuermann
Manager Public Relations
BAYERN TOURISMUS Marketing
Tel.: 089/21 23 97 43
scheuermann@bayern.info

Sylvia Freund
Junior Manager Kommunikation
BAYERN TOURISMUS Marketing
Tel.: 089/21 23 97 44
freund@bayern.info

www.gesundes-bayern.de/presse-bhv
<https://www.facebook.com/GesundesBayern>