



Liebe Teammitglieder,  
im zweiten Halbjahr unseres Jubiläumsjahres möchten wir Ihnen unsere Feel Good-Angebote unter dem Motto „Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen“ nahelegen. Aufgrund der hohen Nachfrage werden einige unserer Frühjahrsangebote erneut verfügbar sein, was uns sehr freut. Wir konnten dank der Vorsorgeuntersuchungen viele gesundheitliche Auffälligkeiten frühzeitig erkennen. Nutzen Sie daher unsere Angebote wie die Agedio-Gefäßaltermessung, das Carotis-Screening und die Kochwerkstätten für eine herzgesunde Ernährung.

Wir sind für Sie da – bleiben Sie gesund!

*P.S.: Denken Sie daran, Ihren grünen Smoothie des Gutscheinblocks abzuholen.*

  
**MIRIAM MACK**  
Head of Corporate Health

## DEINE ANSPRECHPARTNER



**SIMONE BOLLIAN**  
Leitung BEM, BGF  
Dipl.- Sportpädagogin, MHBA  
0152 0887 7838  
simone.bollian@europapark.de

**JANNIK GALM**  
Sport- und  
Gesundheitstrainer  
0152 0887 7047  
jannik.galm@europapark.de

## GANZJÄHRIGE ANGEBOTE

### Medizinische Massage

Die Anwendungen sind besonders geeignet bei chronischen Verspannungen oder verkürzter Muskulatur. Ob Sportmassage, Entspannungsmassage für Schulter und Nacken, Fußreflexzonenmassage oder Rückenmassage, du kannst zwischen 30 oder 60 Minuten wählen (€ 30 bzw. € 60).

Die Termine findest du auf unserer Buchungsseite.

### Ärztliche Zweitmeinung

Du brauchst dringend ärztlichen Rat oder Unterstützung? Du weißt nicht, wie es gesundheitlich weitergehen soll und was deine nächsten Schritte sind? Mit dem erfahrenen Internisten und Radiologen Dr. Arnfried Kapp-Schwörer kannst du alle deine Befunde besprechen. Er nimmt sich Zeit, erklärt dir ausführlich die Sachverhalte und Diagnosen und berät dich, welchen nächsten Schritten am sinnvollsten sind.

Die Termine findest du auf unserer Buchungsseite.

### Bwlv – Externe Mitarbeiter-Beratung



Unsere externe Mitarbeiterberatung bietet Dir anonymen Support in Krisensituationen, sei es bei persönlichen oder beruflichen Herausforderungen. Wohnortnah kannst du eine der Beratungsstellen aufsuchen.  
Kontakt 07821 / 923899-11

### Hot Yoga



In Rulantica kannst du bei 40 Grad Raumtemperatur schweißtreibende 90 Minuten lang trainieren. Das Workout optimiert die allgemeine Fitness, reinigt die Haut und verbessert das allgemeine Wohlbefinden. Die Übungen sind auch für Anfänger geeignet.

Termine werden noch bekannt gegeben.

Mit Hansefit kostenfrei.



### Pflegeberatung



Du brauchst Unterstützung bei der Versorgung deiner pflegebedürftigen Angehörigen?

Sascha Schmieder berät zur Pflege von Angehörigen und unterstützt bei der Suche nach Versorgungsmöglichkeiten. Beratungseinsätze nach § 37, SGB IX sind kostenfrei.



Termine nach Vereinbarung unter 07822/ 449 82 45

### Schloss-Apotheke Rust



Alle Mitarbeitenden des Europa-Park Erlebnis Resort erhalten 10 % Rabatt auf alle nicht verschreibungspflichtigen Produkte.

Vorbestellte Medikamente werden am selben Arbeitstag kostenfrei an den Arbeitsplatz geliefert.

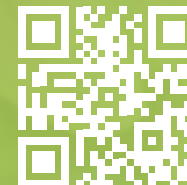
Beratung zu Medikamentenplan, Kindergesundheit, Reiseapotheke, Impfpass-Check, Inhalativa.



### ABEITSMEDIZINISCHER DIENST



**DR. GUNTER WEINREICH**  
Facharzt für Allgemeinmedizin  
Facharzt für Notfallmedizin  
Termine nach Vereinbarung



Unter [www.ep-feelgood.de](http://www.ep-feelgood.de) findest du alle Informationen, Formulare und Angebote zum Gesundheitsmanagement

Hier findest du auch unseren neuen Gesundheitsblogg mit vielen Tipps und Infos



**50**  
**EUROPA PARK**  
ERLEBNIS-RESORT



# GESUND DURCH DEN HERBST

## DAS FEEL GOOD – PROGRAMM VON SEPTEMBER – DEZEMBER

SEPTEMBER 2025

- 4

11

18

25

30
- Aquafitness**

Für Mitarbeitende bieten wir in Kooperation mit Rulantica ein Kraft- und Ausdauerworkout im Wasser an. Donnerstags 07:30 – 08:00 Uhr, Rulantica, surf fjord

**Vitalscreening**

Mit der Bioimpedanz-Körperanalyse erhältst du zuverlässige Aussagen über mögliche gesundheitliche Risiken. Zusätzlich findet eine Blutdruckmessung statt. 08:00 – 16:00 Uhr, Feel good-Gesundheitszentrum

OKTOBER 2025

- Anmeldung für „Mein Freiburg Marathon“**
- Ab sofort ist die Anmeldung geöffnet für den Marathon/Halbmarathon/10 km - Lauf am 12.04.2026. Melde dich schnell an, starte für den Europa-Park und wir erstatten dir deine Startgebühr!
- 1

1
- Vitalscreening**

08:00 – 16:00 Uhr, Feel good-Gesundheitszentrum

**Kochwerkstatt „Herzgesundheit auf dem Teller“**

Genussvolle Küche und Herzgesundheit sind kein Widerspruch! Gemeinsam bereiten wir kreative Rezepte zu, die Genuss und Prävention perfekt verbinden. Mit Nikita Santini 17:00 – 19:00 Uhr, Testküche im Logistikzentrum

In diesem Monat kannst du den Gutschein aus deinem Gutscheineheft bei uns im Gesundheitszentrum einlösen und bekommst einen leckeren grünen Smoothie von Kale & Me.

- 2

7

8
- Agedio-Gefäßaltermessung**

Die agedio® Gefäßaltermessung ist ein innovativer Screening-Service zur Herz-Kreislauf-Risikoerkennung und ermöglicht frühzeitig die Einleitung von gesundheitsfördernden Präventionsmaßnahmen. Die Gefäßaltermessung ist eine Weiterentwicklung der klassischen Blutdruckmessung. Jeweils 08:30 - 12:30 Uhr und 13:30 – 17:00 Uhr

**Rauchfrei-Kurs**

Du möchtest endlich mit dem Rauchen aufhören? 6 Termine; Die Kosten werden z.T. von den Krankenkassen erstattet, 17:00 – 19:00 Uhr, Fachstelle Sucht, Basler Str. 61, Freiburg Anmeldung an fs-freiburg@bw-lv.de

- 16

16

21
- „Herzgesundheit“ Online-Vortrag**

Feel good um 11 – der Mitarbeiter Gesundheits Talk Unser Herz ist ein komplexes Organ – es schlägt bis ins hohe Alter kraftvoll und hält uns am Leben. Gleichzeitig kannst du vom 16. – 21.10 – eine kleine Ausstellung zum Thema im Gesundheitszentrum besuchen 11:00 Uhr, online

**Gripeschutzimpfung**

09:00 – 12:30 Uhr und 14:30 – 18:00 Uhr, Schloss-Apotheke Rust, Karl-Friedrich-Str. 6 Ohne Anmeldung. Bitte Krankenversichertenkarte und Impfausweis mitbringen.

**„Pflege für pflegende Angehörige“ Online-Vortrag**

Von einem Tag auf den anderen ändert sich alles. Plötzlich ist ein Angehöriger pflegebedürftig. Der Pflegeexperte der AOK gibt hilfreiche Tipps und Empfehlungen zum Thema. 13:00 – 14:00 Uhr, online

- 22
- Hautanalyse**

Umfassende Analyse der Haut auf Feuchtigkeit, Fettgehalt, Elastizität und Lichtempfindlichkeit mit Wirkstoffempfehlungen für die Hautpflege. Auch geeignet für Menschen mit erkrankter Haut. Ruth Scheer, Apothekerin und Fachberaterin Dermakosmetik 13:30 – 16:30 Uhr, Feel good-Gesundheitszentrum

- 23
- Kochwerkstatt „Herzgesund essen!“**

Originelle Rezepte gepaart mit lebendiger Wissensvermittlung sind das Markenzeichen von Dr. Stefanie Ackermann. Frische Zutaten, kreative Rezepte und einfache Zubereitung stehen im Mittelpunkt. 16:30 – 18:30 Uhr oder 19:00 – 21:00 Uhr, Testküche im Logistikzentrum

- 23

30
- Gripeschutzimpfung**

09:00 – 12:30 Uhr, 14:30 – 18:00 Uhr Schloss-Apotheke Rust, Karl-Friedrich-Str. 6 Ohne Anmeldung. Bitte Krankenversichertenkarte und Impfausweis mitbringen.

NOVEMBER 2025

- 4–6
- Carotis-Screening mit Blut-Check**

Der Arzt überprüft mittels Sonografie die Halsschlagader (Carotis) auf gefährliche Ablagerungen. Das Screening dient als Vorsorgeaktion für Herz-Kreislaufkrankungen, insbesondere als Schlaganfallprophylaxe. 08:00 – 17:00 Uhr, Feel good-Gesundheitszentrum

- 6

11
- Gripeschutzimpfung**

09:00 – 12:30 Uhr und 14:30 – 18:00 Uhr, Schloss-Apotheke Rust, Karl-Friedrich-Str. 6 Ohne Anmeldung. Bitte Krankenversichertenkarte und Impfausweis mitbringen.

**Kinesiotaping**

Orthopädische Beschwerden können durch Kinesiotapes deutlich gelindert werden. Du lernst die wichtigsten Klebetechniken für typische Beschwerdebilder. 17:00 – 19:30 Uhr, Feel Good-Gesundheitszentrum

**Gripeschutzimpfung**

09:00 – 12:30 Uhr und 14:30 – 18:00 Uhr, Schloss-Apotheke Rust, Karl-Friedrich-Str. 6 Ohne Anmeldung. Bitte Krankenversichertenkarte und Impfausweis mitbringen.

- 17

18
- Kochwerkstatt „Satt und trotzdem gesund“**

Beim Kochen begleitet uns diesmal der Ernährungsexperte Markus Kleehammer mit Gerichten, die nicht nur satt machen, sondern auch voller Geschmack stecken! 17:00 – 19:00 Uhr, Testküche im Logistikzentrum

- 20
- Gripeschutzimpfung**

09:00 – 12:30 Uhr und 14:30 – 18:00 Uhr, Schloss-Apotheke Rust, Karl-Friedrich-Str. 6 Ohne Anmeldung. Bitte Krankenversichertenkarte und Impfausweis mitbringen.

- 25
- Ernährungsberatung Herzgesundheit/ Einzelberatung**

Diese Einzelberatung kannst du buchen um ganz spezielle Fragestellungen zu deiner Ernährung, z.B. bei speziellen Krankheitsbildern, zu stellen. Dafür nimmt sich eine Ernährungsberaterin 30 Minuten Zeit für dich. 09:00 – 17:00 Uhr, Feel good-Gesundheitszentrum

- 27
- Schreibwerkstatt Patientenverfügung/ Vorsorgevollmacht – workshop**

Damit du im Ernstfall abgesichert bist werden die beiden wichtigen Formulare besprochen und teilweise ausgefüllt. Mit Birgit Proske. Die Mappe mit allen Vorlagen kann für ca. € 25 vor Ort erworben werden. 17:00 – 20:00 Uhr, Raum 6, MackAkademie

- 27
- Gripeschutzimpfung**

09:00 – 12:30 Uhr und 14:30 – 18:00 Uhr, Schloss-Apotheke Rust, Karl-Friedrich-Str. 6 Ohne Anmeldung. Bitte Krankenversichertenkarte und Impfausweis mitbringen.

- 29
- Nikolauslauf Lahr**

Zum Jahresabschluss gehen wir beim Nikolauslauf in Lahr-Reichenbach an den Start. Du kannst 5 oder 10 km Laufen oder auf die 5,5 km Walking-Strecke gehen. Wir erstatten deine Startgebühr.

DEZEMBER 2025

- 2

3
- Stoffwechselanalyse**

Die Atemgas-Analyse misst Kohlendioxid- und Sauerstoffgehalt. Daraus kann man Aussagen über den Kohlenhydrat- und Fettstoffwechsel treffen und Ernährungsempfehlungen ableiten. 09:00 – 17:00 Uhr, Feel good-Gesundheitszentrum

JANUAR 2026

- 1–31

1–31

8
- Veganuary**

Probiere einen Monat lang pflanzliche Ernährung aus! Das schont das Klima und fördert deine Gesundheit. Versprochen!

**Dry January**

Verzichte einen Monat lang auf Alkohol und lass dich dabei von uns begleiten.

**40 Tage-Zuckerfrei Challenge – Infoveranstaltung für Neu-Einsteiger**

Du willst endlich auch bei unserer Zuckerfrei-Challenge mitmachen? Dann bekommst du an diesem Abend alle Informationen aus erster Hand. 20:00 Uhr, online

MÄRZ 2026

- 4

5
- Gesundheitstage**

Mitarbeitende und Angehörige können an einem Tag vorbeikommen. Es gibt wieder viele Mess-Stationen und Stände unserer Kooperationspartner. 04.03.2026 10:00 – 18:00 Uhr, Foyer Dome 05.03.2026 08:00 – 16:00 Uhr, Foyer Dome

SAVE THE DATE

Wir danken unseren Kooperationspartnern



ANMELDUNG FÜR ALLE ANGEBOTE