Der Gesundheitskompass für den Landkreis St. Wendel

Ausgabe 2019-2020



DER GESUNDHEITS-KOMPASS

Adressen und Ansprechpartner für Ihre Gesundheit im Landkreis St. Wendel

Gesundheit ist unser höchstes Gut!

Ob im akuten Krankheitsfall oder zur vorbeugenden Prophylaxe oft weiß man nicht, wer einem bei der großen Auswahl von Praxen und Einrichtungen bei Sorgen und Problemen schnell und kompetent helfen kann!

Ob Arzt, Therapeut, Apotheker, Optiker oder sonstiger Unternehmer im Gesundheitsbereich - jeder hat seinen individuellen Schwerpunkt und häufig besondere Leistungsangebote, die wenig allgemein bekannt sind.

In dem vorliegenden Gesundheits-Kompass stellen wir Ihnen ausführlich die relevanten Praxen, öffentlichen Einrichtungen, Anbieter von Kursen und andere Unternehmen im Gesundheitsbereich der Region St. Wendel vor.

Dazu finden Sie Verzeichnisse von allen relevanten Berufen mit den entsprechenden Kontaktdaten.

So können Sie sich durch die vorgestellten Leistungen und Adressen bereits vorab gründlich informieren und dadurch leichter den für Sie passenden Ansprechpartner finden.

Bitte beachten Sie: Natürlich können sich im Laufe eines Jahres und nach dem Druck Änderungen bei den Angaben ergeben. Für aktuelle Informationen sind wir Ihnen dankbar. Für die Richtigkeit und Vollständigkeit der Angaben übernehmen wir keine Haftung.



INFORMATIONEN AUF EINEN BLICK

Ziele und Kontakt

REGION VITAL-ST. WENDEL E.V.

A DOTLIEVENI ALIC DED DECIONI

2 - 3

mit Namen, Adresse und	
Telefonnummer	4 - 9
ÄRZTE IM KREIS ST. WENDE mit Namen, Adresse und Telefon alphabetisch sortiert.	L 10 - 25
THERAPEUTEN-VERZEICHNIS nach Art der Therapie alphabetisc Namen, Adresse und Telefon sorti	h mit
KLINIKEN / KRANKENHÄUSE in der Nähe	ER 43
PFLEGEEINRICHTUNGEN ambulante und stationäre Pflegeo fahrbarer Mittagstisch	lienste 44 - 47
GESUNDE ERNÄHRUNG Ernährungsberater, Bio-Lebensmit Hofläden	ttel, 48 - 53
FITNESS & BEWEGUNG Sportstätten, Wanderwege, Ange	bote 54 - 59



Das WWW der Zukunft -Wohlfühlen - Wohlbefinden - Wohlergehen



Unsere Ziele

Das Ziel des Vereins ist die Bündelung aller Aktivitäten rund um das Thema Gesundheit, um so eine Verbesserung der regionalen Versorgung und Wertschöpfung durch die Entwicklung neuer Aktivitäten und Produkte im Gesundheitsbereich zu ermöglichen.

Der Verein Region Vital St. Wendeler Land e.V.

möchte den Vitalitätsgedanken in die Bevölkerung tragen und damit die Menschen sensibilisieren, sich aktiv und dauerhaft um ihre Gesundheit zu bemühen.

Unternehmen wollen wir mit geeigneten Maßnahmen unterstützen, damit sie ihre qualifizierten Mitarbeiter bei guter Gesundheit lange im Betrieb halten können. Dazu stellen wir unabhängige therapeutische Möglichkeiten und Maßnahmen vor, wie diese Ziele erreicht und umgesetzt werden können.

Hierzu engagieren wir uns im **Gesundheitskompass St. Wendeler Land,** in dem sich Ärzte, Therapeuten und Gesundheitsdienstleister mit ihren Fähigkeiten und Leistungen präsentieren.

Der **Verein Region Vital** möchte auch auf diese Weise die vorhandene gesundheitliche Kompetenz durch ein Netzwerk stärken und bündeln und durch themenorientiertes Marketing den Vitalitätsgedanken fördern.

Für die Bewohner und Gäste des St. Wendeler Landes will der **Verein Region Vital**Plattform sein für Angebote und Nachfragen von Vitalinstrumenten,
Vitalprodukten und Vitalprogrammen aus dem St. Wendeler Land.

Sie haben Fragen? – Kontaktieren Sie uns, wir helfen Ihnen gerne!

Tel.: 0 68 51/903 103 - Fax: 0 68 51/903 319 - E-Mail: info@regionvital.de Werschweilerstraße 40 - 66606 St. Wendel Geschäftsstelle des Vereins: Region Vital St. Wendeler Land e.V. im UTZ bei der Wirtschaftsförderungsgesellschaft St. Wendeler Land mbH



AKTUELLER APOTHEKEN-NOTDIENST

Die Apotheken in der Region sind in dem Notdienstplan der Saarländischen Apotheken im wechselnden Einsatz. Unter http://www.ak-notdienst.de können Sie die jeweiligen Apothekendienste erfahren.

Auch per Telefon lassen sich Bereitschaftsapotheken ermitteln: Nach Anruf der Kurz wahl 22 8 33 von jedem Handy (69 Cent/ Min) oder der kostenlosen Rufnummer 0800 00 22 8 33 aus dem deutschen Festnetz.

Um in Notfällen sicher zu gehen, empfiehlt es sich, die angegebene Apotheke telefonisch zu kontaktieren.

Glocken-Apotheke

Inhaber: Josef Hans Fischer

Bahnhofstr. 17 66606 St. Wendel 06851/9 31 70

Tel.: info@glocken-apotheke-st-wendel.de





DAS WOHLERGEHEN UNSERER KUNDEN STEHT FÜR UNS AN ERSTER STELLE.

DAHER NEHMEN WIR UNS FÜR IHRE FRAGEN, SORGEN UND WÜNSCHE ZEIT UND BERATEN SIE IN ALLEN GESUNDHEITSFRAGEN FREUNDLICH UND KOMPETENT.

IHRE ZUFRIEDENHEIT IST UNSER ZIEL.

Unsere Leistungen für Sie:

- Vielfältiges Angebot an Arzneimitteln für beste Versorgung vorrätig
 Botendienst Medikamentenmanagement
 - Herstellung von individuellen Rezepturen und Teemischungen
 - Anmessen von Kompressionsstrümpfen, auch im Hausbesuch
- Beratung zu alternativen Therapien (wie Homöopathie, Schüssler)
- Blutdruckmessung Blutzuckermessung Verleih von Medela Milchpumpen
- Verleih von Pari Inhalationsgeräten
 Überprüfung und Ergänzung von Hausapotheke und Verbandkästen
 Beratung zu Reisen und Fernreisen inkl. Ihrer persönlichen Impfberatung
 Dermatologische Hautkosmetik
- Schwerpunktberatung für Patienten z. B. mit Diabetes-Erkrankung, Bluthochdruck
 - Entsorgung von Altarzneimitteln
 - Wir prüfen Ihre Medikamente auf Wechselwirkungen und Verträglichkeit

Tel.: 0 68 51 - 80 00 10 · e-mail: info@annenapotheke.com Apotheker: Lars Clüsserath e.Kfm.

St. Annenstr. 10 · 66606 St. Wendel

Mo, Di, Do 8.00 – 19.00 Uhr / Mi, Fr 8.00 – 18.00 Uhr / Sa 8.30 – 12.30 Uhr

APOTHEKEN in St. Wendel

Annen-Apotheke

St. Annenstr. 10 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 80 00 10

Mail: info@annenapotheke.com

Alte Apotheke

Schlossstraße 12 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 23 41

Mail: info@alte-apotheke-st-wendel.de

Apotheke im Globus

Am Wirthembösch 5-9 · 66606 St. Wendel

Telefon: 0 68 51 / 9 37 78 90

Blies-Apotheke

Jahnstraße. 4 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 29 28

Mail: info@bliesapotheke.de

Glocken-Apotheke Inhaber: Josef Hans Fischer

Bahnhofstr. 17 · 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 9 31 70

Tel.: info@glocken-apotheke-st-wendel.de

Linden-Apotheke

Flächenbachstraße 18 · 66606 St. Wendel-Bliesen Tel.: 0 68 54 / 7 69 11

Margarethen-Apotheke

Kuseler Straße. 31

66606 St. Wendel-Niederkirchen

Telefon: 0 68 56 / 7 80

Mail: info@margarethenapotheke.de

Neue Apotheke

St.-Annenstraße 12 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 8 02 39 35

Mail: info@neue-apotheke-st-wendel.de

Wendalinus-Apotheke

Bahnhofstr. 24 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 24 84

Mail: info@wendalinus-apotheke.de

Spiemont-Apotheke

Oberlinxweilerstraße. 27

66606 St. Wendel-Niederlinxweiler

Tel.: 06856 / 7 80

APOTHEKEN in Namborn

Allerburg Apotheke

Katharina Scheffler

Allerburg 16 · 66640 Namborn-Eisweiler

Tel.: 06857 / 9002979

Glocken-Apotheke Maike Schwan Hauptstr. 8 · 66640 Namborn

Tel.: 06854 / 8996

APOTHEKEN in Nohfelden

See Apotheke am Bostalsee

Nahestraße $55 \cdot 66625$ Nohfelden

Tel.: 06852 / 7707

APOTHEKEN in Oberthal

Brühl-Apotheke

Thomas Jung e.Kfm. Im Brühl · 66649 Oberthal Telefon: 06854 / 802415

Marien-Apotheke

Poststr. 26 · 66649 Oberthal Telefon: 06854 / 60 08

APOTHEKEN in Tholey

Äskulap-Apotheke

Theeltalstr. 10 a · 66636 Tholey-Hasborn-Dautweiler

Tel.: 0 68 53 / 71 70

Berg-Apotheke Heike Distler

Primstalstr. 20 a \cdot 66636 Tholey - Theley

Tel.: 0 68 53 / 3 02 Hirsch-Apotheke

Metzer Str. 10 · 66636 Tholey

Tel.: 0 68 53 / 2 03

Theel-Apotheke Birgit Mörsdorf Leitzweilerstr. 2 · 66636 Tholey - Theley

Tel.: 0 68 53 / 50 29 50



AKTUELLER APOTHEKEN-NOTDIENST

Die Apotheken in der Region sind in dem Notdienstplan der Saarländischen Apotheken im wechselnden Einsatz. Unter http://www.ak-notdienst.de können Sie die jeweiligen Apothekendienste erfahren.



Der Allgemeinmediziner ist im Krankheitsfall in der Regel die erste Anlaufstelle. Er kennt die Krankheitsgeschichte und die Lebensumstände seines Patienten als Hausarzt am besten und kann so mit ihm zusammen entscheiden, ob zur weiteren Behandlung ein Facharzt hinzugezogen werden sollte.

Fachärzte sind Spezialisten in ihrem jeweiligen Gebiet und können so dem Problem und dessen Ursache genauer auf den Grund gehen. Die meisten Mediziner bieten neben der eigentlichen Behandlung auch Zusatzleistungen an, die der Prävention dienen, die aber von den gesetzlichen Krankenkassen nicht immer bezahlt werden.

Lassen Sie sich vorher über Inhalt und Kosten dieser sogenannten IGeL-Leistungen (=Individuelle Gesundheits-Leistung) informieren und erklären, welche für Sie persönlich sinnvoll sind.

ALLGEMEINMEDIZINER (PRAKTISCHER ARZT/ÄRZTIN) in St. Wendel

Herr Dr. med. Jürgen Birkenbach

Wendalinusstr. 32 \cdot 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51/8 51 51

Frau Katja Burgheim

Mommstraße 47 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 28 15

Frau Dr. med. Dagmar Caspary

Mommstraße 47 \cdot 66606St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 28 15

Frau Dr. med. Claudia Jobst

Alter Woog 5 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51/25 83

Herr Peter Hackhofer

Bahnhofstraße 24 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 60 59

Frau Dr. med. Almut Hardin-Fabian

Beethovenstraße 2 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 8 78 76

Herr Dr. med. Günter Meyer

Gymnasialstraße 27· 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 50 04

Herr Dr. med. Wolfgang Müller

Goethestraße 5 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 26 10



Herr Klaus Rabung

St. Annenstraße 10 a · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51/97 49 00

Herr Eduard Singer

Friedhofstraße 6 \cdot 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 54 / 81 21

Herr Dr. med. Axel Thiel

Oberlinxweilerstr. 16 · 66606 St. Wendel-

Niederlinxweiler Tel.: 0 68 51/50 84

Herr Dr. med. Harald Thömmes

Lebacher Straße 2. 66606St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 30 53

Facharzt für Allgemeinmedizin, Chirotherapie Dr. med. Axel Thiel



Tel.: 06851/5084

Oberlinxweilerstraße 16, 66606 St. Wendel-Niederlinxweiler

Öffnungs-/Sprechzeiten

Mo, Di, Do 08:30-12:00 / Mo + Do 15:00-17:00 / Di 16:00-18:00 / Mi 08:30-11:30 / Fr 08:30-13:00 Uhr

ALLGEMEINMEDIZINER

in Freisen-Oberkirchen

Herr Klaus-Peter Dausend

Talbrückstr. 8 \cdot 66629 Freisen-Oberkirchen

Tel.: 0 68 55 / 2 24

Herr Joachim Hock

Talbrückstr. 8 · 66629 Freisen-Oberkirchen

Tel.: 0 68 55 / 2 24

Herr Dr. med. Stefan Feidt

Rosenstraße $4 \cdot 66629$ Freisen-Oberkirchen

Tel.: 0 68 55 / 63 18

Allgemeinmedizin und Akupunktur

Frau Dr. med. Vanessa Portugall

Rosenstraße 4 · 66629 Freisen-Oberkirchen

Tel.: 0 68 55 / 63 18

Frau Dr. med. Martina Lenthe

Rosenstraße 4 · 66629 Freisen-Oberkirchen

Tel.: 0 68 55 / 63 18

in Namborn

Herr Tilo Brendel

St. Wendeler Str. 99 · 66640 Namborn

Tel.: 0 68 51/30 38

Frau Renate Lorenz

Teichstraße 4 · 66640 Namborn

Tel.: 0 68 54/85 90

Herr Dr. med. Joachim Lorenz

Teichstraße 4 · 66640 Namborn

Tel.: 0 68 54/85 90

in Oberthal

Frau Angela Smilek-Beckers

Im Brühl 2 · 66649 Oberthal Tel · 0 68 54 / 80 33 22



© Fotolia Karin & Uwe Annas

Fachärztin für Allgemeinmedizin,

Physikalische und Rehabilitative Medizin

Dr. med. Claudia Jobst

Meine Leistungen

Hausärztliche Versorgung Dazu gehören auch:
Beratung bei komplizierten medizinischen Therapien
Entscheidungshilfe vor Operationen · Nachbetreuung
nach Operationen und Krankenhausaufenthalten
Überprüfung der Wechselwirkung von Medikamenten
Verordnung von Reha-Maßnahmen
Betreuung im Pflegeheim

Psychosomatische Grundversorgung Palliativ-medizinische Grundversorgung

Blutuntersuchungen · Urinuntersuchungen Ruhe-EKG · Langzeitblutdruckmessung Lungenfunktionstest · Ultraschalluntersuchung des Bauchraums · geriatrische Basisdiagnostik Demenztest

Vorsorgeuntersuchungen

ab 35 Jahren alle 2 Jahre: Gesundheitscheck alle 2 Jahre: Hautkrebs-Screening ab 45 Jahren jährlich: Krebsvorsorge bei Männern 12 -14 Jahre: Jugendvorsorgesuntersuchung Überprüfung des Impfschutz und Durchführung der erforderlichen Impfungen



Tel.: 0 68 51 / 25 83 · praxis.jobst@gmx.de

Alter Woog 5, 66606 St. Wendel

Sprechzeiter

Mo - Fr 08:30 - 11:30 / Mo + Do 16:00-18:00 / Di 15:00-16:00 / Fr 15:00 - 17:00 Uhr und nach Vereinbarung

INNERE MEDIZIN in St. Wendel

Frau Dr. med. Annette Braun

St. Annenstraße 10 a, 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 97 49 00

Frau Dr. med. Birgit Erlacher

Kirchstraße 15, 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 54 / 2 48

Herr Dr. med. Stefan Janoschek

St. Annenstraße 5, 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 28 90

Herr Dr. med. Michael Jordan

St. Annenstraße 10 a, 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 97 49 00

Herr Dr. med. Markus Mennicke Frau Melanie Mennicke

Wilhelmstraße 20, 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 22 00

Herr Dr. med. Günter Meyer

Gymnasialstraße 27· 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 50 04

Herr Dr. med. Stefan Michaely

Kuseler Straße 9, 66606 St. Wendel-

Niederkirchen

Tel.: 0 68 56 / 6 95

Herr Dr. med. Peter Rauber

St. Annenstraße 10 a, 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 97 49 00

Herr Frederik Schumann Frau Mouliya Schumann

Am Schlossplatz 2, 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 7 07 00

Frau Astrid Stein-Hellmann

St. Annenstraße 10 a, 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 97 49 00

Herr Henning Troitzsch

Kirchstraße 15, 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 54 / 2 48

in der Region

Herr Dr. med. Martin Hans

Allerburg 24, 66640 Namborn

Tel.: 0 68 57 / 9 21 68 90

Herr Dr. med. Sören Rietz Herr Dr. med. Thorsten Lenthe

Rosenstr. 4, 66629 Freisen-Oberkirchen

Tel.: 0 68 55 / 63 18

Frau Dr. med. Margit Hasler-Hepp Herr Dr. med. Wolfgang Hasler

Rathausplatz 8, 66636 Tholey

Tel.: 0 68 53 / 43 30

Herr Hans-Werner Donie

Leitzweilerstraße 9, 66636 Tholey-Theley

Tel.: 0 68 53 / 20 18

Herr Dr. med. Heinrich Habig

Primstalstraße 20 a, 66636 Tholey-Theley

Tel.: 0 68 53 / 9 11 70

HAUT- UND GESCHLECHTS-KRANKHEITEN

Frau MU Dr. (Univ. Brno) Iva Horakova

St. Annenstraße 10 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 83 97 50

Frau Dr. med. Doris Meissner

Im Brühl 2 · 66649 Oberthal

Tel.: 0 68 54 / 80 33 22

Herr Dr. med. Ralph Salzmann

St. Annenstraße 10 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 83 97 50

Herr Roland Thewes

Bahnhofstraße 24 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 8 24 80

Frau Dr. medic. Livia Ona

Jahnstraße 4, 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51/93 95 13



Fotolia Kidi

HÖRGERÄTE-AKUSTIKER

Amplifon Hörgeräte

Brühlstraße 19 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 8 02 37 27

Kind Hörgeräte

St. Annenstraße 18 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 64 65

Hörgeräte Otto Hörgeräteakustiker, St. Annenstraße 12 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 86 95 10

HALS-NASEN-OHREN-HEILKUNDE (HNO)

Herr Dr. med. Sergio Crescenti

Am Bosenberg 15 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 1 45 90

Frau Dr. med. Corinna Kessler

St. Annenstraße 12 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 21 22

Herr Dr. med. Eduard Schmid

St. Annenstraße 10 a· 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 41 74

Herr Daniel Wiebelt

Hals-Nasen-Ohrenheilkunde (HNO) Tholeyer Straße 3 a, 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 93 75 00

UROLOGEN

Herr Priv.-Doz. Dr. med. Ralph E. Eckert, Dr. med. Ulrich Schreier, Alexander Wagner

St. Annenstr. 10 a · 66606 St. Wendel Tel · 0 68 51 / 912910

Herr Ali Hosseini

Am Hammerberg 3, 66620 Nonnweiler

Tel.: 0 68 73 / 9 10 90

🔊 Fotolia suryafineart



ORTHOPÄDEN

Herr Dr. Daniel Bastian

Parkstraße 23 · 66606 St. Wendel Tel · 0 68 51 / 9 39 84 60

Herr Dr. med. Günter Beige

Wilhelmstraße 20, 66606 St. Wendel Tel.: 0 68 51/22 00 (Privatpraxis)

Herr Dr. med. Markus Lenhart

St. Annenstraße 12 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 50 88

Herr Frank Mistelski

Herr Dr. med. Syad Massalme Herr Dr. med. Dominik Trappen

Herr Dr. med. Markus Endres Tholever Straße 3 b · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 80 00 00

Herr Dr. med. Jörg Recktenwald

Gymnasialstraße 16 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 8 02 84 46

Herr Dr. med. Walter Riefer

Bahnhofstraße 16 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 8 50 05

Herr Kunibert Saupe

Wendalinusstr. 5-7 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 9 77 70 00

Herr Dr. med. Karlheinz Wagner

Parkstraße 23, 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 4071

FRAUENHEILKUNDE UND GEBURTSHILFE

Frauenheilkunde, ist die Lehre von der Entstehung, Erkennung, Behandlung und Verhütung der Erkrankungen des weiblichen Sexual- und Fortpflanzungstraktes der nicht schwangeren Frau.

im Gegensatz zu ihrem Teilgebiet, der Geburtshilfe, die sich mit der Überwachung von Schwangerschaften sowie der Vorbereitung, Durchführung und Nachbehandlung von Geburten sowie eventuell notwendiger Operationen im Zusammenhang damit befasst.

Ebenfalls gehört dazu die Tätigkeit von Hebammen und Entbindungspflegern. Sie ist ein Teilgebiet der Frauenheilkunde.

Frau Dr. med. Uta Irene Irmingard Fischer Frau Lidia Heil

Jahnstraße 4 \cdot 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 8 44 88 Herr Gerd Freyler

Bahnhofstraße 16 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 8 51 88

Herr Dr. med. Bernhard Kohl

Wendalinusstraße 20 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 30 11

Herr Dr. med. Gunter Petry

Wendalinusstraße 5-7 \cdot 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 84 08 60

Frau Alexandra Rettig-Becker Frau Dr. med. Saskia Ost-Zeyer

Wendalinusstraße 8 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 66 65

Frau Dr. med. Barbara Saar-Grün Herr Dr. med. Michael Saar

Am Schloßplatz 12 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 7 03 03

Frau Dr. med. Marita Jericho Frau Dr. med. Petra Haag

Gartenstraße 5, 66636 Tholey-Hasborn

Tel.: 0 68 53 / 30 01 10

Herr Olivier Hagenbourger

Hermann-Hörmann-Platz 1, 66629 Freisen

Tel.: 0 68 55 / 70 07

GESUNDHEITSAMT DES LANDKREISES ST. WENDEL

Unsere Angebote:

Das Gesundheitsamt bietet Bürgerinnen und Bürgern des Landkreises ein breites Spektrum an Beratungs- und Hilfsangeboten und beteiligt sich aktiv an Gesundheitsförderung und Prävention.

Dazu zählen unter anderem Unterstützungsangebote für psychisch kranke oder in anderer Hinsicht besonders hilfsbedürftige Menschen, Frühe Hilfen, um allen Kindern von Anfang an ein gesundes und gewaltfreies Aufwachsen zu ermöglichen.



Ferner reisemedizinische Beratungen, Gelbfieberimpfungen, Beratung und Testung zu HIV und anderen sexuell übertragbaren Infektionen, Schwangerschaftskonfliktberatung, die Unterstützung von Selbsthilfegruppen, Schuleingangsuntersuchungen, zahnärztliche Untersuchungen von Schulkindern, schulpsychologische Beratungen.

Zudem auch die Verhütung und Bekämpfung von Infektionskrankheiten, die hygienische Überwachung medizinischer Einrichtungen, des Trinkwassers, von Schwimmbädern, Badegewässern, Pflegeheimen und Gemeinschaftseinrichtungen sowie die Durchführung von Belehrungen nach dem Infektionsschutzgesetz.

Fragen Sie bei uns an. Wir helfen gerne weiter!

Tel.: (0 68 51) 801-53 01 · Fax: (0 68 51) 801-53 90

E-Mail: Gesundheitsamt@lkwnd.deWerschweilerstraße 40 · 66606 St. Wendel

HEBAMMEN

Die Hebamme unterstützt die gebärende Frau bei der Verarbeitung der Wehen und muss erkennen, wenn der Geburtsverlauf pathologisch wird und ggf. entscheiden können, ob ein medizinisches Eingreifen nötig wird. Die Pflege und Überwachung im gesamten Wochenbett von Wöchnerin und Kind umfassen die Beratung und Hilfe zur angemessenen Pflege und Ernährung des Neugeborenen sowie Hilfe beim Stillen/Stillberatung, Behandlung von Stillproblemen.



Hebammengemeinschaft Leben

Marienstraße 3 · 66606 St. Wendel Tel.: 06851 - 8024955

Hebammenpraxis St. Wendel

Wendalinsstraße 20 · 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 82813

Frau Bettina Jochum-Weiß

Lauberbergstraße 11, 66606 St. Wendel

Telefon: 06856 8255

Frau Ellen Keller

Werkstraße 5, 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 6823

Christin Rehbein Hebamme

Kettelerstraße 11 · 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 - 59 36 48 mobil: 0178 - 536 70 02

Hebamme Kerstin Wagner

Zum Hüttenberg 4, 66629 Freisen mobil: 0178 5880798

Hebammenpraxis Storchennest am Schaumberg

Herchenberg 6, 66636 Tholey mobil: 0160 1516152

Frau Katja Jütte-Lantuejoul

Feckersbach 8, 66625 Nohfelden

Tel.: 06852 / 7191

Dagmar Aatz Hebammenpraxis Lebensklang

Hermann-Hörmann-Platz 1 · 66629 Freisen

mobil: 0163-8040873

KINDER- UND JUGENDÄRZTE

Herr Dr. med. Ralph Bollbach Frau Simone Scheffler Frau Stefanie Kölling

St. Annenstraße 18 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 8 23 32

Frau Susanne Bützler Frau Dr. med. Martina Naumann Frau Dr. med. Claudia Salzmann Herr Dr. med. Reimund Evers Frau Dr. med. Catrin Saupe

Beethovenstr. $4 \cdot 66606$ St. Wendel

Tel.: 06851 / 2280

Frau Dr. medic. ped. (R) Judith Gerber

Bahnhofstraße 4 · 66629 Freisen

Tel.: 0 68 55/16 60



ZAHNMEDIZIN/ KIEFERNORTHOPÄDIE

Herr Dr. med. Markus Ames

Winterbacher Str. 10 \cdot 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 30 30

Herr Dr. med. Patrick Bach

Flächenbachstraße 18 66606 St. Wendel-Bliesen

Tel.: 0 68 54 / 60 88

Frau Dr. med. Maria Banek-Himpler Am Schloßplatz 4 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 40 94

Oralpraxis Dr. med. Caroline Becker Parodontologie / Implantologie / Oralchirurgie

Tholeyer Straße 3 b · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51-8 06 04 01

Herr Dr. med. dent. Jochen Beckmann

Schillerstraße 8 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 25 89

Herr Dr. med. Mohammad Berakdar

Kapellenweg 6 \cdot 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 8 02 42 77

Herr Bodo Bleymehl

Balduinstraße 38 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 40 94



Fotolia pressmaste

Frau Dr. med. Jeannine Bonaventura St. Annenstraße 12 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 8 48 70

Herr Alexander Dreit

Wendalinusstraße 16 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 76 07

Frau Dr. med. Katinka Heckmann

Neumarktstraße 8 \cdot 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 79 99

Herr Dr. med. Rainer Hess

Mia-Münster-Straße 3 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 66 76

Herr Dr. med. Rainer Heße

Brühlstraße 23 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 24 63

Herr Dr. med. Peter Himpler

Am Schloßplatz 4 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 40 94



Seien Sie anspruchsvoll! Ihre Spezialisten für

Digitale Implantologie · Parodontosebehandlung Zahnfleischaufbau · Weisheitszahnentfernung Kiefergelenks- und Gesichtsschmerzen · 3D-Röntgen (DVT)

Praxis Becker · Tholeyer Straße 3b · 66606 St. Wendel Tel. 06851 – 8060401 · www.becker-oralchirurgie.de

ZAHNMEDIZIN/ KIEFERNORTHOPÄDIE

Herr Dr. med. Dirk Hörr, Frau Silke Hörr

Oberlinxweilerstr. 19

66606 St. Wendel-Niederlinxweiler

Tel.: 0 68 51 / 8 54 91

Herr Dr. med. Dr. med. Matthias und Frau Dr. med. Eva Krammig Welvertstraße 2 · 66606 St. Wendel

Tel: 0.68 51 / 80 86 66

Frau Dr. med. Nicole Lahn

Tholeyer Straße 3 b · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 8 08 29 32

Frau Katrin Michaelis

Bahnhofstraße 10 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 8 36 28

Herr Dr. med. dent. Martin Preiß

Wilhelmstraße 3 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 25 01



Herr Dr. med. Frank Recktenwald

St. Annenstraße 12 \cdot 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 8 48 70

Herr Dr. med. Norbert Schäfer

Kuseler Straße 31 · 66606 St. Wendel-Niederkirchen · Tel.: 0 68 56 / 85 00

Herr Kai Sommer

Goethestraße 3 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 26 83

Frau Natalie Heib

Mozartstraße 19, 66636 Tholey-Theley

Tel.: 0 68 53 / 37 70

Herr Alexander Lorenz

Frau Dr. med. dent. Annette Lorenz

Im Brühl 1, 66649 Oberthal Tel.: 0 68 54 / 80 39 30

Frau Dr. Agnes Thiel

Zahnmedizin (Zahnarzt) Bahnhofstraße 30, 66629 Freisen

Tel: 0.68 55 / 3.76

Herr Dr. med. dent. Detlef Wehner

Trierer Straße 46, 66636 Tholey

Tel.: 0 68 53 / 5 02 07 70

Zahnärztlicher Notfalldienst

aktuelle Einteilung der saarländischen Zahnärzte unter: **www.zahnaerzte-saarland.de/ startseite/notdienst** als pdf. Nur bei dringenden Fälle und nach vorheriger telefonischer Vereinbarung mit der angegebenen Praxis!

AUGENÄRZTE

Herr Mark Bakal

Brühlstraße 20 · 66606 St. Wendel Tel.: 0 68 51 / 8 13 14

Augenärztliche Gemeinschaftspraxis Doerthe Fromberg Dr. med. Iris Fromberg Dr. med. Carmen Fromberg Frau Dr. med. Leonie Troeber

Jahnstraße 4 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 8 02 70

Bahnhofstraße 50G · 66629 Freisen

Tel.: 0 68 55 / 9 97 52 80

Herr Dr. med. Gunter Fromberg

Beethovenstraße 4 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 30 03

Herr Dr. med. Dieter Zeyer

Bahnhofstraße 9 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 22 62



OPTIKER

aktivoptik

Am Wirthembösch 5 · 66606 St. Wendel Tel : 0 68 51 / 86 77 33

Augenoptik John

Beethovenstraße $4 \cdot 66606$ St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 8 19 99

Das verrückte Brillenhaus

Bahnhofstraße · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 8 02 92 00

Optikland die Brille

Schloßstraße 10 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 8 56 60

Optik Centrum

Jahnstraße 4 · 66606 St. Wendel Tel · 0 68 51 / 9 37 82 22

Optik John

Brühlstraße 2 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 47 41

Optik Leinenbach GmbH

Schloßstraße 1 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 34 21

Seh-Lounge Vera Trapp Optik

Brühlstraße 15 · 66606 St. Wendel

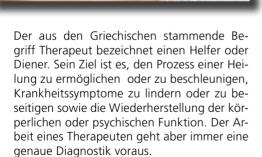
Tel.: 0 68 51 / 52 33

Klaus Bernd Weiler

Balduinstraße 68 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 27 49

THERAPEUTEN



So vielfältig die Art der Erkrankungen sein können, so unterschiedlich sind die Spezialisierungen der einzelnen Therapiepraxen und ihre Konzepte.

Ob Physio- oder Psychotherapie, ob Logopädie oder Ergotherapie, Homöopathie oder Altentherapie, lassen Sie sich von Ihrem Arzt beraten welche Therapieform Ihnen helfen wird und/oder informieren Sie sich über die angebotenen Leistungen der Praxen auf deren Webseiten oder hier im Gesundheitskompass.



Praxis für Physiotherapie Judith Hoffmann Physiotherapeutin und Heilprakterin für Physiotherapie







Unser Therapieangebot:

Manuelle Therapie, Krankengymnastik, Kieferbehandlungen/CMD, Manuelle Lymphdrainage, KG nach PNF, KG nach Bobath, Sportphysiotherapie, Craniosacrale Therapie uvm. Hausbesuche auf Anfrage Zulassung für alle Kassen einfache Terminvereinbarung per Telefon

Tel.: 0 68 51 / 9 39 97 79

Werschweilerstraße 40, Im UTZ · 3.Stock · 66606 St. Wendel

Öffnungs-/Sprechzeiten

Mo - Do 08:00 - 19:00 Uhr, Fr 08:00 - 16:00 Uhr

PHYSIOTHERAPIE

Praxis für Physiotherapie Herr Michael Abel

Frühlingstraße 26 · 66625 Nohfelden-Gonnesweiler Tel.: 06852 / 79 01

Herr Michael Alles, Physiotherapie

In der Zennwies · 66629 Freisen

Tel.: 06855 / 99 67 98

Frau Carmen Alsfasser Physiotherapie Am Kniebrecher 27 : 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 1281

Gemeinschaftspraxis Physiotherapie Frau Anstatt

Balduinstraße 86 \cdot 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 1309299

Praxis für Physiotherapie Assheuer

Hauptstr. 89 · 66620 Nonnweiler-Primstal

Tel.: 06875 / 91 08 63

Klangmassage Praxis Claudia Bard

Pater Selzerstr. 14 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 829 80

Frau Andrea Bonnaire, Physiotherapie

St. Annenstr. 6 · 66606 Tel.: 06851 / 85951

Praxis für Physiotherapie Frau Bernadette Born

Carl-Cetto-Straße 3-5 · 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 907676

Praxis für Physiotherapie Mathias Buchheit

Wendalinusstraße 3 · 66606 St. Wendel Tel · 06851 / 6099

Physio Fit Frau Annette Buck

Nahetalstraße 47 · 66852 Nohfelden-Gonnesweiler Tel.: 06852 / 5 10 90 09

Fachärzte für Allgemeinmedizin Herrn Klaus-Peter Dausend

Talbrückstr. 8 · 66629 Oberkirchen Tel.: 0 68 55 / 224 od 78 56

Praxis für Physiotherapie Herr Karl-Ludwig Dennhoff

St. Annenstr. 18 · 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 8025188

Saarbrücker Str. 47 · 66625 Nohfelden-Türkismühle · Tel.: 06852 / 8 21 87

Praxis für Physiotherapie Herr Hans-Josef Fleck

Hauptstraße 45 · 66620 Nonnweiler-Primstal · Tel : 06875 / 5 44

Praxis für Physiotherapie Herr Henrik Flock

Bahnhofstraße 47 · 66620 Nonnweiler-Otzenhausen · Tel.: 06873 / 71 90

Praxis für Physiotherapie Frau Angelika Fries

St. Annenstraße 9 \cdot 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 4918

PHYSIOTHERAPIE

Praxis für ganzheitliche Physiotherapie Frau Ute Frigo

Jahnstraße 4 · 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 9 98 18 96

Dipl. Psychotherapeutin Frau Pia Fuhrmann

Bahnhofstraße 17 · 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 9396382

Gesundheitszentrum Reha Fit Schaumberg GmbH

Am Panoramabad · 66636 Tholey

Tel.: 0 68 53 / 91 350

Praxis für Physiotherapie Rudi Herrmann

Kuseler Straße 9 · 66606 St. Wendel-Niederkirchen · Tel.: 06856 / 81 08

Praxis für Physiotherapie Frau Judith Hoffmann

Werschweilerstr. 40 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 802 49 99

E-Mail: judith-hoffmann@t-online.de

Praxis für Physiotherapie Frau Diana Juhlke

Birkenweg 13 · 66620 Nonnweiler-Primstal Tel.: 06875 / 12 06 und 66636 Tholey

Tel.: 06853 / 40 08 37

Krankengymnastikpraxis Thomas + Corinna Kirsch

Laubenstr. 3 · 66606 St. Wendel-Hoof

Tel.: 06856 / 86 80

Praxis für Physiotherapie Herr Christoph Kuhl

Bosbachstraße 21 · 66625 Nohfelden

Tel.: 06852 / 90 21 76

Krankengymnastik und Physiotherapie Frau Marika Lauterbach

Zum Augenborn 17 · 66606 St. Wendel-Bliesen, Tel.: 06854 / 80 34 67

Praxis für Physiotherapie Herr Nicolas Lezaud

Wilhelmstraße 20 · 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 90 78 50

Praxis für Physiotherapie Frau Kristina Lorenz

Tritschler Straße 11 · 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 8 02 49 99

Praxis für Physiotherapie Herr Heiko Mayländer

Bahnhofstr. 10 - 14 · 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 8024631

Ambulantes Rehazentrum Nederlof

In der Au 7 · 66606 St. Wendel-Bliesen

Tel.: 06854 / 60 66

Praxis für Physiotherapie Peiffer

Brühlstraße 20 · 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 8029017

PHYSIOTHERAPIE

Praxis für Physiotherapie - Lebenshilfe St. Wendel

St. Floriansweg 3 · 66606 St. Wendel Tel · 06851 / 9301 - 250

Praxis für Physiotherapie Frau Jenny Platte

Saarbrücker Str. 26 · 66625 Nohfelden-Türkismühle 06852 / 80 95 10

Massage- und Krankengymnastik Herr Hans-Peter Reichardt

Gymnasialstraße 16 · 66606 St. Wendel Tel.: 06851 / 85000

Praxis für Physiotherapie Frau Nadja Roth

Tholeyer Straße · 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 9999900

Praxis für Physiotherapie Herr Sascha Sattler

Beethovenstraße 10 \cdot 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 9915156

Praxis für Physiotherapie Herr Thomas Sauer

Jakobstr. 9 · 66625 Nohfelden-Wolfersweiler Tel.: 06852 / 99 11 21

Praxis für Physiotherapie Ralf u. Gerit Scheer

Hauptstraße 96 · 66649 Oberthal

Tel.: 06854 / 12 12

Rehaktiv Praxis für Physiotherapie Herr Ralph Schneider

Welvertstraße 7 · 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 4231

Praxis für Physiotherapie Herr Markus Schu

Jugendherbergstraße 2 · 66636 Tholey

Tel.: 06853 / 9 22 77 00

Praxis für Physiotherapie Frau Beate Thiel

Am Hirschberg · 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 907203

Praxis für Physiotherapie van Rossum

Auf Alland 7 · 66636 Tholey-Hasborn-Dautweiler Tel.: 06853 / 96 05 39

Praxis für Physiotherapie Frau Monika Weyrich

St. Annenstraße 9 · 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 4918

© Fotolia survafinear



PSYCHOTHERAPIE

Der Begriff Psychotherapie bedeutet wörtlich übersetzt zweierlei. Zum einen meint er die Behandlung der Seele bzw. seelischer Probleme. Zum anderen ist damit eine Behandlung mit "seelischen" Mitteln gemeint, im Gegensatz zu beispielsweise medikamentöser Behandlung.

Das Psychotherapeutengesetz definiert Psychotherapie als "Tätigkeit zur Feststellung, Heilung oder Linderung von Störungen mit Krankheitswert, bei denen Psychotherapie indiziert ist". Beispiele für "Störungen mit Krankheitswert" sind Angststörungen oder Depressionen.

Bei anderen psychischen Problemen - z. B. Sinnkrisen, Beziehungs- oder Erziehungsproblemen etc. - liegen in diesem Sinn keine Störungen mit Krankheitswert vor. Die Beratungs- und Therapieangebote für diese Probleme gelten laut Gesetz daher nicht als Psychotherapie, auch wenn häufig inhaltlich und methodisch Übereinstimmungen bestehen.

Sie sollten als erstes ein kostenloses Kontaktgespräch vereinbaren. In der Regel übernehmen Krankenkassen nach Absprache die Kosten.





PSYCHOTHERAPEUTEN / NEUROLOGEN

Dipl. Psychotherapeutin Birgit Baltes

Bahnhofstraße 29 · 66606 St. Wendel Tel · 06851 / 9378323

Dipl. Psychotherapeut Herr Hermann-Josef Baur

St. Annenstraße 18 · 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 3095

Dipl. Psychotherapeut Herr Jörg Collet

Wendalinusstraße 8 \cdot 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 808416

Facharzt für Psychiatrie & Psychotherapie Herr Dr. med. Uwe Leismann

Urweiler Straße 6 a · 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 4744

Dipl. Psychotherapeutin Frau Ursula Mathias

Kapellenweg 23 · 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 6543

Dipl. Psychotherapeut Herr Roland Mitzel

Max-Müller-Str. 14 · 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 1722

Dipl. Psychotherapeutin Frau Dunja Richter

Werschweilerstr. 40 · 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 903399

Fachärztin für Psychiatrie & Psychotherapie Frau Dr. med. Susanne Stuppi

St. Annenstraße 120 \cdot 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 830706

Arzt, Neurologe, Facharzt für Psychiatrie & Psychotherapie Herr Hannes Wachter

St. Annenstraße 10 \cdot 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 830706

Dipl. Psychotherapeut Herr Theo Wagner

St. Annenstraße 30 · 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 3017

Frau Elke Welsch · Psychotherapie (HP)

Werschweilerstr. 40 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0177 - 5202402

PRAXIS ELKE WELSCH LOGOPÄDIE & PSYCHOTHERAPIE (HP) IM UTZ LOGOPÄDIE

Therapie aller Sprach-, Sprech-, und Stimmstörungen bei Kindern und Erwachsenen.

Umfassendes Leistungsangebot & professionelle Hilfe mit langjähriger Berufserfahrung. Hausbesuche möglich, alle Krankenkassen





COACHING PSYCHOTHERAPIE (HP)

(nach dem Heilpraktikergesetz)

Therapie/Coaching von psychosomatischen, psychischen und emotionalen Dysbalancen, z.B. bei akuten Krisen, Ängsten, Depression, Panikattacken, Burnout, Unverträglichkeiten...

ELKE WELSCH

Staatlich geprüfte Logopädin/ Heilpraktikerin für Psychotherapie/ Legasthenietherapeutin

Praxis für Logopädie & Psychotherapie Elke Welsch
Tel.: 06851 1307333 oder 0157 58186893 · E-Mail: info@praxis-elke-welsch.de

im UTZ · Werschweilerstr. 40 · 66606 St. Wendel

Termine nach Vereinbarung · weitere Infos: www.praxis-elke-welsch.de

LOGOPÄDIE

Logopäden untersuchen und behandeln Menschen mit Sprach-, Sprech-, Stimm- und Schluckstörungen, die sowohl organisch als auch funktionell bedingt sein können. Ihre Patienten sind zum Beispiel Säuglinge mit Ess- und Trinkschwierigkeiten, Kleinkinder mit Problemen bei Spracherwerb und Aussprache sowie Kinder mit Lese-Rechtschreib-Schwierigkeiten. Sie behandeln stotternde Patienten oder Menschen, die infolge von Hirnverletzungen oder neurologischen Erkrankungen das Sprechen neu erlernen müssen.



LOGOPÄDEN IM KREIS ST. WENDEL

Alles Logo

An den 2 Kreuzen 11, 66606 St. Wendel Tel : 06851 / 1304742

Frau Margit Eckert · Logopädie

Am Kniebrecher 19 · 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 8 18 83

Logopädie Birgit Kreuz-Ludwig

Marienstraße 6, 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 8023913

Praxis für Logopädie Norbert Mayer

St. Annenstr. 15 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 90 70 47

Praxis für Logopädie Norbert Mayer

Hauptstr. 56 · 66649 Oberthal Tel.: 0 68 54 / 909 74 18

Praxis für Logopädie Herr Ulrich Schneider / Frau Yvonne Cornet

Wendalinusstraße 30, 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 3044

Praxis für Logopädie

In der Au 7, 66606 St. Wendel Tel.: 06854 / 9092889

Logopädie im Ostertal

Kuseler Str. 10, 66606 St. Wendel

Tel.: 06856 / 8075030

LOGOPÄDEN IN DER REGION

Lautstark Praxis für Logopädie & Lerntherapie

Mariahütterstr. $1 \cdot 66620$ Otzenhausen

Tel.: 0 68 73 / 99 22 88 - 0

Logopädische Praxis Diana Kunz

Eiweilerstr. 20 \cdot 66625 Nohfelden OT

Bosen-Eckelhausen Tel.: 06852 / 802168

Logopädische Privatpraxis Florence Mottier-Klein

Kapellenweg 29, 66606 St. Wendel

Tel.: 0179 1439057

Frau Sissi Schrader, Logopädie

Dörrwies 26, 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 806449

Frau Elke Welsch · Logopädie

Werschweilerstr. 40 \cdot 66606 St. Wendel

Tel.: 0177 - 5202402

Praxis für Logopädie Bernd Wirth

Triererstraße 52, 66636 Tholey

Tel.: 06853 / 9223464

Der Gesundheitskompass ist ein Produkt, das von uns erdacht* wurde, um den Bürgern in der Region das Leben leichter zu machen.

*Idee, Konzeption, Entwicklung, Gestaltung, Produktion und Verteilung

Für Unternehmen, öffentliche Einrichtungen, Kommunen, Verbände und Vereine entwickeln wir zielgerichtete individuelle Werbemaßnahmen*

*Marketingberatung, klassische Printwerbung und Onlineauftritte.



Heinz W. Kuhn · Dipl. Kommunikationsdesigner · Werbefachmann

Mobil: 0170 5526952 · Mail: info@kuhn-werbung.de · www.kuhn-werbung.de Biermannsstraße 17 · 66606 St. Wendel + Sonnenberg 46 · 29854 Kuddewörde

PODOLOGIE - MEDIZINISCHE FUSSPFLEGE

Podologie ist die präventive, therapeutische und rehabilitative Behandlung am gesunden, wie auch von Schädigungen bedrohten oder bereits geschädigtem Fuß.

Podologen sind befähigt, Patienten mit Risikofaktoren wie Diabetes mellitus, Gefäßerkrankungen, Nervenschäden, Pilzinfektionen, Ulze-rationen, verletzungsbedingten Fußläsionen und Deformitäten zu behandeln.

Sie arbeiten interdisziplinär mit Ärzten zusammen und behandeln auf deren Verordnung Patienten mit Fußproblemen. Darüber hinaus sind sie auch Ansprechpartner für Menschen, die eine professionelle medizinische Fußpflege wünschen

Wichtige Kriterien sind die Einhaltung der zahlreichen Hygienevorschriften, d.h. korrekte Reinigung, Desinfektion und Sterilisation der Instrumente zum Schutz des Patienten ebenso wie die Erfüllung der von den Krankenkassen geforderten Zulassungsbedingungen. Ziel der podologischen Behandlung ist die Erhaltung, Verbesserung und Wiederherstellung der normalen Funktion von Haut und Nägeln an den Füßen.

Der gesetzlich geschützte Medizinal-Fachberuf erfordert eine zweijährige Ausbildung an einer staatlich anerkannten Fachschule und berechtigt nach bestandener Abschlussprüfung zum Führen des Titels "Podologe /-in".



Medizinische Fußpflege, Podologische Praxis Jochen Welker

staatl. geprüfter Podologe, exam. Krankenpfleger

Mein Leistungsangebot

Behandlung von Hühneraugen, Verhornungen, Nagelmißbildungen, eingewachsenen Nägeln, Nagelpilz, Nagelverdickungen, Warzen, diabetischen Füßen, Anfertigung von Druckentlastungen, Nagelspangenbehandlung, nagelprothetische Maßnahmen.

Hausbesuche auf Anfrage





Tel.: 0 68 51 / 90 76 73 · podologie.welker@gmx.de

Zum Spiemont 10, 66606 St. Wendel-Niederlinxweiler
Termine nach telefonischer Absprache

PODOLOGEN / MEDIZINISCHE FUSSPFLEGE

Frau Tanja Engel, Medizinische Fußpflege Josefstr. 15 · 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 32 88

Frau Monika Götz-Engel, Med. Fußpflege Wellwiesstr. 22 · 66606 St. Wendel- Winterbach

Tel.: 06851 / 8 02 48 81

Podologische-Praxis Herr Ewald Lindner

Luisenstr. 17 · 66606 St. Wendel Tel.: 06851 / 1 30 92 09

Frau Ursula Paulus, Med. Fußpflege Bahnhofstr. 11 · 66606 Sankt Wendel-Niederlinxweiler

Tel.: 06851 / 70344

Frau Doris Tschepe - Med. Fußpflege Feldstr. 9 : 66606 St. Wendel

Tel.: 06854 / 9089424

Podologie Diego Trapani

St. Annenstr. 10a · 66606 Sankt Wendel

Tel.: 06851 8025190



Frau Sonja Schmitt, Med. Fußpflege Zum Augenborn 19 · 66606 Sankt Wendel

Tel.: 06854 / 76910

Diana Uhl und Silvio Uhl, Med. Fußpflege Josef-Bruch-Str. 15 · 66606 Sankt Wendel

Niederlinxweiler Tel.: 06851 / 83780

Frau Cornelia Savia Volz Podologin St. Annenstr. 66 · 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 93 79 46

Podologische Praxis Herr Jochen Welker

Zum Spiemont 10 · 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 907673

ORTHOPÄDISCHE SCHUHTECHNIK

Fussorthopädie Stutz

Brühlstrasse 23 · 66606 St. Wendel. Telefon: +49 (0) 68 51 - 35 39.

Herges Johann GmbH Orthopädische Schuhtechnik

Bahnhofstraße 11 · 66606 St. Wendel

Telefon: 06851 703 44

Felix Knapp GmbH

Tholeyer Str. 56a · 66606 St. Wendel Tel. +49 (6851) 91 29 00

ERGOTHERAPIE - BEWEGUNG HILFT

Die Ergotherapie behandelt Patienten jeden Alters mit physischen oder psychischen Behinderungen oder Einschränkungen. Hierzu gehören auch Störungen der Motorik, Sensorik und Wahrnehmung.

Die Behandlung kann in der Praxis, sowie als Hausbesuch im häuslichen Umfeld oder anderen Einrichtungen stattfinden.

Ziel der Ergotherapie liegt darin, in den Bereichen der Selbstversorgung, Produktivität und

Freizeit eine größtmögliche Selbstständigkeit wieder zu erlangen.

Durch Umweltanpassung, Beratung und aktive Behandlungsmethoden, bei der der Patient unter Anleitung überwiegend selbst handelt, soll die Handlungsfähigkeit im Alltag, die gesellschaftliche Teilhabe und die Lebensqualität verbessert werden.

ERGO

LENA NEUMANN & CHRISTINA SCHÄFER PRAXISGEMEINSCHAFT FÜR ERGOTHERAPIE

Unsere Leistungen

Ergotherapeutische Befundaufnahme und Anamnese Aufmerksamkeits- und Konzentrationstraining · Fein- und Graphomotoriktraining · Training für Lese-Rechtschreibschwäche, Rechenschwäche, Legasthenie und Dyskalkulie Integrative Validation bei Demenz · Basale Stimulation · Hirnleistungstraining · Alltagstraining · Wohnumfeldund Arbeitsplatzgestaltung

Hilfsmittelberatung und -training - Spiegeltherapie · Handtherapie · Behandlung nach ergo-therapeutischen Konzepten (Bobath, Affolter, Perfetti) · Triggerpunktbehandlung · Taping · visuell und auditives Wahrnehmungstraining · Hausbesuche



Tel.: 0 68 51-9 12 36 36 · Mobil: 01 71-11 97 368 · info@ergo-vita-wnd.de

www.ergo-vita-wnd.de \cdot Zum Rondell 2 \cdot 66606 St. Wendel

FRGOTHERAPEUTEN IN UNSERER REGION

Herr Udo Alles Ergotherapeut

August-Balthasar-Str. 8 · 66606 St. Wendel Tel: 0.68 51 / 55 67

Baron u. Theobalt Praxisgemeinschaft für Ergotherapie

St. Wendeler Straße 9 · 66636 Tholey Tel.: 06853 - 30 05 50

Frau Barbara Eiden-Kreutz **Ergotherapeutin**

Am Hirschberg · 66606 St. Wendel Tel: 0.68 51 / 59 21 40

Frau Anke Geßner Ergotherapeutin Gartenstraße 5 · 66636 Tholey-Hasborn-

Dautweiler · Telefon: 06853 / 89 26 68



Herr Thomas Giebel Ergotherapeut

St. Annenstraße 7 · 66606 St. Wendel Tel: 0.68 51 / 8.02 90 01

Herr Marco Krämer Ergotherapie

St. Floriansweg 3 · 66606 St. Wendel Tel.: 0 68 51 / 93 79 02

MediClin Bosenberg Kliniken Fachabteilung, Ergotherapie

Am Bosenberg · 66606 St. Wendel

Tel: 06851 / 14-0

Frau Dorothea Michel Praxis für Ergotherapie

Poststraße 11 · 66649 Oberthal Tel: 0.68 54 / 80 35 83

Emba Sabine Schmitz-Morsch und Volker Morsch Praxis für Ergotherapie

Mombergstr. 61 · 66649 Oberthal Tel. 06854/709970

Ergo Vita Praxis für Ergotherapie Lena Neumann & Christina Schäfer

7um Rondell 2 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51-9 12 36 36 Mobil: 01 71-11 97 368 E-Mail: info@ergo-vita-wnd.de

Frank Schmidt Ergotherapeut

Thiergarten 22 · 66625 Nohfelden

Tel.: 06852 - 9 23 83

NATURHEILVERFAHREN

Das Hauptaufgabengebiet des Heilpraktiker liegt in der Therapie körperlicher und seelischer Leiden. Dabei verfolgst er einen ganzheitlichen Ansatz. Heilpraktiker betrachten Körper und Seele als Gesamtsystem. Krankheiten und Leiden entstehen durch eine Störung dieses Gesamtsystems.

Um diese Störung zu lokalisieren und zu beheben, erarbeitet er auf Grundlage einer gründlichen Anamnese. Bei dieser wird der Pati-

ent nach seinen Beschwerden, Symptomen, möglichen Vorerkrankungen aber auch den Lebens-umständen befragt. Zur Erstuntersuchung können auch Abhören, Abklopfen oder Blutuntersuchungen gehören. Danach erfolgt die Diagnose und die für den Patienten passende Therapie.

Im Gegensatz zur Schulmedizin werden ausschließlich alternative Heilkundeverfahren eingesetzt.

HEILPRAKTIKER, NATURHEILKUNDE

Klangmassage Praxis Claudia Bard

Pater Selzerstr. 14 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 829 80

Frau Iris Bier Heilpraktiker Parkstraße 9 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 8 51 05

Frau Anja Cullmann-Bill

Zum Pfarrfeld 7 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 8 02 90 82

Herr Frank Engel Heilpraktiker Josefstraße 15 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 32 88

Praxis für ganzheitliche Physiotherapie Frau Ute Frigo

Jahnstraße 4 · 66606 St. Wendel

Tel.: 06851 / 9 98 18 96

Lernstudio & Joga Karin Gottschling

Jahnstraße 4 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0151-42872756

Herr Siegfried Hoffmann Heilpraktiker Kölner Allee 41: 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 73 59

Herr Manfred von Kannen Heilpraktiker Anna-Engel-Str. 27 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 8 12 85

HEILPRAKTIKER, NATURHEILKUNDE

Frau Barbara Klos · Heilpraktikerin Rebhuhnweg 6 · 66606 St. Wendel-Niederkirchen · Tel.: 0 68 56 / 89 20 77 www.hp-klos.de

Frau Kristina Lorenz-Braun

Tritschlerstraße 11 · 66606 St. Wendel Tel.: 0 68 51 / 8 02 49 99

Frau Brigitte Scherer Heilpraktiker Saarstraße 14 · 66606 St. Wendel Tel.: 0 68 51 / 8 00 78 15

Frau Christel Therre Heilpraktiker Wingertstr. 7 · 66606 St. Wendel Tel.: 0 68 51 / 55 55

Frau Petra Therre Heilpraktiker Wingertstr. 7 · 66606 St. Wendel Tel.: 0 68 51 / 86 98 64





KRANKENHÄUSER UND KLINIKEN IN DER REGION

Marienkrankenhaus St. Wendel

Am Hirschberg 1a · 66606 St. Wendel Tel.: 06851 / 59 - 01

E-Mail: info. wnd@ marienhaus. de www mkh-wnd de

Medizinische Fachabteilungen:

- Innere Medizin
- Neurologie mit zertifizierter Stroke Unit
- Chirurgie
 - Allgemein-und Viszeralchirurgie
 - Unfallchirurgie
- Gynäkologie und Geburtshilfe
- Anästhesie, Schmerztherapie und Intensivmedizin
- Psychiatrie und Psychotherapie
- Akutgeriatrie / Frührehabilitation
- Palliativmedizin
- · Weaning-Einheit

MEDICLIN Bosenberg Kliniken

Am Bosenberg 15 \cdot 66606 St. Wendel Tel.: 0 68 51 / 14-0

www.bosenberg-kliniken.de

Reha-Klinik für die Bereiche:

- Neurologie
- Hals- Nasen- Ohrenheilkunde
- Innere Medizin

Zentren:

- Zertifiziertes Brustzentrum
- Zentrum für Altersmedizin
- Lokales Traumazentrum
- Hernienzentrum

Partner:

- Ergotherapeutische Praxis
- Hebammengemeinschaft
- Hospiz Emmaus
- Physiotherapiepraxis
- Radiologische Gemeinschaftspraxis
- Onkologische Praxis
- Kassenärztliche Bereitschaftsdienstpraxis



PFLEGE UND BETREUUNG



Wenn ein Mensch aus Alters- oder Krankheitsgründen nicht mehr in der Lage ist, seinen normalen Alltag allein zu bewältigen, stehen der Betroffene und Angehörige oft vor einer schwierigen Entscheidung. Es gilt mit Hilfe des Arztes zu klären, in welcher Art und in welchem Umfang Hilfestellungen erforderlich sind.

Kann der Patient noch viele Dinge selbständig erledigen und so in seinem gewohnten Umfeld bleiben, reicht oft eine ambulante Unterstützung aus. Dies kann zum Beispiel eine Hilfe bei der täglichen Körperpflege oder die Lieferung von warmen Mahlzeiten sein. Auch für pflegende Angehörige kann dies eine Entlastung bieten Kommt der Patient oder der ältere Mensch nicht mehr ohne umfangreiche Betreuung zurecht, steht die Unterbringung in einem Pflegeoder Seniorenheim an

PFLEGE ZUHAUSE

Pflegebedürftigkeit kann jeden von uns jederzeit treffen. Durch einen Unfall oder eine schwere Krankheit kann man von einem Tag auf den anderen pflegebedürftig werden.

Mit ambulanter Pflege, auch "häusliche Pflege" genannt, erhalten pflegebedürftige Menschen medizinische, pflegerische und hauswirtschaftliche Versorgung im häuslichen Umfeld.

Ohne die vielfältigen Leistungen von ambulanter Pflege wäre es für viele pflegebedürftige Menschen kaum denkbar, zu Hause in ihrer vertrauten Umgebung zu leben. Manchmal ist häusliche Pflege vorübergehend notwendig, bis man wieder gesund wird.

Ambulante Pflegedienste kommen bei Bedarf mehrmals in der Woche oder mehrmals täglich ins Haus und entlasten den Betroffenen sowie seine Angehörigen.

AMBULANTE PFLEGEDIENSTE

Herr Armin Junker

Im Brühl 23 · 66620 Nonnweiler

Tel.: 0 68 73 / 61 56

Frau Renate Scholl

Zur Langheck 15 · 66636 Tholey-Überroth

Tel.: 0 68 88 / 86 61

Sandra Scholler

Zweigstelle Niederlinxweiler Zur Heckwies 26 · 66606 St.Wendel

Tel.: 0 68 51 / 93 77 19

AWO-Sozialstation

Julius-Bettingen-Str. 5 \cdot 66606 St.Wendel

Tel.: 0 68 51 / 93 53 16

Caritas Pflegedienst Schaumberg

St. Annenstraße 43 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 93 97 90

Cura Vita

Ambulanter Krankenpflegedienst

St. Floriansweg 10 · 66640 Namborn

Tel.: 0 68 54 / 92 69 30

Hospital Daheim Ambulante Pflege

Marienstraße 13 · 66606 St.Wendel

Tel.: 0 68 51 / 8 90 81 24

Frau Marga Sticher

Saarbrücker Straße 36 · 66625 Nohfelden

Tel.: 0 68 52 / 15 63

Pflegedienst Nahetal

Ingeborg Tigmann

Söterner Straße 15 · 66625 Nohfelden

Tel.: (0 68 52 / 71 71

Privatpflege Bick

Winterbacherstr. 67 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 8 16 38

STATIONÄRE PELEGEHEIME

Altenhilfezentrum Stiftung Hospital St. Wendel

Alter Woog 1 · 66606 St. Wendel Tel: 0.68 51 / 89 08-130

Altenhilfezentrum "St. Remigius" Freisen

Burgstaße 32 · 66629 Freisen Tel: 0 68 55 / 92 04-0

Altenhilfezentrum "St. Laurentius" Namborn

Auf der Acht 9 · 66640 Namborn Tel: 06 85 7 / 69 98-68

Alten- und Pflegeheim "Haus Bostalsee"

Bosbachstraße 21a · 66625 Nohfelden Tel: 0.68 52 / 90 21-0

Alten- und Pflegeheim "Haus St. Hubertus"

Ringwallstraße 40 · 66620 Nonnweiler Tel : 0.68 73 / 325

Arbeiterwohlfahrt Residenz "Zur Alten Mühle"

Am Kirmesplatz 12-14 · 66646 Marpingen Tel.: 0 68 53 / 902-0

cts Caritas-Seniorenzentrum ...Haus am See"

7ur Altenheimstätte · 66625 Nohfelden Tel.: 0 68 52 / 908-0

cts Caritas Seniorenhaus Hasborn

Im Wohnpark 2 · 66636 Tholey

Tel: 0.68 53 / 9.79 46-0

Senioren Pflege- und Therapiezentrum "Haus Petersberg" GmbH

In der Mess 32 · 66620 Nonnweiler

Tel : 0.68.73 / 9007-0

Seniorenheim St. Stephanus Eugeria

Rosenstraße 4 · 66649 Oberthal

Tel: 0.68 53 / 9016-92

Seniorenheim Tholey

Jahnstraße 2a · 66636 Tholev Tel: 0.68 53 / 50095 oder 50096

Seniorenpark IIItal GmbH

Knoppstraße 11 · 66646 Marpingen

Tel: 0.68 27 / 90 29 90

Seniorenzentrum Im Ostertal GmbH

Frohnhofer Str. 9 +11 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 58 / 90 00-0

Alten- und Pflegeheim Haus Petersberg

In der Mess 32 · 66620 Nonnweiler-Kastel

Tel.: 0 68 73 / 90 07-0



ESSEN AUF RÄDERN

Viele Mitbürger können aus unterschiedlichen Gründen das Mittagessen nicht mehr selbst zubereiten. Deshalb bieten verschiedene Wohlfahrtsorganisationen sowie Alten- und Pflegeheime den fahrbaren Mittagstisch an.

Auf Wunsch wird täglich eine komplette warme Mahlzeit oder einmal wöchentlich (für 7 Tage) Gefrierkost ins Haus angeliefert. Je nach dem gesundheitlichen Befinden gibt es Normaloder Schonkost.

Deutsches Rotes Kreuz, Kreisverband St. Wendel

Essener Straße 14 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 9 39 68-0

Mediclin à la Carte GmbH,

Betriebsstätte St. Wendel Am Bosenberg · 66606 St. Wendel

Tel.: 0151 / 22 59 29 67

Menümobil, Fahrbarer Mittagstisch, Stiftung Hospital St. Wendel

Alter Woog 1 · 66606 St. Wendel Tel.: 0 68 51/89 08-142

Seniorenheim St. Stephanus

Rosenstraße 4 · 66649 Oberthal

Tel.: 0 68 54 / 90 16-0

Alten- und Pflegeheim "Haus am Bostalsee"

Bosbachstraße 21a \cdot 66625 Nohfelden

Tel.: 0 68 52 / 9021-0

OFFENER MITTAGSTISCH

Ein offener Mittagstisch wird in einigen stationären Alten-und Pflegeeinrichtungen für Senioren aus der Nähe angeboten.

Alten- und Pflegeheim "Haus am Bostalsee"

Bosbachstraße 21a · 66625 Nohfelden-Bosen · Tel.: (0 68 52 / 90 21-0

Seniorenheim St. Stephanus

Rosenstraße 4 · 66649 Oberthal Tel.: 0 68 54 / 90 16-920

cts Caritas-Seniorenzentrum "Haus am See"

Zur Altenheimstätte · 66625 Nohfelden

Tel.: 0 68 52 / 908-0

Seniorenheim Tholey

Jahnstraße 2a · 66636 Tholey Tel.: 0 68 53 / 5 00 95 oder 5 00 96

Altenhilfezentrum Stiftung Hospital St. Wendel

AlterWoog 1 · 66606 St. Wendel Tel.: 0 68 51 / 89 08-130

Altenhilfezentrum "St. Remigius" Freisen

Burgstaße 32 · 66629 Freisen

Tel.: 0 68 55 / 92 04-0

DIE RICHTIGE ERNÄHRUNG - DIE BESTE VORSORGE

Wer kennt das nicht: Eine Diät jagt die nächste – doch von langfristigem Erfolg keine Spur. Geht das Gewicht nicht runter, wird einfach weniger gegessen. Doch wer während einer Diät zu wenig isst, schadet sich doppelt.

Ein erfolgreiches Abnehmkonzept muss langfristig angelegt sein, die Muskeln schonen, genügend Nährstoffe liefern und es muss satt machen. Nur wer beim Abnehmen keinen Hunger verspürt, ist in der Lage durchzuhalten.

Wichtig ist abwechslungsreiche Kost mit drei Mahlzeiten am Tag. Viel frisches Obst und Gemüse, Eiweißlieferanten und gute pflanzliche Fette gehören dazu. Täglich sollten mindestens drei Portionen Gemüse und bis zu zwei Portionen Obst verzehrt werden, so ist Ihr Körper mit allen wichtigen Nährstoffen versorgt.

Kohlenhydrate wie Zucker und Stärke (in Getreide und Süsswaren enthalten) sollten gerade bei Übergewicht vermieden werden.

Auch bei chronischen Erkrankungen wie Diabetes, Rheuma, Allergien, Multiple Sklerose, aber auch Krebs kann man mit gezielter Ernährung Verbesserungen des Gesundheitszustandes erzielen.

ERNÄHRUNGSBERATUNG

Annelie Eichhorn, Ernährungsberatung Frohnhofer Str. 24B · 66606 St. Wendel Tel : 0 68 58 / 6 98 00 34

Margret Möckel, Ernährungsberatung Hungerthalstr. 6 · 66606 St. Wendel Tel · 0 68 54 / 80 28 96

Alexander Müller, Ernährungsberatung Rötelkaul 5 · 66640 Namborn

Silke Hess, Ernährungsberater Am Schlaufenglan 61 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 8 10 66

Tel.: 0 68 57 / 92 13 40

Personal Fitness Saar Claudia-Nona

Wentz, Ernährungsberatung Gewerbepark Bliesen 1a · 66606 St. Wendel Tel : 0176 55133299

Andrea Reischmann Ernährungsberatung In den Baumgärten 17, 66606 St. Wendel Tel: 0 68 51 / 84 05 35

Ann Christine Hippchen,

AC-Vital Studio, Ernährungsberatung Tulpenweg 8 · 66640 Namborn/Baltersweiler · Tel.: 0 68 51 / 9 12 76 27

Eugen Theobald, Ernährungsberatung Auf der Rothweid 14 · 66606 St. Wendel Tel.: 0 68 51 / 83 05 40







Abnehmen auf dauerhafte und vor allem gesunde Weise

Wir zeigen Ihnen, wie Sie Ihre Ernährung schrittweise optimieren und mit der richtigen Lebensmittelkombination gesund abnehmen und dabei nicht auf Geschmack oder Genuss verzichten müssen.

Die "Vitale Ernährung" verhilft Ihnen ohne Diät, ohne Punkte oder Kalorien zählen und ohne Hungern zu einem neuen gesünderen Bewusstsein und einer vitalen Lebenseinstellung, denn unser Mehrwert liegt im Nährwert! Individuelle Einzelberatung mit optionalen Folgeberatungen - Ernährungsananlyse, Istzustandsaufnahme, Aufzeigen einer optimalen Nährstoffzufuhr....

Erfolgsprogramme mit Anleitung und Ernährungsplänen, sowie dazugehörigem Kochbuch als Printausgabe

Die Onlinebealeitung für Mitglieder im so genannten Vitalbereich bietet unter anderem einen Leitfaden, der Sie Schritt für Schritt durch Ihre Ernährungsumstellung führt, eine Rezeptdatenbank. Monats-, Detox- und Ausgleichspläne, Empfehlungen für sinnvolle Ergänzungen Ihrer Ernährung, sowie umfangreiche Infos zu Ernähruna. Beweauna und Entspannung und Tipps zu einer präventiven Gesundheitsvorsorge.

Die Vitale Ernährung in St. Wendel

Vitalstudio Anne Hippchen Tulpenweg 8 66640 Namborn-Baltersweiler 0176 / 85603745 06851 / 9127627 info@ac-vital.de · www.ac-vital.de Termine nach Vereinbarung



GESUND BLEIBEN MIT BIO SPEISEÖLEN, NATURKOST & NATURKOSMETIK AUS DER OBERTHALER ÖLMÜHLE



UNSERE SPEISEÖLE IN HÖCHSTER QUALITÄT MIT BESTEM GESCHMACK

Natürliche Öle in erlesener Bio-Qualität sind unsere Leidenschaft, weshalb wir eine eigene Ölmühle betreiben. Dadurch stellen wir sicher, hochqualitative Speiseöle mit bestem Geschmack zu schaffen. Unsere Bio-Öle unterstützen Ihre Gesundheit und verfeinern jedes Essen - von Salaten über Gemüse bis hin zu Fisch- und Fleischgerichten. Bei uns finden Sie neben Speiseölen auch Gewürzöle sowie feinste Ölspezialitäten.

Zu unserem Angebot zählt Sesamöl ebenso wie Olivenöl, Rapsöl und Walnussöl. Darüber hinaus entdecken Sie in unserem Shop auch Kürbiskernöl und Arganöl sowie kaltgepresstes Leinöl mit Omega-3-Fettsäuren, welches wir täglich frisch für Sie im Omega-Safe® Verfahren produzieren.

Als Ergänzung für die bewusste Ernährung sind native Speiseöle in der Küche unabdingbar und liefern wichtige Nährstoffe für den Körper.





Tel.: 0 68 54 / 9 08 30 · Bruno Zimmer e.k. Oberthaler Ölmühle

Gewerbegebiet Wallfeld 6 · 66649 Oberthal

F-Mail: service@brunozimmer.de

Öffnungszeiten Mühlenladen: Mo - Fr 8.00 - 12.00 Uhr und 14.00 - 18.00 Uhr, Sa 9.00 - 12.00 Uhr

Lust auf...

...knackfrische und gesunde Lebensmittel?



...ein gemütliches Hof-Restaurant?

...regionale Spezialitäten?

...schmackhafte Hausmannskost?



...kleine und große Wanderwege?

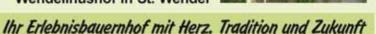
...saisonale Blumenvielfalt?

...transparente Tierhaltung?



...dann auf zum

Wendelinushof in St. Wendel









Saisonale Öffnungszeiten - siehe unter www.wendelinushof.de

WZB gGmbH - Wendelinushof - 66606 St. Wendel - Telefon 06851 939870

GESUNDE LEBENSMITTEL GIBT ES IN DEN HOFLÄDEN RUND UM ST WENDEI

Keimbacher Hof · Beck und Sartorius

66606 St. Wendel - Oberlinxweiler

Tel.: 0171 / 2 63 59 48

Langenfelder Hof · Sigmar König

66606 St. Wendel - Remmesweiler

Tel.: 0 68 51 / 62 82

Wendelinushof (Hofladen, Gärtnerei, Restaurant, Biergarten)

L 307 > Niederkirchen · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 9 39 870 www.wendelinushof.de

Mühlenladen / Ölmühle Oberthal Brung Zimmer

Gewerbegebiet Wallfeld 6 \cdot 66649 Oberthal

Tel.: 0 68 54 / 9 08 30

http://www.brunozimmer.de

Martinshof Gerhard Kempf

In der Brombach 6

66606 St. Wendel-Osterbrücken

Tel.: 0 68 56 / 90 06-0 http://www.martinshof.de

Burenziegenzucht in St. Wendel-Bubach Bernd und Heike Müller

Martherstr. 18 · 66606 St. Wendel-Bu-

bach Tel.: 0 68 56 / 402



Bauernladen Stephan

Güdesweiler Str. 12 · 66649 Oberthal - Steinberg · Tel.: 0 68 52 / 9 22 57

Buchwaldhof Olaf Schlosser

Buchwaldstr. 11 · 66646 Marpingen - Urexweiler · Tel.: 0 68 27 / 30 24 20

Schafskäserei Quackenmühle Florian Rolshausen

Friedhofstraße 9 · 66629 Freisen Tel.: 0 68 55 / 8 21 40 13

Johannishof - Hofkäserei Maritta und Christian Gansen

Johannishof 1 · 66640 Namborn-Fursch-

weiler · Tel.: 0 68 57 / 10 17

Schneider's Bioladen

Tholeyer Str. 26 · 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 9 12 52 20

Mühlenladen Gerhard Betz GmbH

Dörrwies 27 \cdot 66606 St. Wendel

Tel.: 0 68 51 / 22 21

BEWEGUNG HÄLT GESUND

Generell gilt, Bewegung stärkt die Gesundheit und hält jung. Deshalb sollten Sie die vielen Möglichkeiten in unserer Region nutzen und wandern, radfahren oder sich im Sportverein körperlich fithalten. Neben den von der Stadt, der VHS und den Vereinen angebotenen Kursen und Aktivitäten, bieten auch zahlreiche Unternehmen, Fitnesscenter und Praxen, Fitness- und Entspannungsprogramme an.

Übrigens lange war es eine Vermutung. Jetzt ist es wissenschaftlich belegt: Wandern ist gesund. Das ist ein Ergebnis der vom Deutschen Wanderverband (DWV) initiierten und vom Institut für Leistungsdiagnostik und Gesundheitsförderung e.V. der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg durch geführten Studie zum Gesundheitswandern.

Untersucht wurden die Entwicklung der körperlichen Leistungsfähigkeit sowie das Wohlbefinden von Personen, die sieben Wochen regelmäßig an so genannten Gesundheitswanderungen teilnahmen. Diese Gruppe verbesserte im Untersuchungszeitraum nicht nur die Ausdauerfähigkeit, sondern auch Koordination, Blutdruck und köperbezogene Daten wurden positiv durch das Wandern beeinflusst. Der Body Mass Index (BMI), der die Relation des Körpergewichts eines Menschen zu seiner Körpergröße angibt und das Körpergewicht nahmen signifikant ab.



© Fotolia drubig-Foto

FIT DURCH BEWEGUNG

Wanderverein St. Wendel • Rudi Backes Ostertalstraße 51 • 66606 St. Wendel

Heimat-und Wanderverein Remmesweiler Lothar Haben · Steinbergstraße · 66606 St. Wendel · Tel.: 0 68 51 / 43 55

Schützenverein 1929 und Wanderverein Niederlinxweiler e. V.

Horst Schmelzer · Mühlenweg 20 · 66606 St. Wendel · Tel.: 0 68 51 / 65 80

Kneipp-Verein St. Wendel e.V.

Tholeyer Straße 52 · 66606 St. Wendel Telefon: (0 68 51) - 7 09 33 Email: kneippvereinwnd@web.de Internet: http://www.kneippverein.de

Attraktive Wanderwege und gut ausgeschilderte Radstrecken bieten ideale Bedingungen in unserer Region um sich sportlich zu betätigen und Eit zu halten. Daneben finden Sie in der Kreisstadt St. Wendel moderne Schwimmbäder sowie weitere Sportanlagen und Plätze, die allen Altersstufen und Aktivitäten gerecht werden.



z R Wandern

Durchwandern Sie urige Wälder und verwunschene Schluchten oder besuchen Sie spirituelle Schauplätze auf den Pilgerwegen. Bei der großen Auswahl an Wander- und Themenwegen rund um St. Wendel bleiben keine Wijnsche offen

Ein verwunschenes Bachtal, mystische Baumriesen, regionale Produkte, anspruchsvolle Kletter-Passagen und mächtige Aussichtskanzeln. Besonders beliebt ist der "Tiefenbach-Pfad" rund um den Bosenberg. Der Weg mixt gekonnt malerische Plätze, unberührte Naturschönheiten und teilweise fast spirituelle Passagen zu einem hochattraktiven Wander-Cocktail, der den Prüfern des Deutschen Wanderinstitutes 82 Erlebnispunkte wert war. Einstiegspunkte für die Tour sind die Wanderparkplätze am Wendelinushof oder an den Leitersweiler Ruchen

Weitere Informationen erhalten Sie von www.sankt-wendel.de/tourismus und bei der St. Wendeler Tourist-Info im Rathaus.



Auch der 12 km lange Premiumweg "5-Weiher-Tour" führt über abwechslungsreiche Pfade. Mal durchqueren Sie schattige Fichten- oder Mischwälder, mal freie Feldflur. Markenzeichen dieses Weges sind die vielen idyllisch gelegenen Weiher mit ihrer besonderen Flora und Fauna.

Auf den Pilgerwegen rund um St. Wendel erleben Sie Ihr inneres Gleichgewicht im Einklang mit der Natur. Der Wendelinus-Rundweg startet an der Wendelinusbasilika in St. Wendel und verbindet wichtige Schauplätze der Wendelinuslegende mit reizvoller Natur und atemberaubenden Aussichten.

Jede Menge Nordic Walking Routen!

In St. Wendel können Sie zwischen zwei Nordic Walkingparks mit über 60 km ausgeschilderten Routen wählen. Im Park Wurzelbach beginnen Sie Ihre Touren am Parkplatz an der Verbindungsstraße zwischen St. Wendel und Winterbach. Hier führen drei Wege in unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden durch das Wasserschutzgebiet Wurzelbach. Im Wendelinuspark starten Sie direkt am Parkplatz an der B269

Die Walking-Strecken sind zwischen 5 und 18 km lang und enthalten Steigungsabschnitte bis zu 8 %. Die kurze Route im Wendelinuspark wird bei der roten Strecke um eine Schleife um Winterbach und Bliesen erweitert. Die schwarze Tour führt bis zur Skulpturenstraße bei Baltersweiler.

Kartenmaterial und weitere Informationen finden Sie unter www.bostalsee.de/aktiv/nordic-walking



© Fotos Josef Bonenberger



Die Kreisstadt St. Wendel bietet mit ihren Sportstätten beste Voraussetzungen damit Sie sich fithalten können!

Das sportliche Hallenbad

Direkt an der Tholeyer Straße gelegen, komplettiert das 2008 eröffnete Wendelinus-Bad das Freizeit- und Sportangebot des Wendelinuspark für Familien, Schulen, Vereine und Touristen.

Es ist keine Luxusvariante, stellt aber ein komfortables Indoor-Bad auf neuestem Stand der Technik dar, das viele Annehmlichkeiten in sich vereint. Informationen zu den Eintrittspreisen finden Sie unter www.sankt-wendel.de/sport-freizeit

Das Freibad bietet für alle Bewegung

2017 wählte der SR das neue Freihad St. Wendel zum besten Freibad des Saarlandes. Sportliche Schwimmer können sich auf 8 Bahnen im 50m Sportbecken freuen. Ein 5m-Sprungturm am separatem Sprungbecken ist ebenfalls vorhanden. Zwei Beachvolleyballfelder und ein Bolzplatz sorgen auch außerhalb des Wassers für Bewegung. Eine große Rutsche im Nichtschwimmerbecken und ein separates Babyplanschbecken machen das Bad für Familien mit Kindern attraktiv. Neugestaltete Duschen und Umkleidekabinen, sowie eine Gastronomie mit Dachterrasse gehören ebenfalls zu den Annehmlichkeiten des Bads. Während der Badesaison ist das Freibad regelmäßig an Wochen-, Sonn- und Feiertagen von 9.00 bis 20.00 Uhr geöffnet.





Schwimmen tut dem ganzen Körper gut!

Radfahren

St. Wendel ist der perfekte Startpunkt für eine ausgedehnte Radtour. Das dichte Radwegenetz der Region verbindet die Stadt mit Ausflugszielen wie dem Bostalsee oder der Abtei Tholey.

Der 12km lange Wendelinusradweg ist besonders bei Familien beliebt und führt über eine stillgelegte Bahntrasse von St. Wendel nach Tholey. Aussichtspunkte und Gastronomie entlang der Strecke laden zur Rast ein.

Das 200 km lange Radwegenetz bietet nicht nur familienfreundliche Touren sondern hält auch für ambitionierte Sportler so manche Herausforderung bereit. Acht beschilderte Touren mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden führen durch die hügelige Mittelgebirgslandschaft rund um St. Wendel



© Fotos Josef Bonenberger





Weitere Informationen erhalten Sie unter www.sankt-wendel.de/ tourismus und bei der St. Wendeler Tourist-Info im Rathaus.





Die St. Wendeler Volkshochschule bietet zahlreiche Kurse in den Bereichen Gesundheit - Fitness und Körperpflege an. Yoga, Tai Ji Quan, Wirbelsäulengymnastik, Feldenkrais und progressive Muskelentspannung

Für Laufanfänger gibt es spezielle Angebote, die den gesunden Einstieg in das Lauftraining ermöglichen. Verschiedene Angebote von Wassergymnastik und Aquajogging runden das Programm ab, das halbjährlich neu angeboten wird.

perpflege an. Yoga, Tai Ji Quan, Wirbelsäulengymnastik, Feldenkrais und progressive Muskelentspannung werden angeboten. Besonders intensives Bewegungstraining bietet die Fitnessgymnastik, das Tabata Intervall-Training, Back-Power Gymnastik und der Bauch-Beine-Po-Gymnastik Kurs.

Auskunft und Arbeitsplan: Geschäftsstelle der St. Wendeler Volkshochschule e. V. Kreisstadt
St. Wendel · Dienstgebäude Schloßstr. 7, Zimmer 107,
Tel: 0 68 51 / 8 09 19 31 www.sankt-wendel.de



Ihre Meinung ist wichtig!

Wir haben den Gesundheitskompass mit viel Engagement und Aufwand hergestellt. Deshalb interessiert es uns, ob Sie die Broschüre hilfreich finden und wie zufrieden Sie mit dem Gesundheitskompass sind.

Wenn Sie uns Anregungen und Verbesserungsvorschläge mitteilen möchten, können Sie dies ebenfalls gerne tun.

Wir freuen uns über Ihre Rückmeldung, am besten per E-Mail an **info@kuhn-werbung.de** oder per Post an: **kuhn-werbung+design · Sonnenberg 46 · 29854 Kuddewörde**

Der Gesundheitskompass ist ein Produkt, das von uns erdacht* wurde, um den Bürgern in der Region das Leben leichter zu machen.

*Idee, Konzeption, Entwicklung, Gestaltung, Produktion und Verteilung

Für Unternehmen, öffentliche Einrichtungen, Kommunen, Verbände und Vereine entwickeln wir zielgerichtete individuelle Werbemaßnahmen*

WERBUNG +DESIGN

*Marketingberatung, klassische Printwerbung und Onlineauftritte.

Heinz W. Kuhn · Dipl. Kommunikationsdesigner · Werbefachmann

Mobil: 0170 5526952 · Mail: info@kuhn-werbung.de · www.kuhn-werbung.de

Biermannsstraße 17 · 66606 St. Wendel + Sonnenberg 46 · 29854 Kuddewörde

DER GESUNDHEITS-KOMPASS

ist offen für alle Gesundheitsdienstleister im Landkreis St. Wendel

Es gibt in unserer Region eine Vielzahl von kompetenten Praxen, Einrichtungen und Unternehmen, die den Bewohner und Besucher unserer Region ihre Leistungen zum Erhalt oder Verbesserung der Gesundheit anbieten.

Wenn Sie als Arzt, Therapeut, Apotheken, Optiker oder sonstiges Unternehmen im Gesundheitsbereich Ihr Unternehmen, Ihre Schwerpunkte oder Ihre besondere Leistungsangebote in der nächsten Ausgabe (2018) vorstellen möchten, setzen Sie sich bitte mit uns in Verbindung.

KUHN WERBUNG+DESIGN · E-mail: info@kuhn-werbung.de Tel.: 0170 - 552 6952

JOSEF BONENBERGER · E-mail: Josef@fotograf-bonenberger.de Tel.: 0172 - 682 9617

Bitte beachten Sie: Natürlich können sich im Laufe eines Jahres und nach dem Druck Änderungen bei den Angaben ergeben. Für aktuelle Informationen sind wir Ihnen dankbar.

Über die aktuellen Mediadaten und Anzeigenkosten informieren wir Sie gerne.

Die von uns gestalteten Anzeigen und Texte dürfen nur mit unserer schriftlichen Genehmigung in anderen Publikationen und Medien genutzt werden. Für die Richtigkeit und Vollständigkeit der Angaben übernehmen wir keine Haftung

