unterallgäu
landratsamt

Pressemitteilung

02.11.2026

Landratsamt Unterallgäu
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Bad Wörishofer Str. 33
87719 Mindelheim

Tel.: (08261) 995-248
Fax: (08261) 995-249
E-Mail: pressestelle@LRA.unterallgaeu.de

Internet: www.unterallgaeu.de

Landkreis - Gesundheit

Wie Stress, Schmerzen und Faszien zusammenhängen

Unterallgäu. Was haben Stress und Schmerzen mit den Faszien zu tun? Um diese Frage geht es bei einem kostenlosen Workshop am Donnerstag, 19. November, von 18.30 bis 21 Uhr im Landratsamt Unterallgäu in Mindelheim, Bad Wörishofer Straße 33. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erfahren, welche Funktion Faszien haben, wie Faszien mit Schmerzen zusammenhängen und welche Rolle das vegetative Nervensystem spielt. Außerdem erlernen sie Strategien, um Stress und Schmerzen zu reduzieren. Und sie bekommen Übungen an die Hand, um den Bereich von Kopf, Schultern und Nacken zu lösen. Referent ist Heilpraktiker für Physiotherapie und Physiotherapeut Tobias Dannhart. Veranstalter ist das Unterallgäuer Gesundheitsamt. Anmelden kann man sich bis Freitag, 13. November, online unter www.unterallgaeu.de/veranstaltungen. Weitere Informationen gibt es unter Telefon (08261) 995-412.