



Health & Spa Award: zwei erste Plätze für das MentalSpa Resort Fritsch am Berg

Das MentalSpa Resort Fritsch am Berg setzt seit Jahren mit Erfolg auf ein ganzheitliches Wellness-Konzept, das klassische Wellnessangebote mit Mental Wellness verbindet. Nun konnte es beim diesjährigen HEALTH & SPA Award gleich in zwei Kategorien den ersten Platz belegen: Zum einen wurde Diana Sicher-Fritsch, MSc, Leiterin des Spa- und Gesundheitszentrums im Fritsch am Berg, als Best Spa Manager in Europe ausgezeichnet. Ihr Programm „Before Burnout“ belegte zudem den ersten Platz in der Kategorie Best Signature Treatment in Europe. Der European HEALTH & SPA Award gilt als „Oscar“ der Wellness- und Gesundheitsbranche und präsentiert jedes Jahr die neuesten Trends der Wellness-Branche im europäischen Raum.

Diana Sicher-Fritsch konnte die Jury durch ihr Wirken und ihre Fähigkeiten als Spa-Managerin sowie ihre Forschung im Bereich Mental-Wellness überzeugen. So hat sie in ihrem soeben erschienenen Fachbuch „Mental Wellness am Beispiel des OASE-Gesundheitsmodell©“ (Springer Verlag) eindrucksvoll die Bedeutung der Kombination von mentaler, emotionaler und körperlicher Gesundheit aufgezeigt. Das Buch beschäftigt sich mit dem von Diana Sicher-Fritsch entwickelten OASE-Gesundheitsmodell©, das Wellness und Gesundheit mit psychosozialer Beratung kombiniert – mit dem Ziel einer nachhaltigen Gesundheitsprävention, die das Spannungsfeld zwischen Belastbarkeit und gefühlter sowie realer Belastung minimiert.

Das im Fritsch am Berg buchbare Programm „Before Burnout“ erhielt überdies den ersten Platz in der Kategorie Best Signature Treatment in Europe. „Before Burnout“ basiert auf dem OASE-Gesundheitsmodell© und ist eine anhaltend wirkende Treatment-Kombination zur Lebensstilveränderung, zur Steigerung der Resilienz und Verbesserung der Lebensqualität. Mit dem Ziel, Stress und Burnout vorzubeugen. Im Rahmen des Treatments sollen – gemeinsam mit einem

Coach – Wünsche und Ziele neu definiert werden und geeignete Wege für einen stressfreieren Lebensstil gefunden werden. Dabei wird intensiv mit Biofeedback-Messungen, Trainings & Coaching Settings gearbeitet. Im Detail enthält „Before Burnout“ 1 Biofeedback-Messung, 1 Herzratenvariabilitätsmessung (nachts), 1 Biofeedback-Auswertung, 6 Mental-Coaching-Settings und 3 Biofeedback-Training-Settings.

Mehr Infos: 4 Sterne MentalSpa Resort Fritsch am Berg, Buchenberg 10, A-6911 Lochau am Bodensee, +43 5574 43029, www.fritschamberg.at

Text- & Bilder-Download unter www.pressegroup.com (Veröffentlichung gegen Belegexemplar)



Presse: Barbara Angerer-Winterstetter, Tel +49/89/418 518-91, dialog@pressegroup.com