

Messe punktet mit Vorträgen und Aktionen

Gesundheitstage | Aussteller mit Resonanz in Balingen zufrieden / Auch jüngere Besucher lassen sich »durchchecken«

Wie steht's um das Testosteron? Hört man noch alles? Wie hoch sind der Blutdruck oder der Blutzuckerspiegel? Der Vital-Check-Parcours mit 19 Stationen in der Messehalle hat am Wochenende Jung und Alt angelockt.

■ Von Silke Thiery

Balingen. Bei der Gesundheitsmesse »fit & gesund« standen heuer die Männer im Fokus, denn das starke Geschlecht scheut die Vorsorge und geht erst zum Arzt, wenn es nicht mehr anders geht.

Ob Krankenkasse, Pflegedienst oder Fitness-Studio, die Aussteller hatten sich eine Menge einfallen lassen für das Publikum. Das strömte trotz erster Frühlingssonne in Massen in die Hallen und ließ sich gerne beim Stand vom Haus Raichberg zeigen, wie man gesundes Kräutersalz selbst macht – zum Mitnehmen nach Hause. Genauso wie die knallgrünen Äpfel und die Schnappschüsse aus der Fotobox, die »Das Zahnrad« im Gepäck hatte.

Der für den Samstag zum Standarddienst eingetragene Robert Sauter vom Vorstandsteam des Vereins zur Unter-



Zeit für die eigene Gesundheit: am Wochenende strömten tausende Besucher in die Balingener Messehalle, um sich durchchecken zu lassen und mit den Ausstellern rund um das Thema Fitness und Gesundheit ins Gespräch zu kommen – wie hier am Stand der Selbsthilfegruppe für Stress- und Burnout-Betroffene. Fotos: Thiery

stützung und Begleitung pflegender Angehöriger mit Sitz in Haigerloch freute sich

ebenso über den steten Strom von Besuchern wie auch Renate Liener-Kleinmann. Sie war für die AOK am Start und betreute den Stand der KIGS, der Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen. Dort kamen unter anderem Heinz Weisser mit der Burnout- und Anti-Mobbing-Gruppe oder Ingrid Gonser, Leiterin der im vergangenen Jahr gegründeten Selbsthilfegruppe »Schmerzpatienten Zollernalb« mit Betroffenen und Interessierten ins Gespräch.

Die Messe gleicht, schaut man auf das Programm der Podiumsdiskussionen und Vorträge, fast schon einer medizinischen Fachtagung. Experten referierten und sprachen

zu Themen wie Depression, Arthrotherapie, Schilddrüse oder den Wechseljahren des Mannes.

»Fit bleiben in jedem Alter. Gesund sein und bleiben«: Das sind Themen, die die Menschen aus dem Zollernalbkreis und darüber hinaus Jahr für Jahr in die Balingener Messehallen ziehen. Und übrigens nicht nur die älteren Semester. Auch viele Jüngere ließen sich durchchecken, drehen Runden auf dem Ergometer und tobten sich auf dem Trampolin der Volkshochschule aus, die im Rahmen der Messe Werbung für die vielen Gesundheitskurse und die Möglichkeit von Schnupperkursen bot. Aber auch für

die jüngsten Besucher war gesorgt. Sie wurden vom Team Entspannungspädagogik rund um Manuela Egeler betreut.

Der Pflegestützpunkt der Stadt Balingen informierte über die Möglichkeiten einer bedarfsgerechten Unterstützung und die Finanzierung der Pflege- und Betreuungskosten.

Magnetschmuck oder chinesische Massageroller – auch Nischenprodukte fanden einen Platz bei der Balingener Messe. Ebenso wie Anbieter von gesunden und regionalen Lebensmitteln oder von Zweithaarfrisuren, die sich etwa Patientinnen nach Krebs zulegen können.

Gesundheit, Wellness, eine

Massage direkt am Stand oder eine Reise: All das bot die Gesundheitsmesse in Balingen – und vor allem interessierte Besucher, die sich gezielt informierten. Renate Liener-Kleinmann und ihr Team jedenfalls waren begeistert: »Das ist kein Vergleich zur anderen schleppenden Messen«, freute sie sich.

Auch Oberbürgermeister Helmut Reitemann war zufrieden mit dem Besucherandrang. Für den Balingener Stadtvater sind die Gesundheitstage ein »Schaufenster der Region«. Landrat Günther-Martin Pauli brachte den Erfolg der Messe auf den Punkt: »Gesundheit ist halt das Wichtigste.«



Höre ich noch gut? Auch diese Frage ist bei den Gesundheitstagen beantwortet worden.

Gewinnspiel

Kennen Sie Ihre Heimat?

Dann können Sie täglich 333 Euro in bar gewinnen!

15.

Spieltag

Stadt, Land, Fluss

... in Baden-Württemberg

Eine Frage, drei Antwortmöglichkeiten – so einfach ist es. Aber um täglich die Chance auf 333 Euro zu haben, sollten Sie bei unserem neuen Gewinnspiel gut über Ihre Heimat Bescheid wissen.

Unsere heutige Gewinnspielfrage:

Welche Sorte Alkohol wird traditionell zur Zubereitung der Schwarzwälder Kirschtorte verwendet?

a) Eierlikör

b) Rum

c) Kirschwasser

Frage und Lösung vom 16.02.2019:

Wie oft wurde der VfB Stuttgart schon Deutscher Fußballmeister?

Fünf Mal

Die Gewinner vom 15.02. und 16.02. werden in der morgigen Ausgabe veröffentlicht.

Mit freundlicher Unterstützung von

Hochdorfer

www.hochdorfer.de

So geht's:

Rufen Sie heute bis 24 Uhr bei der Gewinn-Hotline* an und nennen Sie das Lösungswort. Damit wir Sie im Gewinnfall benachrichtigen können, hinterlassen Sie bitte Ihren Namen, Adresse und Telefonnummer. Aus allen Teilnehmern mit der richtigen Lösung ermitteln wir jeweils einen Tagesgewinner. Wir wünschen viel Glück!

Gewinn-Hotline: 0137 969 219 9*

*Telemedia Interactive GmbH; pro Anruf 50 ct aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunk teurer. Datenschutzinformation unter datenschutz.tmia.de

Der Teilnahmechluss ist immer um 24 Uhr des jeweiligen Spieltags. Personen unter 18 Jahren dürfen nicht teilnehmen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Der Gewinner wird unter den Teilnehmern (richtige Lösung) ausgelost, telefonisch sowie schriftlich vom Verlag benachrichtigt und in der Zeitung veröffentlicht. Die angegebenen Daten werden zur Kontaktaufnahme im Gewinnfall verwendet. Eine Weitergabe an Dritte erfolgt nicht. MitarbeiterInnen der Schwarzwälder Bote Mediengruppe, Lahrer Zeitung und deren Angehörige dürfen an dem Gewinnspiel nicht teilnehmen.

Bis zum 28.02.19 täglich

333 €

gewinnen!