

Gesundheitstage FIT & GESUND

am 22. + 23. April 2023 in Balingen von 11 bis 17 Uhr



Die 13. Gesundheitstage FIT & GESUND bieten in der Volksbankmessehalle wieder die einmalige Gelegenheit, sich zu gesundheitlichen Themen zu informieren und mit Mediziner*innen und Gesundheitsexpert*innen im direkten Dialog auszutauschen. Gerade die Möglichkeit, sich an einem Ort vollumfänglich beraten zu lassen, sich bei Vorträgen und Expertengesprächen zu informieren oder selbst seinen eigenen Gesundheitszustand überprüfen zu lassen, macht die „Fit & Gesund“ aus.

Es geht vor allem um die Erhaltung sowie die Wiederherstellung der eigenen Gesundheit. Mit über 60 Ausstellern, vorwiegend aus dem Zollernalbkreis, erwartet Sie eine geballte Gesundheitskompetenz. Auch der beliebte Gesundheitsparcours mit 15 Checkup-Stationen gibt es wieder. Eine Besonderheit im Rahmen des Gesundheitsparcours ist der für Männer kostenlos angebotene Testosterontest am Messesonntag von 11 bis 14.30 Uhr am Stand der Deutschen Gesellschaft für Mann und Gesundheit.

In Podiumsgesprächen und Vorträgen geht es um Themen wie Ernährung, Stressbewältigung, mentale Gesundheit, Rückenbeschwerden, Zahnersatz, Augengesundheit, Hausnotruf, Demenz und vieles



mehr. Ein Bühnenhighlight werden sicherlich auch die Live-OP s am künstlichen Kniegelenk sowie an der Wirbelsäule der ACURA Fachklinik Albstadt sein.

Neben den vielen Gesundheitsthemen nimmt natürlich auch die Pflege im Alter eine zentrale Rolle ein. Gerade für ratsuchende pflegende Angehörige gibt es auf der Messe mehrere Anlaufstellen wie stationäre Pflegeangebote und ambulante Betreuungsmöglichkeiten.

Alle Infos zu den Teilnehmern und dem Programm: www.gesundheitstage-balingen.de

Veranstaltungsort: volksbankmesse Balingen

Öffnungszeiten: Sa. 22. / So. 23. April 2023 jeweils 11 – 17 Uhr

Eintritt: 4,- Euro, / 3,- Euro ermäßigt (Schwerbehinderte, Rentner und Studenten)

Kinder unter 16 Jahre Eintritt frei • Kinderbetreuung: vhs Balingen Ferien-campus-Team
Messegastronomie während den Öffnungszeiten



PROGRAMM



REGIONAL-MESSE. VITAL-CHECKS. EXPERTENBÜHNE.

Gesundheitstage Balingen
Fit  Gesund

22.+23. APRIL 2023

VOLKS BANKMESSE | Erw. 4,-€/ Erm. 3,-€ / 11-17h

DAK
Gesundheit

ACURA
IHRE FACHKLINIK

PFLEGE
STÜTZPUNKT
ZOLLERNALBKREIS

Balingen
Große Kreisstadt

ZAK Zollern
Alb
Kurier