

11.00 Uhr	Messeeröffnung mit anschließendem Messerundgang <ul style="list-style-type: none">• Helmut Reitemann, Oberbürgermeister Stadt Balingen
11.45 – 12.10 Uhr Vortrag	Gesundheitliche Belastungen unter Long Covid ...ist OXIVENIERUNG hilfreich? <ul style="list-style-type: none">• Ralf A. Lamprecht, Heilpraktiker, kPNI®-Therapeut, re.la Gesundheitspraxis
12.15 – 12.40 Uhr Vorführung	Simulierter Hausnotruf-Einsatz – Hilfe auf Knopfdruck <ul style="list-style-type: none">• Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. Landesverband BW
12.45 – 13.25 Uhr Podiumsgespräch Moderation: Boris Retzlaff M.A.	Essverhalten hängt von der psychischen Gesundheit ab! Wie können wir unser Essverhalten und das unserer Kinder nachhaltig beeinflussen? <ul style="list-style-type: none">• Dr. med. Ulrich Euchner, Ernährungsmediziner Body Med Center Albstadt• Juliane Isbrecht, Ernährungswissenschaftlerin, zertifizierte Ernährungstherapeutin QUETHEB, Praxis alb.gesund• Steffi Faigle, Lizensierte Ernährungsexpertin personal.eating• Diana Motzkus, Dipl. Ing. (FH) Ernährungstechnik, Zert. Ernährungsberaterin dimafit Ernährungsberatung
13.30- 14.10 Uhr Vortrag	Altersbedingte Makuladegeneration ADM (IVOM) und Grauer Star <ul style="list-style-type: none">• Dr. med. univ. David Kubiak, F.E.B.O. Facharzt für Augenheilkunde, Augenzentrum Eckert
14.15 – 14.55 Uhr Podiumsgespräch Moderation: Boris Retzlaff M.A.	Bewegung – Ernährung – Stressbewältigung – Selbstmanagement. Ein Überblick auf ihren Anspruch proaktiver gesundheitlicher Präventionsprogramme, Vorsorgemöglichkeiten, Vorsorgekuren, Mutter/-Vater Kind-Kuren etc. <ul style="list-style-type: none">• Antje Berger, Firmenberaterin Deutsche Rentenversicherung Bund• Dr. oec. troph. Ute Streicher, AOK - Die Gesundheitskasse Neckar-Alb• Jennifer Pfitzer, Kaufm. Leitung ZAR Tübingen am Universitätsklinikum
15.00 – 15.25 Uhr Vortrag	Diabetes TYP II ist heilbar, aber auch vermeidbar! Sinn und Zweck einer Kohlenhydratarmen Ernährung <ul style="list-style-type: none">• Dr. med. Ulrich Euchner, Ernährungsmediziner Body Med Center Albstadt
15.30 – 15.55 Uhr Demo - OP	Zurück zum gesunden Kniegelenk durch Gelenkersatz? Demo Knie-OP am Kunstgelenk <ul style="list-style-type: none">• Dr. med. Ulrich Bläsi, Ärztlicher Direktor und Chefarzt Orthopädie, Acura Fachklinik
16.00 – 16.25 Uhr Vortrag	Gang und Lauschule für Kinder und Erwachsene - wie wichtig ist ein richtiger Gang? <ul style="list-style-type: none">• Patricio Bolt, Fitnesstrainer A+B-Lizenz, Ärztlich geprüfter sportmedizinischer Fitnesstrainer, Sporttherapeut für Primärprävention, STARK Fitnessstudio & Lauschule
16.30– 16.55 Uhr Vortrag	Deutschland hat Rücken – Schmerztherapie nach Liebscher & Bracht Schmerzpunkte effektiv finden und auflösen <ul style="list-style-type: none">• Ralf A. Lamprecht, Heilpraktiker, kPNI®-Therapeut, re.la Gesundheitspraxis

12.00 – 12.40 Uhr Vortrag	Sturzprophylaxe - Sturzursachen und Vorsorge <ul style="list-style-type: none">• Karl Saile, Übungsleiter für Prävention und DTB-Kursleiter Sturzprävention, TSG Balingen
12.45 – 13-25 Uhr Vortrag	Zahnersatz in Ungarn? Pro und Contra <ul style="list-style-type: none">• Wolfgang Köster, FirstMed Services
13.30 – 13.55 Uhr Vortrag	Diäten sind doof! Wie schädlich Diäten wirklich sind und wie Du ohne Verzicht gesund abnimmst <ul style="list-style-type: none">• Steffi Faigle, Lizenzierte Ernährungsexpertin personal.eating
14.00 – 14.25 Uhr Vortrag	Darmprobleme? – Unverträglichkeit bis Intoleranz – was tun?! <ul style="list-style-type: none">• Ralf A. Lamprecht, Heilpraktiker, kPNI®-Therapeut, re.la Gesundheitspraxis
14.30 – 14.55 Uhr Vortrag	Gelenkarthrose und Gelenkerkrankungen <ul style="list-style-type: none">• Dr. med. Ulrich Bläsi, Ärztlicher Direktor und Chefarzt Orthopädie, Acura Fachklinik
15.00 – 15.25 Uhr Vortrag	Nach Corona ist vor dem Burnout Wie kann ich all den Anforderungen gerecht werden? <ul style="list-style-type: none">• Heinz Weisser, Konflikt- und Mobbingberater der Konflikt hotline Baden-Württemberg, Vorsitzender Anti-Mobbing-Zollernalb e.V. und Burnout Hilfe Zollernalb, Vorsitzender des Sprecherrates der Selbsthilfe im Zollernalbkreis
15.30 – 15.55 Uhr Vortrag	Einsamkeit / Alleinsein <ul style="list-style-type: none">• Priv.-Doz. Dr. med. Dr. phil. Yasin Möller, Ärztlicher Direktor, Medizinischer Geschäftsführer, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Facharzt für Neurologie, Facharzt für Öffentliches Gesundheitswesen, Sozialmedizin, Suchtmedizin, CURA MED Akutklinik Albstadt
16.00 – 16.30 Uhr Vortrag	Warum ist eine stille Entzündung so still, was macht das mit meinem Körper und was kann ich dagegen tun? <ul style="list-style-type: none">• Nicole Müller, Physiotherapeutin und Ernährungskoach, Zinzino Vertriebspartnerin
