



Messeliter Martin Kiesling vom Allgäu-Eventzentrum (Fünfter von rechts), OB Dirk Abel und Bürgermeister Emilio Verrengia (Sechster und Vierter von rechts) stellen gemeinsam mit einigen Ausstellern Themen und Programm der Gesundheitstage vor. FOTO: BARBARA SZYMANSKI

Live-OP, Vorträge, Check-ups und mehr: Das ist bei den Gesundheitstagen geboten

Messemacher und Aussteller geben Einblicke ins Programm der „Fit & gesund“

Von Barbara Szymanski

BALINGEN - Ein begehbarer Darm oder eine weibliche Brust, die virtuell begangen werden kann, dem Operateur über die Schulter schauen, Testosteron- oder Hörtests, visualisierte Krankheiten via VR-Brille, Selbsthilfegruppen, Vorträge, Podiumsdiskussionen, Beratung, Klinikum-Modell: Am Wochenende 24. und 25. Februar starten in der Volksbankmesse Balingen die nunmehr 14. Gesundheitstage mit einem prallen Programm sowie Gastronomie und Kinderbetreuung. Aussteller und Messemacher geben Einblicke ins Programm.

„Was sich alles tut beim neuen Zentral-Klinikum sowie das Präsentieren der geballten Gesundheitskompetenz im Zollernalbkreis – darauf kann man stolz und gespannt sein“, sagte Balingens Oberbürgermeister Dirk Abel bei einer Pressekonferenz im Vorfeld der Gesundheitstage.

Veranstaltungsleiter Martin Kiesling freute sich ebenfalls: „Wir sind mit 75 Ausstellern ausgebucht und finden in Balingen optimale Rahmenbedingungen vor.“ Er wies nachdrücklich darauf hin, dass es nicht nur fast 40 Vorträge – darunter Podiumsdiskussionen – gebe, sondern die Referenten danach an den Ständen für Fragen der Besucher zu den Vortragsthemen bereitstünden. Hier Auszüge aus den Fachreferaten: Rückenfit, gesund Altern, Long-Covid-Bela-



Auch dieses Jahr wieder im Programm: Demo-Operationen auf der Expertenbühne – wie hier an einem Wirbelsäulenmodell bei den Gesundheitstagen Balingen 2023. ARCHIVFOTO: JASMIN ALBER

stungen, Winterblues, Schmerzen, Makuladegeneration oder Sport als Therapie.

Dr. Gerhard Hinger, Geschäftsführer des Zollernalb-Klinikums, hob hervor, dass diese Messe auch unter den Schwerpunkten Darmgesundheit, Ernährung, Rückprobleme, Arthrose, Gelenkersatz oder Schmerztherapien stünde – an Ständen oder bei Vorträgen. Vor allem aber könnten die Besucher ein Modell des geplanten neuen Zentralklinikums samt Schallschutzmauer, Zufahrtsstraßen, Kreisel und so weiter anschauen. Einen Vortrag dazu gebe es am Samstag, 14.15 Uhr, mit Landrat Günther-Martin Pauli und dem Projektleiter.

Aber es bleibt nicht bei Theorie und Planungen: 18 Stände bieten kostenlose Gesundheits-Checks an zu Themen wie Cholesterin, Bluthochdruck, Diabetes, Hören, Demenz, Herz-Kreislauf, Testosteron oder eine Handkraftmessung. Über letzteres sprach auch Andreas Moser, Studioleiter des Fitnessstudios Injoy: „Schon ab 40 oder 50 sollten alle etwas für ihre Muskelkraft tun. Das ist wichtig, damit man fit und gesund alt wird.“ Denise Merk von der Acura-Fachklinik Albstadt verwies auf Themen wie Endoprothetik oder Versteifung der Wirbelsäule und die entsprechenden Vorträge und Beratungsgespräche.

Vorträge und Infos gebe es

auch für die Volkskrankheiten Tinnitus, Hörsturz bis hin zu Morbus Meniere (Drehschwindel) empfahl Steffen Lurwig, Leiter des Servicezentrums DAK-Gesundheit in Balingen. Und Akustikmeister Timo Giovanniello von „Amplifon“ war die Mahnung wichtig, nicht zu spät zur Prüfung des Hörvermögens zu gehen. Die AOK hingegen setze zunehmend „auf die großen Vorteile der Digitalisierung im Gesundheitswesen“, so Eveline Blank von dieser Krankenkasse.

Über die vierte Säule der Gesundheitspflege sprach Mario Stadtmüller – nämlich die Selbsthilfegruppen. Allein im Zollernalbkreis gebe es 60 solcher Patientengruppen, „die Menschen helfen, nach schweren Krankheiten und Operationen wieder ins Leben zurückzufinden.“ Bei den Gesundheitstagen stellten sich 14 Selbsthilfegruppen vor zu Themen wie Depressionen oder Schlafapnoe.

Die schon genannten Begehungen von Darm oder Brust finden übrigens virtuell statt und bei OP fließt selbstredend kein Blut, sondern werden am Modell simuliert. Massagen sowie ein Sessel dafür – die allerdings sind echt.

Die „Gesundheitstage Balingen – Fit & gesund“ finden statt am Wochenende, 24. und 25. Februar, in der Volksbankmesse Balingen. Geöffnet ist jeweils von 11 bis 17 Uhr. Es wird Eintritt erhoben (unter 16 Jahre frei).

Züchter beteiligen sich mit 140 Vögeln an Meisterschaft

Landes- und Vizemeister: Medaillen und Pokale für erfolgreiche Mitglieder des Balingener Vogelvereins

BALINGEN (pm) - Bei der Landesverbandsmeisterschaft des Landesverbandes Schwarzwald der Vogelzüchter waren Mitglieder des Vereins für Vogelzucht und Vogelfreunde Balingen und Umgebung erfolgreich. Auf der Schau waren 1200 Vögel in Konkurrenz.

Die Balingener Vogelzüchter beteiligten sich mit 140 Vögeln an der Meisterschaft, und dies mit beachtlichem Erfolg. Heiko Lehmann wurde Landesmeister bei Dom. Prachtfinken mit Japanischen Mövchen, Großsittich-Mutationen mit Katharinasittich grün, wie der Verein mitteilt. Vizemeister bei den Dom. Prachtfinken wurde Cengiz Ranakovski mit Zebrafink weiß; bei den nicht Dom. Prachtfinken und Exoten-Kollektionen wurde Bärbel Lehmann mit Goldbrüstchen Landesmeisterin; Vizemeister bei nicht Dom.



Die erfolgreichen Züchter der Vogelfreunde Balingen freuen sich über ihre Erfolge bei der Landesverbandsmeisterschaft. FOTO: PRIVAT

Prachtfinken wurde Michael Lehmann mit Winterammer. Gruppensieger wurden: Walter Rominger mit Farbkanarienvogel-Kollektion gelb mosaik; Michael Lehmann mit Kollektion Magellan-

zeisig und Körnerfresser-Exoten mit Winterammer; Hans-Peter Bosch mit Farbenwellensittich in der Kategorie Bestes Gegengeschlecht mit Jungvogel Normale Blaureihe; Cengiz Ranakovski

mit Farbenwellensittich aufgehellt, Weichfresser mit Rußbülbül und nicht Dom. Prachtfinken mit Zebrafink weiß; Amalia Reuschling mit Farbenwellensittich DF Spangle; Anja Lehmann mit Gouldamadine; Heiko Lehmann bei Südamerikanische Sittiche mit Katharinasittich und Dom. Prachtfinken mit Japanischem Mövchen; Bärbel Lehmann bei Papageiamadinen mit Rotköpfiger Papageiamadine und Afrikanischer Prachtfinken mit Goldbrüstchen.

Heiko Lehmann errang außerdem den Pokal für beste Gesamtleistung bei Exoten und Bärbel Lehmann erhielt den Franz-und-Agnes-Bucher-Gedächtnispokal für besondere Leistungen im Landesverband. Die Balingener Vogelzüchter errangen auch die beste Vereinswertung in den Sparten nicht Dom. Prachtfinken, Dom. Prachtfinken und Farbenwellensittiche.

Leserbriefe

Ist es wirklich ausgewogen?

Zu: Stromversorgung und Energiepreise sowie soziale Gerechtigkeit

Der Krieg im nahen Osten und Ukraine, wo Deutschland zur Zeit sehr viel Geld aufwendet, schlägt sich in der Inflation und Wirtschaftlichen Lage nieder. Jede Sparte kämpft und streift für einen finanziellen Ausgleich. Die Partei vom rechten Rand wird stärker! Oder sind es nur Protestwähler? Der Gedanke Umstellung auf Erneuerbare Energie ist gut, aber die Umsetzung eine Katastrophe. Erst werden die Kernkraftwerke abgeschaltet und der Kohleausstieg beschlossen. Dann kommt der Krieg. Die Gasversorgung wird schwierig. Das Aus für den Verbrennermotor wird beschlossen.

Ölheizungen sollen verboten werden und Wärmepumpen gefördert. Weil der Strom aus Deutschland ja bei weitem nicht ausreicht, wird eben Atomstrom aus Frankreich dazugekauft. Die eigenen sicheren Atomkraftwer-

ke wurden ja abgeschaltet, ja, aber abgerissen. Als Reserve und zur Sicherheit sollen wieder gasbetriebene Kraftwerke gebaut werden. Deutschland hat den höchsten Strompreis in Europa. Weder die Industrie noch der Privatmann kann verlässlich planen. Die Förderung von E-Autos wurde so kurzfristig gestrichen.

In der inneren Sicherheit, Abschiebung von Verurteilten, geht nichts. Warum wird nicht ein Verurteilter Straftäter, egal wegen was, ob Eigentumsdelikt oder Gewalt, konsequent abgeschoben?

Zur sozialen Gerechtigkeit: Ein Bundestagsabgeordneter mit über 8000 Euro bekommt 3000 Euro Inflationsausgleich. Für Rentner ist das nicht finanzierbar. Wie sagt der Kanzler: Das ist sozial ausgewogen. Jetzt wird es so dargestellt, dass man die Politik dem Wähler nur noch richtig erklären muss.

Bernhard Diener, Balingen

Beste Versorgung in Notaufnahme

Zu: Erfahrungen in der Notaufnahme im Balingener Krankenhaus

Ich möchte mich hiermit bei allen Tätigen in der Notaufnahme am 1. Februar im Krankenhaus Balingen bedanken. Von der Aufnahme über die Untersuchungen bis zu „am Tropf liegend“ waren – trotz Stress – nur freundliche Menschen um mich zugegen. Danke an jeden, der sich um mich verständnisvoll, liebevoll gekümmert hat. Ein ganz tolles Lob meinerseits.

Sicherlich gibt es die gleichartigen Menschen beim Roten Kreuz, bei der Altenhilfe, und

viele beruflich und freiwillig Helfenden, wie zum Beispiel die Vesperkirche.

Vielleicht gibt es mal einen Tag, an dem wir für alle diese Menschen einen „Balingener Danke-Tag“ auf die Beine stellen können. Oder gibt es den schon?

Nochmals Dank an alle, die für mich und andere da sind, wenn ich sie wirklich brauche.

Bernd Hempel, Weilstetten

Leserbriefe sollten 80 Druckzeilen nicht überschreiten. Die Redaktion behält sich Kürzungen vor.

Notizen

Theater für Kinder

BALINGEN - Auf Einladung des Kinder- und Jugendbüros findet wieder eine Kindertheater-Vorstellung statt: Am Montag, 19. Februar, wird das Stück „Das Gruffelo-Kind“ im Jugendhaus Balingen aufgeführt. Das Stück ist für Kinder ab 3 Jahren geeignet. Beginn ist um 15 Uhr (Einlass ab 14.40 Uhr). Es wird Ein-

tritt erhoben. Voranmeldungen und Reservierungen sind nur für Gruppen möglich. Für Fragen steht das KJB unter Telefon 07433 170147 zur Verfügung.

Einkehr im Café-Stüble

OSTDORF - Am Sonntag, 18. Februar, ist das Café-Stüble im Albvareinsraum bei der Festhalle ab 14.30 Uhr geöffnet.

Drei Albvereiner sind seit 70 Jahren Mitglieder

Weilstetter Ortsgruppe blickt auf Vereinsjahr zurück

WEILSTETTEN (pm) - In seinem Jahresbericht ging der Vorsitzende Egon Feder bei der Hauptversammlung der Albvereinsortsgruppe Weilstetten kurz auf den Mitgliederbestand, die Entwicklung der Mitgliedsbeiträge und auf die Aktionen im vergangenen Jahr ein. Schriftführerin Annerose Siegel ließ das vergangene Jahr interessant und unterhaltsam in einer Bilder-Präsentation Revue passieren. Kassier Rudi Vögele konnte eine positive Bilanz vermelden. Die Kassenprüferin Hilde Schäuble bescheinigte Rudi Vögele eine hervorragend geführte Kasse.

Der Naturschutzwart Siegfried Geiger ging auf die vermehrte il-

legale Müllablagerung im Wald sowie auf seine Aktivitäten in 2023 – unter anderem das Nachpflanzen von 70 Eiben im Bereich Heiligenrain mit Unterstützung von Schulkindern der Balingener Längenfelschule, Forstleuten und Helfern aus der Ortsgruppe – ein. Wander- und Wegewart Günter Naschke gab eine Statistik zu den Wanderungen 2023 ab und stellte das Wanderprogramm 2024 vor. Außerdem berichtete er über die Aufgaben der zu pflegenden Wanderwege.

Für 25 Jahre Vereinszugehörigkeit wurde Reinhard Wutzke und für 70 Jahre Mitgliedschaft wurden Walter Gehr, Kurt Haigis und Anne Single geehrt.



Anne Single und Kurt Haigis (Mitte) wurden für jahrzehntelange Mitgliedschaft geehrt (nicht im Bild die Geehrten Reinhard Wutzke und Walter Gehr). FOTO: PRIVAT