

# Gesundheitstage FIT & GESUND

am 24. + 25. Februar 2024 in Balingen von 11 bis 17 Uhr



Die 14. Gesundheitstage FIT & GESUND versprechen ein Wochenende voller Inspiration, Innovation und praktischer Tipps für alle, die ihre Gesundheit in 2024 auf das nächste Level heben möchten. Entdecke neue Wege für ein effektives Training! Erfahre von Ernährungsexperten, wie du durch bewusste Ernährung deine Gesundheit unterstützen kannst und stelle deine individuellen Fragen an Mediziner und Fachleute aus den verschiedensten Gesundheitsbereichen.

Mit über 60 Unternehmen und Institutionen vorwiegend aus dem Zollernalbkreis, erwartet dich eine geballte Gesundheitskompetenz. Auch die beliebten Vital-Checks mit 15 Checkup-Stationen gibt es wieder. Einer davon ist der für Männer kostenlos angebotene Testosterontest am Messesonntag von 11 – 14:30 Uhr.

Auf der Bühne und im Vortragsraum geben Fach- und Klinikärzte, Therapeuten, Heilpraktiker und Gesundheitsexperten anregende Impulse zu Themen wie Ernährung, Rückengesundheit, Augengesundheit, Schmerztherapie, Gelenkersatz, Brustkrebsvorsorge, Darmgesundheit und vielem mehr.

Ein virtuelles Darmmodell am Stand des Zollernalb Klinikum ermöglicht es, die Entwicklungsstadien der Vorstufen von Darmkrebs zu sehen. Ein begehbare Brustmodell verdeutlicht am Messesonntag,

wie gutartige und bösartige Brusterkrankungen entstehen. Zum Thema Gelenkersatz zeigen Demo-OPs der ACURA Fachklinik die Vorgehensweise beim Kniegelenk sowie an der Wirbelsäule. Für Ratsuchende pflegende Angehörige gibt es ebenfalls Anlaufstellen.

Alle Infos zu den Teilnehmern und dem Programm: [www.gesundheitstage-balingen.de](http://www.gesundheitstage-balingen.de)

Veranstaltungsort: volksbankmesse Balingen  
 Öffnungszeiten: Sa., 24. + So., 25. Februar 2024 jeweils 11 – 17 Uhr  
 Eintritt: 5,- Euro, / 4,- Euro ermäßigt (Schwerbehinderte, Rentner und Studenten)  
 Kinder unter 16 Jahre Eintritt frei.  
 Kinderbetreuung: Feriencampus-Team vhs BL  
 Messesgastronomie: Thomas Seitz / Essen auf Rädern





MESSE | VITAL-CHECKS | EXPERTEN-VORTRÄGE | BÜHNE

## Gesundheitstage Balingen

# FIT GESUND

**24.+25. FEB. 2024**  
 11 - 17 h VOLKSBANKMESSE BALINGEN



SCAN ME

Partner:







