

11.00 Uhr	<p>Messeeröffnung mit anschließendem Messerundgang</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ermilio Verrengia, Bürgermeister Stadt Balingen
11.30 – 12.10 Uhr Podiumsgespräch Moderation: Boris Retzlaff M.A.	<p>Darmkrebs verstehen, vorbeugen und besiegen. Wie wichtig ist ein gesunder Darm?! Ernährung / Krebsvorsorge & Krebstherapie / Autoimmunerkrankungen / Allergien</p> <ul style="list-style-type: none"> • Priv.-Doz. Dr. Dr. Erwin Biecker Stv. ärztlicher Direktor Facharzt für Innere Medizin Schwerpunkt Gastroenterologie, Zollernalb Klinikum (Stand 18) • Dr. med. Uwe Markert Chefarzt der Klinik für Allgemein-, Viszeral- & Endokrine Chirurgie, Zollernalb Klinikum (Stand 18) • Sandra Hunker-Feldner, Stoma-Therapeutin (Stand 18) • Susanne Hämmerle, Heilpraktikerin Naturheilpraxis Hämmerle (Stand 44)
12.15 – 12.50 Uhr Vortrag	<p>Darmkrebsvorsorgeuntersuchungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Priv.-Doz. Dr. Dr. Erwin Biecker Stv. ärztlicher Direktor Facharzt für Innere Medizin Schwerpunkt Gastroenterologie, Zollernalb Klinikum (Stand 18)
13.00 – 13.40 Uhr Podiumsgespräch Moderation: Boris Retzlaff M.A.	<p>Rückenfit für eine gesunde Wirbelsäule. Der Weg zum gesunden Rücken mit Sicht auf den gesamten Bewegungsapparat</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dr. med. Ulrich Bläsi, Ärztlicher Direktor und Chefarzt Orthopädie, Acura Fachklinik (Stand 130) • Andreas Moser, Fitnessökonom (BA), Studioleiter INJOY Balingen, Personal Trainer, Fachübungsleiter für Rehasport INJOY Balingen (Stand 42) • Patricio Bolt, Fitnesstrainer A+B-Lizenz, Ärztlich geprüfter sportmedizinischer Fitnesstrainer, Sporttherapeut für Primärprävention, STARK Fitness (Stand 122)
13.45 – 14.10 Uhr Vortrag	<p>Gesund altern und länger Leben – was Langlebigkeit bedeutet und wie man sie erreicht! Tipps für jeden Lebensabschnitt</p> <ul style="list-style-type: none"> • Andreas Moser, Fitnessökonom (BA), Studioleiter INJOY Balingen, Personal Trainer, Fachübungsleiter für Rehasport INJOY Balingen (Stand 42)
14.15 – 14.55 Uhr Podiumsgespräch Moderation: Boris Retzlaff M.A.	<p>Das neue Zentralklinikum</p> <ul style="list-style-type: none"> • Günther-Martin Pauli, Landrat und Aufsichtsratsvorsitzender • Dr. Gerhard Hinger, Vorsitzender Geschäftsführer Zollernalb Klinikum • Markus Riester, Projektleiter Neubau
15.10 – 15.40 Uhr Vortrag / Demo-OP	<p>Zurück zum gesunden Kniegelenk. Live-Demonstration einer Operation am künstlichen Kniegelenk</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dr. med. Ulrich Bläsi, Ärztlicher Direktor und Chefarzt Orthopädie, Acura Fachklinik (Stand 130)
15.45 – 16.10 Uhr Podiumsgespräch Moderation: Boris Retzlaff M.A.	<p>Von Verletzung zu Bestleistung: Sporttraumatologie im Fokus</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dr. med. Jehad Tibba, Leitender Arzt Sportmedizin und Zentrale Notaufnahme Balingen (Stand 18) • Mirijam Hinger, M.Sc. Sportwissenschaft (Stand 18)
16.15 – 16.35 Uhr Vortrag	<p>Aromatische Wunder: dōTERRA´s ätherische Öle und ihre unglaublichen Kräfte – für MEHR Leben und Gesundheit!</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stefanie Albus und Team Oil Exquisite (Stand 60)

11.30 – 11.55 Uhr Vortrag	<p>RV fit – das kostenfreie Trainingsprogramm für Berufstätige mit Elementen zu Bewegung, Ernährung und Stressbewältigung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Antje Berger, Firmenberaterin Deutsche Rentenversicherung Bund (Stand 56)
12.00 – 12.25 Uhr Vortrag	<p>Die Hüftgelenksarthrose</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dr. med. Christian Friz, Facharzt für Chirurgie, Unfallchirurgie, Orthopädie, Viszeralchirurgie, Zollernalb Klinikum (Stand 18)
12.30- 12.55 Uhr Vortrag	<p>Gesund und leistungsfähig durch aktivierten Sauerstoff. Natürliche Unterstützung bei chronischen Krankheiten. Sauerstofftherapie nach dem Nobelpreisträger Prof. Dr. Warburg</p> <ul style="list-style-type: none"> • Udo Röck, Geschäftsführer Udo Röck GmbH (Stand 108)
13.00 – 13.25 Uhr Vortrag	<p>Aktuelle Behandlungsansätze und Fortschritte in der Darmkrebstherapie</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dr. med. Uwe Markert Chefarzt der Klinik für Allgemein-, Viszeral- & Endokrine Chirurgie, Zollernalb Klinikum (Stand 18)
13.30 – 13.55 Uhr Vortrag	<p>Emotionalen Ballast in Leichtigkeit loslassen - Lerne den Emotionen Code aus dem gleichnamigen Bestsellerbuch von Dr. Bradley Nelson kennen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Yvonne Heinzelmann Life Coach, Yvonne Heinzelmann, Gratitude (Stand 105)
14.00 – 14.25 Uhr Vortrag	<p>Gesundheitliche Belastungen unter Long Covid ...ist OXIVENIERUNG hilfreich?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ralf A. Lamprecht, Heilpraktiker, kPNI®-Therapeut, re.la Gesundheitspraxis (Stand 58)
14.30 – 14.55 Uhr Vortrag	<p>Von Bewegungseinschränkungen zu Lebensqualität: Gelenkarthrose und Gelenkerkrankungen – Ursachen und Behandlungsoptionen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dr. med. Ulrich Bläsi, Ärztlicher Direktor und Chefarzt Orthopädie, Acura Fachklinik (Stand 130)
15.00 – 15.25 Uhr Vortrag	<p>Nahrungsergänzungsmittel im Fokus – Chancen, Risiken und die Rolle einer bewussten Ergänzung für unsere Gesundheit</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lena Völkle, Gesundheitswissenschaftlerin (M.A.), Gründerin Suppsecret® (Stand 106)
15.30 – 15.55 Uhr Vortrag	<p>Sturzprophylaxe - Sturzursachen und Vorsorge</p> <ul style="list-style-type: none"> • Karl Saile, Übungsleiter für Prävention und DTB-Kursleiter Sturzprävention, TSG Balingen (Stand 69)
16.00 – 16.30 Uhr Vortrag	<p>By-by Winterblues -Idealer Vitamin/Mineral/Nährstoffe-Mix für neuen Schwung in den Frühling!</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ralf A. Lamprecht, Heilpraktiker, kPNI®-Therapeut, re.la Gesundheitspraxis (Stand 58)

11.15 – 11.40 Uhr Vortrag	<p>Aromatische Wunder: dōTERRA´s ätherische Öle und ihre unglaublichen Kräfte – für MEHR Leben und Gesundheit!</p> <ul style="list-style-type: none"> Stefanie Albus und Team Oil Exquisite (Stand 60)
11.45 – 12.10 Uhr Vortrag	<p>Wunderwerk Ohr – wenn die Verbindung zur Außenwelt schwindet - was moderne Hörgeräte heutzutage leisten!</p> <ul style="list-style-type: none"> Timo Giovanniello, Hörgeräteakustik-Meister und Petra Jetter, Bezirksleitung/Zollernalb - Amplifon - Die Hörexperten
12.15 – 12.50 Uhr Podiumsgespräch Moderation: Boris Retzlaff M.A.	<p>Süchtiges Verhalten bei Jugendlichen: Zwischen Normalität und Risiko. Wie problematischem Verhalten angemessen begegnet und präventiv gehandelt werden kann</p> <ul style="list-style-type: none"> Adelbert Gillmann, Elternkreisleiter, Elternselbsthilfe Zollernalbkreis für suchtgefährdete und suchtkranke Töchter und Söhne (Stand 112) Martin Weise, B.A. der soz. Arbeit, Diak. Bezirksstelle BL, FBL Suchtberatung Steffi Tusek, Familiencoaching
13.00 – 13.40 Uhr Podiumsgespräch Moderation: Boris Retzlaff M.A.	<p>Brustkrebsvorsorge und Selbstfürsorge - Vorbeugung, Früherkennung und Therapiemöglichkeiten</p> <ul style="list-style-type: none"> Dr. med. Julia Klenske, Fachärztin für Frauenheilkunde und Geburtshilfe, Zollernalb Klinikum (Stand 18) Prof. Dr. Michael Bitzer, Ärztlicher Direktor, Facharzt für Radiologische Diagnostik und Neuroradiologie, Zollernalb Klinikum (Stand 18)
13.45 – 14.10 Uhr Vortrag / Demo OP	<p>Einblick in die Wirbelsäulenchirurgie: Live-Demonstration einer Operation an der künstlichen Wirbelsäule</p> <ul style="list-style-type: none"> Dr. med. Eduard Stettin, Leitender Oberarzt der Wirbelsäulenchirurgie, Facharzt für Neurochirurgie, Acura Fachklinik (Stand 130)
14.15 – 14.50 Uhr Podiumsgespräch Moderation: Boris Retzlaff M.A.	<p>Gesund durch Ernährungsumstellung – der Schlüssel zu Wohlbefinden und Vitalität? Erkrankungen richtig analysieren und behandeln</p> <ul style="list-style-type: none"> Vanessa Killmaier-Fischer, Staatl. Gepr. Ernährungsberaterin, Betriebliche Gesundheitsmanagerin (Stand 6) Ralf A. Lamprecht, Heilpraktiker, re.la Gesundheitspraxis (Stand 58) Susanne Hämmerle, Heilpraktikerin Naturheilpraxis Hämmerle (Stand 44)
Impulsvortrag 14.55 – 15.10	<p>Wie entstehen Schmerzen im Bewegungsapparat und was kann man selbst dagegen tun?</p> <ul style="list-style-type: none"> Andreas Moser, Fitnessökonom (BA), Studioleiter INJOY Balingen, Personal Trainer, Fachübungsleiter für Rehasport INJOY Balingen (Stand 42)
15.10 – 15.40 Uhr Podiumsgespräch Moderation: Boris Retzlaff M.A.	<p>Schmerzbeschwerden im Bewegungsapparat aufdecken und richtig behandeln</p> <ul style="list-style-type: none"> Dr. med. Eduard Stettin, Leitender Oberarzt der Wirbelsäulenchirurgie, Facharzt für Neurochirurgie, Acura Fachklinik (Stand 130) Andreas Moser, Fitnessökonom (BA), Studioleiter INJOY Balingen, Personal Trainer, Fachübungsleiter für Rehasport INJOY Balingen (Stand 42) Dr. med. Mona Suroğlu, wissenschaftliche Beraterin im freezeclub Balingen (S 32) Udo Röck, Geschäftsführer Udo Röck GmbH (Stand 108)
15.45 – 16.10 Uhr Vortrag	<p>Nahrungsergänzungsmittel im Fokus – Chancen, Risiken und die Rolle einer bewussten Ergänzung für unsere Gesundheit</p> <ul style="list-style-type: none"> Lena Vökle, Gesundheitswissenschaftlerin (M.A.), Gründerin Suppsecret® (Stand 106)
16.15 – 16.30 Uhr Vorführung	<p>Simulierter Hausnotruf-Einsatz</p> <ul style="list-style-type: none"> Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. Regionalverband Württemberg Mitte

11.30 – 11.55 Uhr Vortrag	Biotop Mund – was hat das mit dem Darm zu tun? <ul style="list-style-type: none">• Ralf A. Lamprecht, Heilpraktiker, kPNI®-Therapeut, re.la Gesundheitspraxis (Stand 58)
12.00 – 12.25 Uhr Vortrag	Brustgesundheit verstehen: Präventive Maßnahmen gegen Brustkrebs <ul style="list-style-type: none">• Dr. med. Julia Klenske, Fachärztin für Frauenheilkunde und Geburtshilfe, Zollernalb Klinikum (Stand 18)
12.30 – 12.55 Uhr Vortrag	Klare Sicht in allen Lebensphasen: Altersbedingte Makuladegeneration ADM (IVOM) und Grauer Star verstehen, vorbeugen und behandeln <ul style="list-style-type: none">• Dr. med. univ. David Kubiak, F.E.B.O. Facharzt für Augenheilkunde, Augenzentrum Eckert (Stand 20)
13.00 – 13.25 Uhr Vortrag	Schmerztherapie: Behandlungsansätze von akuten bis chronischen Schmerzen <ul style="list-style-type: none">• Dr. med. Eduard Stettin, Leitender Oberarzt der Wirbelsäulenchirurgie, Facharzt für Neurochirurgie, Acura Fachklinik (Stand 130)
13.30 – 13.55 Uhr Vortrag	Gesund und leistungsfähig durch aktivierten Sauerstoff. Natürliche Unterstützung bei chronischen Krankheiten. Sauerstofftherapie nach dem Nobelpreisträger Prof. Dr. Warburg <ul style="list-style-type: none">• Udo Röck, Geschäftsführer Udo Röck GmbH (Stand 108)
14.00 – 14.25 Uhr Vortrag	Sport als Therapie? Die Rolle von Sport bei der Behandlung psychischer Erkrankungen <ul style="list-style-type: none">• Dr. rer. nat. Johanna-Marie Zeibig, Psychologin (M.Sc.) CURA MED Akutklinik Albstadt (Stand 38)
14.30 – 14.55 Uhr Vortrag	Die Kniegelenksarthrose <ul style="list-style-type: none">• Dr. med. Ralf Hage, Hauptoperateur EndoProthetikZentrum, Leitender Arzt spezielle Orthopädie, Zollernalb Klinikum (Stand 18)
15.00 – 15.25 Uhr Vortrag	Demenz verstehen, erkennen, begleiten. Wenn Vergesslichkeit zur schleichenden Krankheit wird <ul style="list-style-type: none">• Christa Krauss, Freie Dozentin der vhs Balingen zum Thema Demenz (Stand 50)
15.30 – 15.55 Uhr Vortrag	Wir haben mehr als 5 Sinne! Erfahre mehr über deine spirituellen Sinne und wie du diese Fähigkeiten, die uns allen geschenkt wurden, trainieren und dein volles Potential nutzen kannst! <ul style="list-style-type: none">• Yvonne Heinzelmann Life Coach, Yvonne Heinzelmann, Gratitude (S. 105)
16.00 – 16.25 Uhr Vortrag	Wie kann ich spontane Hilfe im Alltag und der Pflege erhalten? <ul style="list-style-type: none">• Florian Buschbacher, Gründer der App Comii, Comii GmbH (Stand 63)
