

---

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

---

---

|                              |   |
|------------------------------|---|
| 11.30 – 11.55 Uhr<br>Vortrag | <b>RV fit – das kostenfreie Trainingsprogramm für Berufstätige mit Elementen zu Bewegung, Ernährung und Stressbewältigung</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Antje Berger, Firmenberaterin Deutsche Rentenversicherung Bund (Stand 56)</li></ul>                                 |
| 12.00 – 12.25 Uhr<br>Vortrag | <b>Die Hüftgelenksarthrose</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Dr. med. Christian Friz, Facharzt für Chirurgie, Unfallchirurgie, Orthopädie, Viszeralchirurgie, Zollernalb Klinikum (Stand 18)</li></ul>  |
| 12.30- 12.55 Uhr<br>Vortrag  | <b>Gesund und leistungsfähig durch aktivierten Sauerstoff. Natürliche Unterstützung bei chronischen Krankheiten. Sauerstofftherapie nach dem Nobelpreisträger Prof. Dr. Warburg</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Udo Röck, Geschäftsführer Udo Röck GmbH (Stand 108)</li></ul> |
| 13.00 – 13-25 Uhr<br>Vortrag | <b>Aktuelle Behandlungsansätze und Fortschritte in der Darmkrebstherapie</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Dr. med. Uwe Markert Chefarzt der Klinik für Allgemein-, Viszeral- &amp; Endokrine Chirurgie, Zollernalb Klinikum (Stand 18)</li></ul>                               |
| 13.30 – 13.55 Uhr<br>Vortrag | <b>Emotionalen Ballast mit Leichtigkeit loswerden</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Yvonne Heinzelmann Life Coach, Gratitude by Yvonne Heinzelmann (Stand 105)</li></ul>  |
| 14.00 – 14.25 Uhr<br>Vortrag | <b>Gesundheitliche Belastungen unter Long Covid ...ist OXIVENIERUNG hilfreich?</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ralf A. Lamprecht, Heilpraktiker, kPNI®-Therapeut, re.la Gesundheitspraxis (Stand 58)</li></ul>  |
| 14.30 – 14.55 Uhr<br>Vortrag | <b>Von Bewegungseinschränkungen zu Lebensqualität: Gelenkarthrose und Gelenkerkrankungen – Ursachen und Behandlungsoptionen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Dr. med. Ulrich Bläsi, Ärztlicher Direktor und Chefarzt Orthopädie, Acura Fachklinik (Stand 130)</li></ul>        |
| 15.00 – 15.25 Uhr<br>Vortrag | <b>Nahrungsergänzungsmittel im Fokus – Chancen, Risiken und die Rolle einer bewussten Ergänzung für unsere Gesundheit</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Lena Völkle, Gesundheitswissenschaftlerin (M.A.), Gründerin Suppsecret® (Stand 106)</li></ul>                           |
| 15.30 – 15.55 Uhr<br>Vortrag | <b>Sturzprophylaxe - Sturzursachen und Vorsorge</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Karl Saile, Übungsleiter für Prävention und DTB-Kursleiter Sturzprävention, TSG Balingen (Stand 69)</li></ul>   |
| 16.00 – 16.30 Uhr<br>Vortrag | <b>By-by Winterblues -Idealer Vitamin/Mineral/Nährstoffe-Mix für neuen Schwung in den Frühling!</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ralf A. Lamprecht, Heilpraktiker, kPNI®-Therapeut, re.la Gesundheitspraxis (Stand 58)</li></ul>   |

---

---

|  |   |
|--|---|
| 11.15 – 11.55 Uhr<br>Podiumsgespräch<br>Moderation:<br>Boris Retzlaff M.A. | <b>Süchtiges Verhalten bei Jugendlichen: Zwischen Normalität und Risiko. Wie problematischem Verhalten angemessen begegnet und präventiv gehandelt werden kann</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Adelbert Gillmann, Elternkreisleiter, Elternselbsthilfe Zollernalbkreis für suchtgefährdete und suchtkranke Töchter und Söhne (Stand 112)</li><li>• Martin Weise, B.A. der sozialen Arbeit, Diakonische Bezirksstelle Balingen, FBL Suchtberatung</li></ul>  |
| 12.00 – 12.25 Uhr<br>Vortrag   | <b>Wunderwerk Ohr – wenn die Verbindung zur Außenwelt schwindet - was moderne Hörgeräte heutzutage leisten!</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Timo Giovanniello, Hörgeräteakustik-Meister, Amplifon - Die Hörexperten, Balingen</li><li>• Petra Jetter, Bezirksleitung/Zollernalb - Amplifon - Die Hörexperten</li></ul>  |
| 12.30 – 12.55 Uhr<br>Vortrag   | <b>Aromatische Wunder: dōTERRA´s ätherische Öle und ihre unglaublichen Kräfte – für MEHR Leben und Gesundheit!</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Stefanie Albus und Team Oil Exquisite (Stand 60)</li></ul>   |
| 13.00 – 13.40 Uhr<br>Podiumsgespräch<br>Moderation:<br>Boris Retzlaff M.A. | <b>Brustkrebsvorsorge und Selbstfürsorge - Vorbeugung, Früherkennung und Therapiemöglichkeiten</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Dr. med. Julia Klenske, Fachärztin für Frauenheilkunde und Geburtshilfe, Zollernalb Klinikum (Stand 18)</li><li>• Prof. Dr. Michael Bitzer, Ärztlicher Direktor, Facharzt für Radiologische Diagnostik und Neuroradiologie, Zollernalb Klinikum (Stand 18)</li></ul>   |
| 13.45 – 14.10 Uhr<br>Vortrag   | <b>Einblick in die Wirbelsäulenchirurgie: Live-Demonstration einer Operation an der künstlichen Wirbelsäule</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Dr. med. Eduard Stettin, Leitender Oberarzt der Wirbelsäulenchirurgie, Facharzt für Neurochirurgie, Acura Fachklinik (Stand 130)</li></ul>  |
| 14.15 – 14.50 Uhr<br>Podiumsgespräch<br>Moderation:<br>Boris Retzlaff M.A. | <b>Gesund durch Ernährungsumstellung – der Schlüssel zu Wohlbefinden und Vitalität? Erkrankungen richtig analysieren und behandeln</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Vanessa Killmaier-Fischer, Staatl. Gepr. Ernährungsberaterin, Betriebliche Gesundheitsmanagerin (Stand 6)</li><li>• Ralf A. Lamprecht, Heilpraktiker, re.la Gesundheitspraxis (Stand 58)</li><li>• Susanne Hämmerle, Heilpraktikerin Naturheilpraxis Hämmerle (Stand 44)</li></ul>   |
| Impulsvortrag<br>14.55 – 15.10   | <b>Schmerzbeschwerden im Bewegungsapparat – muss das sein?</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Andreas Moser, BA, Fitnessökonom, Fachübungsleiter für Diabetiker- und Rehasport, Studioreiter INJOY Balingen (Stand 42)</li></ul>   |
| 15.10 – 15.40 Uhr<br>Podiumsgespräch<br>Moderation:<br>Boris Retzlaff M.A. | <b>Schmerzbeschwerden im Bewegungsapparat aufdecken und richtig behandeln.</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Dr. med. Ismail Al-Kebsi, Facharzt für Neurochirurgie Leitender Arzt MVZ Neurochirurgie Balingen am Zollernalb Klinikum (angefragt)</li><li>• Dr. med. Eduard Stettin, Leitender Oberarzt der Wirbelsäulenchirurgie, Facharzt für Neurochirurgie, Acura Fachklinik (Stand 130)</li><li>• Andreas Moser, BA, Fitnessökonom, Fachübungsleiter für Diabetiker- und Rehasport, Studioreiter INJOY Balingen (Stand 42)</li><li>• Teilnehmer folgt, freezeclub Kältekammer Balingen (Stand 32)</li></ul> |
| 15.45 – 16.10 Uhr<br>Vortrag   | <b>Nahrungsergänzungsmittel im Fokus – Chancen, Risiken und die Rolle einer bewussten Ergänzung für unsere Gesundheit</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Lena Völkle, Gesundheitswissenschaftlerin (M.A.), Gründerin Suppsecret® (Stand 106)</li></ul>   |

---

---

|                              |   |
|------------------------------|---|
| 11.30 – 11.55 Uhr<br>Vortrag | <b>Biotope Mund – was hat das mit dem Darm zu tun?</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ralf A. Lamprecht, Heilpraktiker, kPNI®-Therapeut, re.la Gesundheitspraxis (Stand 58)</li></ul>  |
| 12.00 – 12.25 Uhr<br>Vortrag | <b>Brustgesundheit verstehen: Präventive Maßnahmen gegen Brustkrebs</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Sabine Barrera-Bretel, Breast Care Nurse (Stand 18)</li></ul>   |
| 12.30 – 12.55 Uhr<br>Vortrag | <b>Klare Sicht in allen Lebensphasen: Altersbedingte Makuladegeneration ADM (IVOM) und Grauer Star verstehen, vorbeugen und behandeln</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Dr. med. univ. David Kubiak, F.E.B.O. Facharzt für Augenheilkunde, Augenzentrum Eckert (Stand 20)</li></ul> |
| 13.00 – 13.25 Uhr<br>Vortrag | <b>Schmerztherapie:<br/>Behandlungsansätze von akuten bis chronischen Schmerzen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Dr. med. Eduard Stettin, Leitender Oberarzt der Wirbelsäulenchirurgie, Facharzt für Neurochirurgie, Acura Fachklinik (Stand 130)</li></ul>                        |
| 13.30 – 13.55 Uhr<br>Vortrag | <b>Gesund und leistungsfähig durch aktivierten Sauerstoff. Natürliche Unterstützung bei chronischen Krankheiten. Sauerstofftherapie nach dem Nobelpreisträger Prof. Dr. Warburg</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Udo Röck, Geschäftsführer Udo Röck GmbH (Stand 108)</li></ul>     |
| 14.00 – 14.25 Uhr<br>Vortrag | <b>Sport als Therapie? Die Rolle von Bewegung und Sport bei der Prävention und Behandlung von psychischen Erkrankungen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Dr. rer. nat. Johanna-Marie Zeibig, Psychologin (M.Sc.) CURA MED Akutklinik Albstadt (Stand 38)</li></ul>                  |
| 14.30 – 14.55 Uhr<br>Vortrag | <b>Die Kniegelenksarthrose</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Dr. med. Ralf Hage, Hauptoperateur EndoProthetikZentrum, Leitender Arzt spezielle Orthopädie, Zollernalb Klinikum (Stand 18)</li></ul>   |
| 15.00 – 15.25 Uhr<br>Vortrag | <b>Demenz verstehen, erkennen, begleiten.<br/>Wenn Vergesslichkeit zur schleichenden Krankheit wird</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Christa Krauss, Freie Dozentin der vhs Balingen zum Thema Demenz (Stand 50)</li></ul>   |
| 15.30 – 15.55 Uhr<br>Vortrag | <b>Emotionalen Ballast mit Leichtigkeit loswerden</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Yvonne Heinzelmänn Life Coach, Gratitude by Yvonne Heinzelmänn (Stand 105)</li></ul>  |
| 16.00 – 16.25 Uhr            | <b>Wie kann ich spontane Hilfe im Alltag und der Pflege erhalten?</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Florian Buschbacher, Gründer von Comii GmbH</li></ul>   |

---