

KOSTENLOSE FACHVORTRÄGE

www.messe-balance.de
BALANCE

2013

Freitag

15.30 - 16.30 Uhr **„Ist Gesundheit machbar?“ Faktoren der körperlichen und seelischen Gesundheit** (Dipl.-Psych. Annegret Hölscher, Leiterin Gesundheitsförderung und Selbsthilfekontaktstelle, Grafschaft Bentheim)

17.00 - 18.00 Uhr **„Essen könnte so schön sein – Leben mit Essstörungen“** (Miriam Becksvoort, Ökotrophologin)

Samstag

11.00 - 12.00 Uhr **„Diagnose Krebs: Möglichkeiten der modernen Strahlentherapie“** (Dr. med. Afshin Radmard, Facharzt für Strahlentherapie, Strahlentherapie Nordhorn/Meppen, Klinik für Strahlentherapie, EUREGIO-KLINIK)

12.15 - 13.15 Uhr **Peter- Hess- Klangmethoden, Burnout Prophylaxe für Erwachsene und Kinder, KLANGcoaching** (Anna Britta Avramidis, KlangDialog)

13.45 - 14.45 Uhr **Fasten- und Ernährungskuren – Dieser Vortrag vermittelt Ihnen einen Überblick über die gängigsten Fastenmethoden, ihre Wirkung auf Körper und Geist sowie die praktische Durchführung sind Schwerpunkte dieser Veranstaltung** (Daniel Kruse, Refo,- Ernährungs- und Diätberater, Reformhaus Kruse)

15.00 - 16.00 Uhr **Was tun bei Sportverletzungen?** (Dr. Ingo Barck, Sportmediziner und Chiroprapeut, Ortho-Reha GmbH)

16.00 - 17.00 Uhr **„Qigong und Taijiquan – Gesundheit für Körper, Geist und Seele“ (Vortrag und Vorführung)** (Ariestanto Jakobs und Dr. med. R. Dharmawan, Meridian)

16.30 - 17.30 Uhr **„Fußball, Joggen, Fahrradfahren – Überlastungsprobleme im Sport“** (Dr. med. Michael Henkel Chefarzt Klinik für Unfall- und Handchirurgie, Orthopädie, EUREGIO-KLINIK)

Sonntag

11.00 - 12.00 Uhr **Demenz: Die Volkskrankheit der alternden Gesellschaft** (Dr. Johannes Minnich, Amtsärztlicher Leiter Gesundheitsamt, Grafschaft Bentheim)

11.00 - 12.00 Uhr **„Gesunde Ernährung – langes Leben?“** (Priv. Doz. Dr. med. Konrad Schoppmeyer, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin, Gastroenterologie und Stoffwechselerkrankungen, EUREGIO-KLINIK)

12.30 - 13.30 Uhr **„Rücken schmerzt – operieren? Wenn ja – wann? Wenn nein – was dann?“** (Dr. med. Thole, Chefarzt der Klinik für Anästhesiologie, perioperative Intensivmedizin, Schmerztherapie und Palliativmedizin, EUREGIO-KLINIK)

13.45 - 14.45 Uhr **Bademodenschau für brustoperierte Frauen** (Gausmann Orthopädietechnik)

13.45 - 14.45 Uhr **„Willkommen im Leben – gemeinsam von Anfang an für eine starke Eltern-Kind-Bindung“** (Gertrud Wegter, Stationsleitung Neugeborenen- und Kinderintensivstation, EUREGIO-KLINIK)

15.15 - 16.15 Uhr **„Hören heute“ – Was ist möglich, wo sind Grenzen?** (Yaser Georgos, Hörgeräteakustikmeister, GN-Hearing GmbH)

16.00 - 17.00 Uhr **„Qigong und Taijiquan – Gesundheit für Körper, Geist und Seele“ (Vortrag und Vorführung)** (Ariestanto Jakobs und Dr. med. R. Dharmawan, Meridian)

16.30 - 17.30 Uhr **Stabilität – die Grundlage für Belastbarkeit** (Thomas Hermann)

5. Grafschafter Messe für Gesundheit, Wellness und Beauty



EINTRITT FREI!

8. BIS 10. MÄRZ

Öffnungszeiten: Freitag: 14 - 18 Uhr
Samstag & Sonntag von 10 - 18 Uhr

- Kostenlose Fachvorträge
- Spiel und Spaß im Kinderland
- vielseitiges Rahmenprogramm

Kultur- & Alte Weberei
Tourismuszentrum
NORDHORN



Stadt Nordhorn
Ideeller Träger der Messe

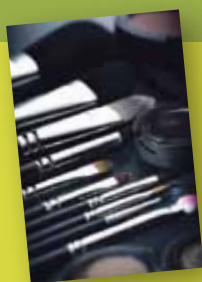


Kooperationspartner

Veranstalter:
zengamedia | agentur für marketing & event
www.zengamedia.de

Die 5. Graftschafter Messe für Gesundheit, Wellness und Beauty präsentiert auch in diesem Jahr auf mehr als 2.000 Quadratmetern Ausstellungsfläche Unternehmen, Vereine und Verbände aus der Region mit ihren vielfältigen Angeboten und Aktivitäten:

- Apotheken, Krankenhäuser, Praxen für Krankengymnastik und Ergotherapie, Reformhäuser, Reha-Einrichtungen und Pflegedienste
- Fitnesscenter und -geräte, Physiotherapie, Ernährungsberatung, Sportvereine und Krankenkassen
- Augenoptik, Zahntechnik und Hörgeräte
- Friseursalons, Fotostudio, Kosmetiksalons, Magnet- und kunsthandwerklicher Schmuck und Haarpraxen
- Gesund Wohnen und Arbeiten, Orthopädietechnik sowie Hausnotruf- und Sicherheitstechnik
- internationale Heilverfahren (z. B. mexikanische/aztekische und südostasiatische Anwendungen und amerikanische Chiropraktik), Naturheilverfahren und alternative Heilmethoden.



In exklusiven Fachvorträgen referieren Experten zu aktuellen Themen rund um die Bereiche Gesundheit, Wellness und Beauty – selbstverständlich kostenlos.

Grußwort des Schirmherrn
Landrat Friedrich Kethorn



Sehr geehrte Damen und Herren,

„es gibt nicht nur ansteckende Krankheiten, es gibt auch ansteckende Gesundheit“, meinte der Pädagoge Kurt Hahn und hat damit sicherlich nicht Unrecht. Gesundheit bedeutet mehr als nur körperlich fit sein, es ist auch eine Haltung oder ein Zustand, manchmal mit dem schlichten Begriff „Lebensfreude“ umschrieben. Besonders in reiferen Jahren weiß man, angesichts des Verlustes von Gesundheit im eigenen Fall oder bei nahestehenden Menschen, die Bedeutung von Gesundheit zu schätzen. Sie wird zum teuersten Gut.

Die Wissenschaft ist viel weiter als noch vor wenigen Jahrzehnten. Heute weiß man sehr viel über die für ein gesundes Leben wesentlichen Faktoren. Unabhängig von genetischen Bedingungen oder unvorhersehbaren Lebensereignissen wie Unfällen liegt es vielfach in der eigenen Hand, seine persönliche Gesundheit von Körper und Geist zu fördern. Sei es durch gute Ernährung, durch regelmäßige Bewegung, durch intakte soziale Beziehungen oder durch ein ausgewogenes Maß an An- und Entspannung.

Ich freue mich, dass die nun zum wiederholten Male stattfindende Messe BALANCE den zahlreichen Besuchern alle Aspekte der Gesundheit auf abwechslungsreiche Art und Weise nahebringt. Hier ist die Möglichkeit vorhanden, sich über Gesundheit, Wellness und Beauty zu informieren. Das Angebot von Ausstellern verschiedenster Bereiche wird außerdem sinnvoll ergänzt durch qualifizierte Fachvorträge und ein interessantes Rahmenprogramm.

Ich wünsche der Gesundheitsmesse viel Erfolg, den Ausstellern guten Zuspruch und den Besucherinnen und Besuchern viele neue Erkenntnisse und Informationen.

Ihr Friedrich Kethorn
Landrat der Graftschaf Bentheim

Spiel und Spaß im Kinderland unter dem Motto „Maskenball“

Ein tolles Programm für die kleinen Messebesucher unter der Aufsicht unserer professionellen Kinderbetreuung – Spannung und Abwechslung garantiert!

Action-Comedy

Unterhaltung und Spaß während der Messe – garantiert!

Aktionsprogramm

Auch dieses Jahr können unsere Besucher ihren Gleichgewichtssinn auf Segways testen. Der Turnverein Nordhorn stellt sich mit seinem Programm vor.

Messecafé

Gönnen Sie sich eine Pause in unserem Messecafé und genießen Sie Kaffee und Kuchen in entspannter Atmosphäre.

Kostenloser Shuttle-Service

Nutzen Sie bitte die Parkplätze auf dem Neumarkt und am Sonntag den kostenlosen Shuttle-Service.



Öffnungszeiten

Freitag: 14.00 Uhr – 18.00 Uhr
Samstag und Sonntag: 10.00 Uhr – 18.00 Uhr

Grußwort der Stadt Nordhorn
Bürgermeister Thomas Berling



Liebe Messebesucherinnen und -besucher,

den Themen Gesundheit und Wohlbefinden muss in unserer Gesellschaft, die stetig schnelllebiger und leistungsorientierter wird, größte Aufmerksamkeit geschenkt werden. Nach den Statistiken der Krankenkassen ist insbesondere der Anteil stressbedingter Krankheiten wie dem Burnout-Syndrom in den vergangenen Jahren stark angestiegen. Hohe Belastungen im Alltag machen uns darüber hinaus anfälliger für andere Krankheiten. Auf dieser Messe bieten sich Ihnen als Besucher vielfältige Möglichkeiten, sich umfassend über neueste Entwicklungen, Erkenntnisse und Angebote aus dem Gesundheitssektor zu informieren. Darüber hinaus geben die Aussteller in den Bereichen Wellness und Beauty eine Vielzahl von Anregungen, wie dem Stress im Alltag schon vorbeugend begegnet werden kann.

Die Themen der Messe sind also von besonders großer persönlicher Bedeutung. Darauf haben sich die Aussteller eingerichtet und bieten Informationen und Fachvorträge und präsentieren ihre Produkte generationsübergreifend für alle Altersklassen. Das Kultur- und Tourismuszentrum „Alte Weberei“ hat sich von der Größe und dem Ambiente her als perfekter Ort für diese Messe bewährt, die kompakt das Thema Gesundheit und Wellness in Nordhorn vorstellen möchte. Den ausstellenden Einrichtungen und Anbietern bietet sich darüber hinaus eine Möglichkeit, sich auszutauschen und Netzwerke zu knüpfen.

Nordhorn ist in der Graftschaf Bentheim der zentrale Ort für Einrichtungen und Angebote zur Gesundheitspflege und -vorsorge. Die Stadt Nordhorn war deshalb auch gerne wieder bereit, die ideale Trägerschaft für die Messe zu übernehmen, um dieses besondere Angebot zu unterstützen.

Ich wünsche Ihnen, liebe Besucherinnen und Besucher, einen informativen und angenehmen Aufenthalt auf der Messe. Nehmen Sie hilfreiche Anregungen und Tipps für ihr persönliches Wohlbefinden mit nach Hause. Den Ausstellerinnen und Ausstellern wünsche ich viel Erfolg bei der Präsentation ihrer Leistungen und Produkte, den Vortragenden das offene Ohr des Publikums und den Organisatoren einen optimalen Verlauf der Messe.

Ihr Thomas Berling
Bürgermeister der Stadt Nordhorn