

# BALANCE 2026

14. GRAFSCHAFTER GESUNDHEITSMESSE  
FÜR DIE GANZE FAMILIE

EINTRITT  
FREI!



AKTIONSPROGRAMM ZUM MITMACHEN  
KOSTENLOSE FACHVORTRÄGE WALKING ACTS  
KINDERLAND GEWINNSPIEL

06. - 08. MÄRZ

FR. 14 - 18 UHR | SA./SO. 10 - 18 UHR

**GRUSSWORT DES BÜRGERMEISTERS THOMAS BERLING  
ZUR MESSE „BALANCE 2026“**



**SEHR GEEHRTE DAMEN UND HERREN, LIEBE AUSSTELLERINNEN UND  
AUSSTELLER, LIEBE BESUCHERINNEN UND BESUCHER,**

es ist mir eine große Freude, Sie zur Messe Balance 2026 hier in Nordhorn begrüßen zu dürfen.

Die Stadt Nordhorn unterstützt die Balance auch in diesem Jahr wieder gerne als ideelle Trägerin. Nach mehrjähriger Pause ist die Messe im vergangenen Jahr gleich wieder ein großer Erfolg geworden. Rund 4.500 Besucherinnen und Besucher haben die Messe besucht. Diese Resonanz unterstreicht die gesellschaftliche Bedeutung der hier behandelten Themen und bestätigt das Konzept der Balance in besonderer Weise.

In einer Zeit, in der berufliche Anforderungen, familiäre Verpflichtungen und persönliche Erwartungen stetig wachsen, wird es immer wichtiger, die eigene Balance bewusst im Blick zu behalten. Die Messe bietet dafür eine wertvolle Plattform: Sie ermöglicht es, sich umfassend über aktuelle Entwicklungen, neue

Erkenntnisse und vielfältige Angebote rund um Gesundheit, Wellness und Prävention zu informieren. Die Ausstellerinnen und Aussteller präsentieren auch in diesem Jahr eine große Bandbreite an Ideen und Impulsen, wie wir den Herausforderungen des Alltags mit mehr Gelassenheit, Stabilität und Lebensqualität begegnen können. Ergänzt wird dies durch ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm.

Mein Dank gilt neben den engagierten Ausstellerinnen und Ausstellern insbesondere auch den Organisatoren der Firma zengamedia, die mit viel Einsatz und Erfahrung erneut eine Messe auf die Beine gestellt haben, die Menschen zusammenbringt und zum Mitmachen einlädt.

Ich bin überzeugt, dass die Balance 2026 wieder ein Ort des Austauschs, der Inspiration und der positiven Impulse sein wird. Nutzen Sie die Gelegenheit, Ihre

persönliche Balance weiter zu stärken.

Ich wünsche Ihnen eine spannende und bereichernde Zeit auf der Messe, anregende Gespräche und viele wertvolle Eindrücke. Den Ausstellerinnen und Ausstellern wünsche ich erfolgreiche Begegnungen und eine optimale Präsentation ihrer Angebote.

Ihr

*Thomas Berling*

Bürgermeister der Stadt Nordhorn



# HERZLICH WILLKOMMEN

## ZUR 14. GRAFSCHAFTER GESUNDHEITSMESSE FÜR DIE GANZE FAMILIE

ERFOLGREICHER NEUSTART WIRD WEITER AUSGEBAUT

### LIEBE MESSEBESUCHER, LIEBE AUSSTELLER,

Wenn die BALANCE am 06. März 2026 ihre Türen öffnet, kann sie an einen mehr als gelungenen Neustart im vergangenen Jahr anknüpfen. Und zum "Restart" hat die Messe 2025 eindrucksvoll gezeigt, welche Bedeutung sie für die Region hat. Dieser Erfolg ist zugleich Ansporn, das Konzept weiterzuentwickeln und die BALANCE noch stärker aufzustellen. Auch in diesem Jahr ist die Messehalle im Kulturzentrum Alte Weberei bis auf den letzten Platz ausgebucht. Rund 70 Aussteller aus der Region präsentieren ihre Angebote rund um die Themen Gesundheit, Pflege, Ernährung, Wellness und Sport. Damit bleibt die BALANCE die größte Messe ihrer Art in der Grafschaft und ein zentraler Treffpunkt für alle Generationen. Das bewährte Konzept setzt erneut auf ein hohes Maß an Interaktivität. Ein großes Programm zum Mitmachen – unter anderem gestaltet von den verschiedenen Abteilungen des TV Nordhorn – lädt Besucherinnen und Besucher dazu ein, selbst aktiv zu werden und neue Impulse für einen gesunden Alltag mitzunehmen. Ergänzt wird dies durch ein umfangreiches Fachvortragsprogramm mit insgesamt 15 Vorträgen zu vielfältigen Themen rund um Prävention, Wohlbefinden und Gesundheitsförderung. Auch die kleinen Gäste kommen nicht zu kurz: Ein liebevoll gestaltetes Kinderland, ein Ballonkünstler sowie zahlreiche familienfreundliche Angebote machen die BALANCE bewusst zu einer Messe für die ganze Familie. Magisches Entertainment bietet das ganze Wochenende Brandan Smeets, gemeinsame Lacher garantiert! Besonders freuen wir uns darüber, mit der AOK Niedersachsen erneut einen starken Kooperationspartner an unserer Seite zu wissen, der den erfolgreichen Neustart im vergangenen Jahr maßgeblich begleitet hat und sich klar zur ganzheitlichen Gesundheitsförderung bekannt. In diesem Jahr übernimmt zudem erneut die Stadt Nordhorn die ideelle Trägerschaft der BALANCE. Für diese Unterstützung und das entgegengesetzte Vertrauen bedanken wir uns herzlich. Mit einem ausgebuchten Haus, einem starken regionalen Netzwerk und einem vielfältigen Programm setzt die BALANCE 2026 ihren erfolgreichen Weg konsequent fort.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

**zengamedia**  
agentur für marketing & event



## BALANCE 2026

# DIE AUSSTELLER



Aesthetic Beauty Group	Agentur Gabriel Ay & Team	AOK Niedersachsen. Die Gesundheitskasse.	AWO Kreisverband Grafschaft Bentheim e. V.

Bela Aqua Beratungszentrum IPG Stammermann	Bemer Vertriebspartner Sandra Smist-Bartsch Andrea Heitmann	Bestattungshaus Niemeyer GmbH	Bodystreet Nordhorn Zentrum	Brillant Smile Studio	Conway Plewka

CoVita impulse	CSG Landesverband NRW e.V.	Die Brücke e. V.	DILANO GmbH	dōTERRA	Eishexe - Die Kältesauna

Ergotherapie Diesendorf	essbar Wittrock & Tegeder GbR	EUREGIO-KLINIK	Fachklinik Bad Bentheim Thermalsole und Schwefelbad Bentheim GmbH	Fachpraxis für Podologie Viktor Lippert	FITINDUSTRY Holding GmbH

FitLine   Vital.Twins	GBS Fachbereich Kosmetik- und Friseurhandwerk	Naturheilpraxis GesundZeit	Gesundheitshaus Heiden & Dömer GmbH & Co. KG	Haarpraxis Nordwest	Hansa Ambulante Pflegedienste GmbH

Heidis Genuswerkstatt	Hörgeräte Steenweg	IsaBell Naturkosmetik	Kattwiga Arzneimittel GmbH	kraftvoll GmbH	körpergefühl - stärke deine mitte

## BALANCE 2026

LCC Reisebüro Berndt	Liebscher & Bracht - Die Schmerzspezialisten	Massage by Lipo	meinSchlafpunkt.	Menschen Domizil GmbH	Na logo! Westphal

Naturheilpraxis Gina Büter	Optidee Marketing GmbH	Optik Brinkhaus e. K.	Der Paritätische Grafschaft Bentheim	Perspektiva - Systemische Beratung	pflegeMENSCHEN - Christoph Meier

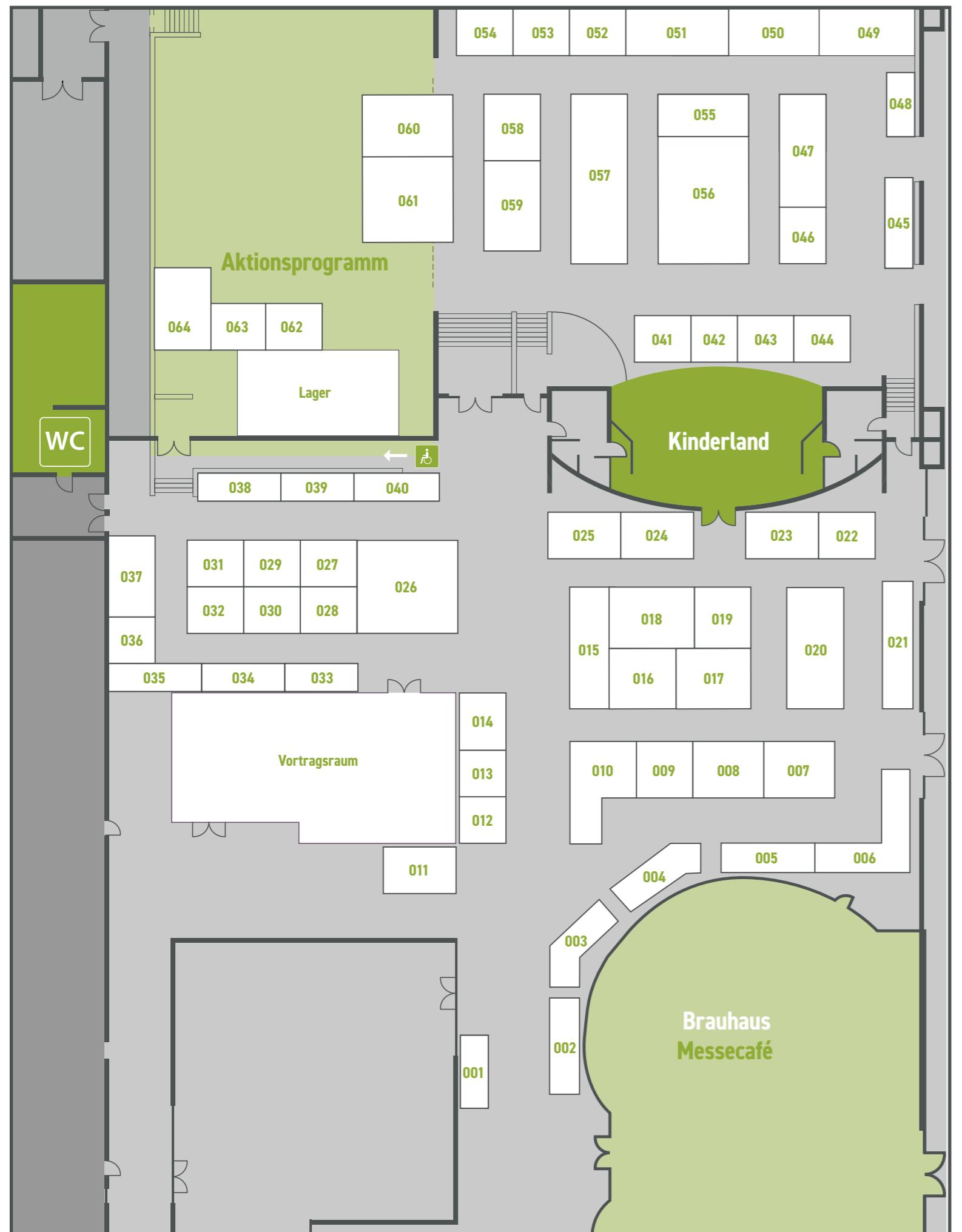
Physis - Praxis für Physiotherapie	Praxis Pferdeosteopathie Karsten Gemmekker	Praxisgemeinschaft Hebammerei Nordhorn	Päsler Pools & Wellness	QuEr Vital	Reformhaus Kruse

relaxwerk Marita Drees	RINGANA Partner   Barbara Kinser	Salzkasten Lingen	Sanitätshaus M+L GmbH	Seniorenbirat der Stadt Nordhorn

Singraven Full Service GmbH	Snellers E-bikes GmbH	Steuerbüro Scheer	Team Gesundheitsreise   Anja Heitkamp	Teampraxis Bad Bentheim

Vorwerk Deutschland Stiftung & Co. KG	VVV-Stadt- und Citymarketing Nordhorn	Waldbaden   Die Heilkraft der Bäume	Violashes Wimpernverlängerung und Augenbrauenstyling	Zweirad Hanselle GmbH

## BALANCE 2026



- |         |  |     |   |
|---------|--|-----|---|
| 001     | Salzgrotte Wietmarschen  | 034 | Menschen Domizil GmbH                                   |
| 002     | RINGANA Partner<br>Barbara Kinser & Silvana Hintze                   | 035 | Massage by Lipo   |
| 003     | doTERRA   Verena Bruns   | 036 | pflege MENSCHEN   |
| 004     | Singraven Full Service   | 037 | Optik Brinkhaus e.K.                                    |
| 005     | essbar Wittrock & Tegeder GbR  | 038 | Die Brücke e.V.   |
|         | QuEr vital   | 039 | Kattwiga Arzneimittel GmbH                              |
| 006     | FitLine   Vital.Twins  | 040 | Conways Kosmetik und mehr                               |
| 007     | AWO Kreisverband Grafschaft Bentheim e.V.                            | 041 | Vorwerk Deutschland Stiftung & Co. KG                   |
| 008     | Aesthetic Beauty Group   | 042 | Na Logo Logopädie                                       |
| 009     | Vechtetal Pflege GmbH  | 043 | Salzkasten Lingen                                       |
| 010     | Fachklinik Bad Bentheim Thermalsole und<br>Schwefelbad Bentheim GmbH | 044 | Heidis Genusswerkstatt                                  |
| 011     | VVV Nordhorn   | 045 | Liebscher & Bracht - Die Schmerzepezialisten            |
| 012     | Der Paritätische Grafschaft Bentheim                                 | 046 | Gesundheitscoach/ Ernährungsberatung  <br>Anja Heitkamp |
| 013     | Haarpraxis Nordwest  | 047 | FITINDUSTRY Holding GmbH                                |
| 014     | CoVita impulse   Conny Fillers                                       | 048 | relaxwerk Marita Drees                                  |
| 015     | Reformhaus Kruse   | 049 | Perspektiva Systemische Beratung                        |
| 016     | wn Elektromobilcenter Schüttorf                                      | 050 | DILANO GmbH   |
| 017     | LCC Reisebüro Berndt   | 051 | Sanitätshaus M+L  |
| 018     | kraftvoll GmbH   | 052 | Päsler Pool & Wellness                                  |
| 019     | Seniorenbeirat der Stadt Nordhorn                                    | 053 | Ergotherapie Diesendorf                                 |
| 020     | Hörgeräte Steenweg   | 054 | Fachpraxis für Podologie Viktor Lippert                 |
| 021 022 | Zweirad Hanselle GmbH  | 055 | Wiolashes   |
| 023     | Bestattungshaus Niemeyer GmbH  | 056 | Snellers E-bikes GmbH                                   |
| 024     | Bela Aqua Beratungscenter  | 057 | Baloise Generalagentur Gabriel Ay & Team                |
| 025     | EUREGIO-KLINIK Albert-Schweitzer-Straße GmbH                         | 058 | Naturheilpraxis Andrea Heitmann                         |
| 026     | AOK Niedersachsen. Die Gesundheitskasse.                             | 059 | Bemer Vertreibspartner   Sandra Smit-Bartsch            |
| 027     | Steuerbüro Scheer  | 060 | Physis Nordhorn   |
| 028     | Brillant Smile Studio  | 061 | mein Schlafpunkt.                                       |
| 029     | Praxis Pferdeosteopathie Karsten Gemmekter                           | 062 | Optidee Marketing GmbH                                  |
| 030     | Bodystreet Nordhorn Zentrum  | 063 | Naturheilpraxis Gina Büter                              |
| 031     | Naturheilpraxis GesundZeit   | 064 | Praxisgemeinschaft Hebammerei Nordhorn                  |
| 032     | Eishexe -Die Kältesauna  |     | körpergefühl - stärke deine mitte                       |
| 033     | Hansa Ambulante Pflegedienste GmbH                                   |     | CSG Landesverband NRW                                   |
|         |  |     | Gewerblich Berufsbildende Schulen                       |

# FACHVORTRÄGE

## FREITAG, 06. MÄRZ 2026

### 17:00 UHR

Private Krankenversicherung ohne Gesundheitsprüfung – wie geht das?  
Baloise Generalagentur Gabriel Ay & Team, Herr Gabriel Ay

## SAMSTAG, 07. MÄRZ 2026

### 11:00 UHR

Die Heilkraft der Kälte: Bei welchen Krankheiten oder Anwendungsbereichen kann die Kältesauna helfen? Was ist eine Kältesauna? Beispiele aus langjähriger Erfahrung  
Eishexe, Frau Tanja Tiedemann

### 12:00 UHR

Workshop Ätherische Öle  
Maja Berning

### 14:00 UHR

Volkskrankheit Rückenschmerzen – Entstehung und die Behandlung nach der Liebscher & Bracht-Methoden  
Liebscher & Bracht, Frau Jana Keukensbrink

### 15:00 UHR

"Reel oder real" – Ernährung zwischen Instagram und echter Begegnung  
Ernährungstherapie Quer Vital, Frau Yvonne Matthei

### 16:00 UHR

Erste Hilfe für Kleinkinder und Säuglinge – Was ist zu tun, wenn es den Kleinen mal schlecht geht  
DRK Nordhorn, Herr Paul Johannes Kollmann

### 17:00 UHR

Pflegeleistungen je nach Pflegegrad & Antragsverfahren zum Pflegegrad  
pflegeMenschen, Herr Christoph Meier

## SONNTAG, 08. MÄRZ 2026

### 11:00 UHR

Entscheidungen treffen, bevor andere entscheiden müssen: Bestattungsvorsorge, Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung und mehr  
Bestattungshaus Niemeyer GmbH, Herr Daniel Niemeyer

### 12:00 UHR

Die Kraft der Systeme – Wie unser Umfeld Stress beeinflusst und wie wir ihn reduzieren können.  
Perspektivia, Frau Laura Herrmann

### 13:00 UHR

Volkskrankheit Sarkopenie – Wie du trotzdem im Alter selbstbestimmt lebst und was dein Körper wirklich braucht kraftvoll

### 14:00 UHR

Fettleber, Zuckerblut & Peitsche... ich glaub, ich brauche die Spritze  
Essbar – das Gesundheitsteam, Herr Tobias Tegeder

### 15:00 UHR

Erste Hilfe für Kleinkinder und Säuglinge – Was ist zu tun, wenn es den Kleinen mal schlecht geht  
DRK Nordhorn, Herr Paul Johannes Kollmann

### 16:00 UHR

Ein Überblick über die sechs Säulen der Gesundheit, der Lehre nach der Salutogenese (Entstehung von Gesundheit)  
IPG Stammermann, Herr Peter Stammermann

### 17:00 UHR

Wie bringe ich wieder Leichtigkeit und Lebensfreude in meinen Alltag  
CoVita impulse, Frau Conny Fillers

**DAS VORTRAGS-PROGRAMM FINDET IM VORTRAGSRAUM STATT.**



# GROSSES RAHMENPROGRAMM

## KINDERLAND

### KREATIVE SINNESABENTEUER: BASTELN FÜR KÖRPER UND GEIST

Unsere ausgebildeten Betreuerinnen und Betreuer kümmern sich liebevoll und kompetent um Ihre Kleinen und sorgen mit viel Hingabe und Herz für viel Spaß in unserem Kinderland.



Sobald Sie Ihr Kind in sicheren Händen wissen, können Sie den Messerumgang in Ruhe genießen. Selbstverständlich haben Sie jederzeit die Möglichkeit, im Kinderland vorbeizuschauen, um nach dem Rechten zu sehen.

## ZAUBERBOSS

Die Messehalle wird von Zauberboss in eine faszinierende Welt der Magie, Unterhaltung und guten Laune verwandelt.

Als talentierter Zauberer, Hütchenspieler, Ballonkünstler, Clown und Kinderzauberer präsentiert er eine facettenreiche Show, die mit verblüffenden Tricks, kunstvollen Ballonfiguren und fröhlicher Clownerie Jung und Alt gleichermaßen begeistert.



Unvergessliche Tage voller Spaß und Staunen erwarten die Besucher – lassen Sie sich am Samstag und Sonntag von der Magie des Zauberbosses verzaubern!



## BRANDON SMEETS

### MAGIC ENTERTAINMENT

Dieses Klischee trifft auf Brandon Sweets – alles begann mit einem Zauberkasten. Heute, einige Jahre später, ist er ein professioneller Zauberer, erlebt und bewirkt magische Momente auf der ganzen Welt und widmet sich voll und ganz dem, was er am meisten liebt: Menschen zu unterhalten.



Mehr als 250 Shows in verschiedenen Ländern der Welt inszeniert Brandon pro Jahr und bringt die Magie mit sich an jeden Ort. Am Wochenende der Balance bringt er sich mit nach Nordhorn, direkt in die Alte Weberei! Sind Sie bereit für einen magischen Moment und gemeinsame Lacher mit Brandon Sweets?

**EMLICHHEIMER BAUMESSE 2026**  
23. BAU-, WOHN- & IMMOBILIENMESSE

**07. bis 08. Februar**

**BALANCE 2026**  
14. GRAFSCHAFTER GESUNDHEITSMESSE FÜR DIE GANZE FAMILIE

**06. bis 08. März**

**5.000 € TRAUMREISE**  
Jahres - Gewinnspiel

Beim Besuch unserer Messen nehmen Sie mit der Teilnahme am jeweiligen Gewinnspiel automatisch an der einmaligen Verlosung des Mega-Gewinns\* teil!

**ARBEITSWELTEN 2026**  
14. GRAFSCHAFTER MESSE FÜR AUSBILDUNG UND BERUF

**16. bis 18. September**

**LEBENSTRÄUME 2026**  
26. GRAFSCHAFTER MESSE FÜR BAUEN, WOHNEN UND LEBEN

**06. bis 08. November**

\*Nach der letzten Messe des Jahres, der Lebensträume, ermitteln wir dann unter allen Teilnehmern den Gewinner unseres Hauptpreises: Ein Reisegutschein vom Reisebüro Berndt in Höhe von 5.000 €!

## BALANCE 2026

# AKTIONSPROGRAMM ZUM MITMACHEN

### SAMSTAG, 07. MÄRZ 2026

**11:00 BIS 11:30 UHR**

Dance Kids – sorgen mit mitreißenden Choreographien für Stimmung  
TVN

**12:00 BIS 12:30 UHR**

Orientalischer Tanz – zeigen Eleganz und Ausdruck bei dieser besonderen Tanzrichtung  
TVN

**15:00 BIS 15:20 UHR**

Dancing Queens – Tanzen für Frauen  
CoVita impulse, Conny Fillers

**15:30 BIS 16:00 UHR**

Klangschalenreise zum Kennenlernen und Entspannen  
Naturheilpraxis, Gina Büter

**16:00 BIS 16:30 UHR**

Waldbaden  
Maja Berning

**16:30 BIS 16:50 UHR**

Dancing Queens – Tanzen für Frauen  
CoVita impulse, Conny Fillers

### SONNTAG, 08. MÄRZ 2026

**11:00 BIS 12:30 UHR**

Dancing Queens – Tanzen für Frauen  
CoVita impulse, Conny Fillers

Dance Kids – sorgen mit mitreißenden Choreographien für Stimmung  
TVN

Orientalischer Tanz – zeigen Eleganz und Ausdruck bei dieser besonderen Tanzrichtung  
TVN

Orientalischer Tanz – zeigen Eleganz und Ausdruck bei dieser besonderen Tanzrichtung  
TVN

Klangschalenreise zum Kennenlernen und Entspannen  
Naturheilpraxis, Gina Büter

Dancing Queens – Tanzen für Frauen  
CoVita impulse, Conny Fillers

**15:00 BIS 15:20 UHR**

Akrobatikshowgruppe – zeigen ihr Können mit spektakulären Elementen  
TVN

**14:00 BIS 14:30 UHR**

Waldbaden  
Maja Berning

**DAS AKTIONSPROGRAMM FINDET IN HALLE 3 STATT.**



## GEWINNSPIEL ZUR BALANCE



**1. Platz**  
NEOLYMP Pilates Set  
UVP 169,99 €



**2. Platz**  
BLACKROLL  
Memory Kopfkissen  
UVP 99,99 €



**3. Platz**  
Oral-B  
iO Series 3  
UVP 84,99 €



**Klarheit. Entlastung. Zufriedenheit.**



Manchmal ist da dieses Gefühl, festzustehen. Der Kopf ist voll, Entscheidungen fallen schwer oder die Leichtigkeit ist im Alltag abhandengekommen.

Genau hier setzt **Perspektiva** an.

Ich begleite Sie dabei, das Gedankenchaos zu sortieren und den Druck rauszunehmen. Ohne komplizierte Theorien, dafür mit einem klaren Blick und echten Impulsen, die Ihnen wirklich weiterhelfen.

Damit Sie wieder mit Zuversicht nach vorne schauen können.

*Laura Herrmann*

Gönnen Sie sich Begleitung, die Sie weitet bringt.  
Ich freue mich auf Ihren Besuch!

Halle 2 | Stand 48

**Perspektiva**  
SYSTEMISCHE BERATUNG

**Ich begleite Sie dabei:**

- Entscheidungen zu treffen
- Überlastung abzubauen und Klarheit zu gewinnen
- Beziehungen in Familie und Teams zu stärken
- sich selbst und die eigenen Ziele wiederzufinden

**Mehr Einblicke von Perspektiva:**


  
[www.perspektiva-beratung.de](http://www.perspektiva-beratung.de)  
[@perspektiva\\_beratung](https://www.instagram.com/perspektiva_beratung)  
[Perspektiva - Systemische Beratung](https://www.facebook.com/Perspektiva-Beratung-100000000000000/)

## SENIORENBEIRAT

Der Seniorenbeirat ist die offizielle Vertretung der Seniorinnen und Senioren bei der Stadt Nordhorn.

Wir kümmern uns um :

- Maßnahmen gegen Einsamkeit im Alter – Babbelbank
- Unterstützung bei der Erlangung sozialer Leistungen
- Erweiterung der digitalen Kompetenz von Seniorinnen und Senioren – Schüler schulen Senioren
- Entwicklung einer Plakette zum Thema generationsgerechtes Einkaufen
- Veranstaltung von Seniorenfahrten – Aktuelle Fahrt 2026

Was wir wollen :

- Einrichtung eines Seniorenbegegnungszentrums
- Verbesserung der Wohnsituation für ältere Menschen

Bist du eine Seniorin oder ein Senior? Wir sind für dich da !!!

**BESUCHEN SIE UNS  
AUF STAND 019**



**WIR NEHMEN EINFLUSS!**



## DER PARITÄTISCHE WOHLFAHRTSVERBAND AUF DER GESUNDHEITSMESSE

Gesundheit bedeutet mehr als medizinische Versorgung. Sie entsteht dort, wo Menschen Unterstützung, Begegnung und Anerkennung finden. Genau das zeigen wir an unserem Stand.

Wir stellen drei Angebote vor, die Menschen in ganz unterschiedlichen Lebenslagen begleiten:

- Mehrgenerationenhaus – ein offener Ort für Begegnung, Austausch und Unterstützung über alle Altersgrenzen hinweg
- Queere Beratungsstelle – vertrauliche, respektvolle Beratung für queere Menschen und ihre Angehörigen
- Angebot zur Unterstützung im Alltag – praktische Unterstützung im Alltag, damit Selbstständigkeit möglichst lange erhalten bleibt

Kommen Sie vorbei, lernen Sie unsere Arbeit kennen, stellen Sie Fragen und kommen Sie mit uns ins Gespräch. Wir freuen uns auf Sie – offen, professionell und auf Augenhöhe.

**DER PARITÄTISCHE**  
Grafschaft Bentheim

# BESTATTUNGSHAUS NIEMEYER: TRADITION UND MODERNE BESTATTUNGSKULTUR VEREINT

Das Bestattungshaus Niemeyer verbindet traditionelle Werte mit einer zeitgemäßen Bestattungskultur auf besondere Art. An den Standorten Nordhorn, Neuenhaus und Uelsen steht Niemeyer Menschen in der gesamten Grafschaft Bentheim mit vielfältigen Leistungen rund um Abschiednahme und Trauerbegleitung zur Seite.

Die Beratung zur Bestattungsvorsorge sowie die Optionen zur sicheren Hinterlegung von finanziellen Mitteln für zukünftige Bestattungen und die Vermittlung einer Sterbegeldversicherung

erweitern das umfangreiche Angebot. Als „Qualifizierter Bestatter“ von der Verbraucherinitiative Bestattungskultur Aeternitas e.V. empfohlen, vom Bundesverband Deutscher Bestatter e.V. mit dem Markenzeichen ausgezeichnet und von ZDH-Zert als Fachunternehmen für Bestattungsdienstleistungen nach DIN EN 15017 zertifiziert, steht Niemeyer für höchste Ansprüche an Qualität und Professionalität.

Ein besonderes Angebot ist das Erinnerungsportal, in dem Angehörige online Kerzen entzünden

und Kondolzenzen verfassen können. Ein Serviceportal stellt weitere Hilfen im Trauerfall für die Hinterbliebenen bereit. Mit einem umfassenden Dienstleistungsspektrum und einem klaren Fokus auf persönliche Beratung und Begleitung setzt das Bestattungshaus Niemeyer Maßstäbe innerhalb der Bestattungsbranche. Besuchen Sie den Messestand und erhalten Sie Einblicke in Arbeitsweise und Leitbild.

Das Team von Niemeyer steht Ihnen zur Seite – in jeder Lebenssituation.



**niemeyer**  
BESTATTUNGSHAUS

Bestattermeister  
0 59 21 - 30 88 60  
0 59 41 - 41 55  
0 59 42 - 98 98 120  
[www.bestatter-grafschaft.de](http://www.bestatter-grafschaft.de)

**Wir schaffen Transparenz in der Grafschaft Bentheim.**  
Klick. Klick. Bestattungskosten unverbindlich berechnen.  
Unser Kostenrechner hilft. Einfach den QR-Code scannen.

**Hilfe bei Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung**  
Klick. Klick. Vollmacht und Verfügung konfigurieren.  
Unser Konfigurator hilft. Einfach den QR-Code scannen.

## DER LANDESVERBANDES DER CLUSTERKOPFSCHMERZ SELBSTHILFEGRUPPEN NRW E.V.

Wir, das sind Carsten Hüning, Markus Vossik und Thomas Holz, wir stehen momentan dem Landesverband vor.

Der Landesverband CSG - NRW e. V. verfolgt ausschließlich gemeinnützige Zwecke, der Verein ist selbstlos tätig und verfolgt keine eigenwirtschaftlichen Interessen. Ziel des Landesverbandes CSG - NRW e. V. ist es, für Bekanntmachung und Aufklärung über die Erkrankung Clusterkopfschmerz in der Bevölkerung, der Ärzteschaft und bei Betroffenen zu sorgen. Der Clusterkopfschmerz ist eine primäre Kopfschmerzerkrankung.

Als primäre Kopfschmerzerkrankung werden Kopfschmerzen bezeichnet, die nicht auf einen anderen Einfluss zurückzuführen und somit lediglich Symptom einer anderen Störung sind. Unser Ziel

ist es, durch Öffentlichkeitsarbeit, Aufklärung und Information in der Bevölkerung z.B. durch Internetauftritt, Pressearbeit, Podiumsdiskussionen, Informationsveranstaltungen und Bereitstellung von Informationsmaterial zu betreiben.

Zu unserer Tätigkeit gehört auch die Betreuung und Unterstützung der Selbsthilfegruppen in NRW.

Wir wollen uns mit Betroffenen und deren Angehörigen auszutauschen, die sich in ähnlich schwierigen Lebenssituationen befinden, gleich, ob es dabei um Clusterkopfschmerz selbst, familiäre Probleme oder die sozialen Auswirkungen geht. Das Ziel unserer gemeinsamen Arbeit ist die Bewältigung sozialer, persönlicher oder krankheitsbedingter Belastung im Alltag.

CSG-LV-NRW e.V.  
Oppelnerstr. 4b  
48599 Gronau  
Tel.: (0800) 111444851 gebührenfrei  
E-Mail: [csg-lv-nrw@clusterkopf.de](mailto:csg-lv-nrw@clusterkopf.de)



# SELLERS E-BIKES NEUENHAUS AUF DER BALANCE 2026 IN NORDHORN VERTREten

Während der Balance beurs 2026 in Nordhorn präsentiert sich Snellers E-bikes Neuenhaus mit einer Auswahl moderner E-Bikes. Besucherinnen und Besucher haben am Messestand die Möglichkeit, verschiedene E-Bike-Modelle kennenzulernen und sich individuell beraten zu lassen. Darüber hinaus informiert Snellers auch über E-Bike-Leasinglösungen für Arbeitnehmer.

Snellers ist ein Familienunternehmen mit einer langen Tradition im Fahrradhandel. In den Niederlanden blickt das Unternehmen auf eine über 100-jährige Geschichte zurück. Seit mehr als fünf Jahren ist Snellers zudem mit einem Standort in Neuenhaus in Deutschland vertreten. Insgesamt betreibt das Unternehmen vier Filialen – eine in Deutschland und drei in den Niederlanden – und verfügt damit über umfangreiche Erfahrung im Bereich elektrischer Mobilität.

Zum Sortiment gehört eine breite Auswahl renommierter Hersteller. Ein zentraler Bestandteil ist Gazelle, für die Snellers als Premium-Händler auftritt. Auf der Balance Messe werden mehrere Gazelle-E-Bikes vorgestellt, ausgestattet mit modernen und zuverlässigen Antriebssystemen von Bosch. Diese Modelle stehen für Komfort, Sicherheit und Alltagstauglichkeit.

Darüber hinaus ist Snellers auch Händler der



Marke Van Raam, die sich auf Spezial- und Therapierräder spezialisiert hat. Diese E-Bikes bieten insbesondere Menschen mit besonderen Mobilitätsbedürfnissen passende Lösungen.

Neben der regulären Kollektion bringt Snellers zur Balance 2026 auch spezielle Aktionsmodelle mit, die exklusiv während der Messe angeboten werden. Dank eines gemeinsamen Lagerbestands von rund 5.000 E-Bikes an den niederländischen und deutschen Standorten ist zudem eine kurzfristige Lieferung möglich.

Interessierte sind herzlich eingeladen, den Stand von Snellers E-Bikes Neuenhaus auf der Balance 2026 in Nordhorn zu besuchen. Auch nach der Messe steht das Team im Fachgeschäft in Neuenhaus, Reitgaarstraße 2, für persönliche Beratung zur Verfügung.

**Simplon Kagu**

**Gazelle-Modelle**

**Gazelle**

**BALANCE 2026**  
14. GRAFSCHAFTER GESUNDHEITSMESSE  
FÜR DIE GANZE FAMILIE

**4.699,- €**  
**Jetzt ab 1.999,- €**

**Jetzt ab 2.499,- €**

**Snellers**  
E-BIKES

Reitgaarstraße 2  
49828 Neuenhaus

WWW.SNELLERS-EBIKES.DE

## MEIN SCHLAFPUNKT: WEIL GUTER SCHLAF LEBENSQUALITÄT BEDEUTET

Guter Schlaf ist weit mehr als nur Erholung. Er ist die Grundlage für Gesundheit, Konzentration, Leistungsfähigkeit und innere Balance. Wer nachts wirklich regeneriert, hat tagsüber mehr Energie, ist ausgeglichener, belastbarer und fühlt sich einfach besser. Genau hier setzt meinSchlafpunkt an – mit individuellen Schlaflösungen, die auf Ihre persönlichen Bedürfnisse abgestimmt sind.

meinSchlafpunkt steht seit 2016 für Qualität, Fachwissen und persönliche Beratung rund um das Thema Schlaf. Seit 2025 finden Sie uns am neuen Standort in Veldhausen, Dr. Picardt-Straße 3. Auf der Balance Messe 2026 laden wir Sie herzlich ein, uns kennenzulernen und den Unterschied

zu spüren, den das richtige Schlafsystem machen kann.

In unserem Sortiment finden Sie hochwertige Matratzen, Lattenroste, Boxspringbetten, Polsterbetten und Kopfkissen – sorgfältig ausgewählt und auf ergonomische Anforderungen abgestimmt. Ob Rückenschläfer, Seitenschläfer oder Bauchschläfer: Wir helfen Ihnen, die perfekte Kombination für Ihren Körper und Ihre Schlafgewohnheiten zu finden. Selbst Sondermaße, zum Beispiel für Wohnmobile, Boote oder spezielle Bettgestelle, sind für uns kein Problem.

Hinter meinSchlafpunkt steht Jan Snyders, 48 Jahre, Familienmensch und Vater von vier Kindern. Hauptberuflich ist er als Tischlermeister

im Berufsbildungsbereich bei der Lebenshilfe tätig und bringt handwerkliches Know-how, Empathie und jahrelange Erfahrung im Umgang mit individuellen Bedürfnissen mit. Seine Leidenschaft: Menschen zu besserem Schlaf und damit zu mehr Lebensqualität zu verhelfen – ehrlich, bodenständig und persönlich.

Besuchen Sie uns auf der Balance Messe 2026, lassen Sie sich beraten, testen Sie unsere Produkte und entdecken Sie, wie sich erholsamer Schlaf anfühlen kann.

meinSchlafpunkt – Ihr Partner für gesunden Schlaf und entspannte Nächte.

**meinSCHLAFPUNKT**  
BESSER SCHLAFEN  
EST. 2016

**Ihr Fachgeschäft für**  
**Matratzen  
Lattenroste  
Boxspringbetten  
Polsterbetten  
Kopfkissen**

Jan Snyders  
Tel. 0170 646 2090  
meinSchlafpunkt.de

**Kommen Sie uns an unserem Stand besuchen und lassen Sie sich beraten!**

## RINGANA FRESH - EXCELLENT - TRENDSETTING

RINGANA entwickelt Pflegeprodukte und Supplements auf pflanzlicher Basis. Die Produkte folgen einem klaren Prinzip. Verwendet werden ausschließlich Inhaltsstoffe, die sinnvoll und hochwertig sind. Die Rohstoffe stammen aus ethischer Herkunft. Antioxidative und hochwirksame Inhaltsstoffe stehen im Fokus. Das Unternehmen verzichtet konsequent auf synthetische Zusätze, Füllstoffe, Duftstoffe und Konservierungsstoffe. Alle Produkte sind vegan und tierversuchsfrei. Frische Wirkstoffe stehen im Mittelpunkt jeder Rezeptur. Kein Produkt ist älter als zwei Wochen, wenn sie beim Kunden ankommen.

Neben dem Produktpotential bietet RINGANA auch unternehmerische Perspektiven. Partnerinnen und Partner bauen sich ein selbstständiges Business auf und arbeiten flexibel sowie ortsunabhängig. Ein transparentes Vergütungsmodell, Schulungen und digitale Tools unterstützen den Aufbau. Persönliche Begleitung durch erfahrene Teams gehört dazu.

RINGANA ist ein familiengeführtes Unternehmen aus der Steiermark und blickt auf 30 Jahre Erfahrung zurück. Die Marke ist international vertreten und steht für Verantwortung, Klarheit und langfristiges Denken.

Auf der Messe können die Produkte direkt vor Ort getestet werden. Gespräche mit den regionalen Partnerinnen ermöglichen einen persönlichen Einblick in Marke und Konzept.

**“Was du täglich nutzt, sollte sauber formuliert sein.”**

RINGANA entwickelt Pflegeprodukte und Supplements auf pflanzlicher Basis. Ohne synthetische Zusätze. Ohne Konservierungsstoffe. Vegan. Tierversuchsfrei. 100% frisch!

Sprich uns auf der Messe an.  
Teste die Produkte direkt vor Ort.

**RINGANA PARTNER**

Deine RINGANA-Partnerinnen in Nordhorn  
Silvana Hintze  
Partnerin seit 4 Jahren  
hintze.ringana.com

Barbara Kinser  
Partnerin seit 5 Jahren  
kinser.ringana.com

### Die Vorteile der Salz-Inhalation im Salzkasten - ganz entspannt erleben

Die Anwendung salzhaltiger Luft wird seit Jahrhunderten geschätzt – insbesondere in Meereshöhe oder Salzstollen. Auch bei uns im Salzkasten kannst du diese besondere Luft ganz unkompliziert erleben.

Was viele dabei berichten:

1. Freies Durchatmen – Die salzhaltige Luft kann helfen, das Atmen angenehmer zu gestalten und das allgemeine Wohlbefinden zu steigern.
2. Wohlfühlklima für Haut & Atemwege – Viele empfinden die Atmosphäre als wohltuend bei trockener Luft oder in der Erkältungszeit.
3. Entspannung pur – Die ruhige Umgebung unterstützt dabei, Stress abzubauen und zur Ruhe zu kommen.
4. Spielerisches Erlebnis für Kinder – Während die Kinder im Salzkasten spielen, genießen sie ganz nebenbei die mit Salz angereicherte Luft.
5. Ohne Chemie, ohne Aufwand – Einfach ankommen, durchatmen und abschalten.

**Wichtig: Die Anwendung im Salzkasten ersetzt keine ärztliche Behandlung. Bei gesundheitlichen Beschwerden empfehlen wir, ärztlichen Rat einzuhören.**

Das Beste: Im Salzkasten passiert das alles ganz nebenbei – während Kinder mit hochwertigem, pädagogischem Spielzeug spielen, atmen sie automatisch die salzhaltige Luft ein. Auch für Erwachsene ist der Salzkasten ein Rückzugsort, um die Atemwege zu verwöhnen und eine kleine Auszeit im Alltag zu genießen.

Jetzt Termin buchen auf [salzkasten.de](http://salzkasten.de) Und entdecke, wie entspannend bewusste Pausen sein können – für Groß & Klein.



**Salzkasten**

salzkasten.de  
Rheiner Straße 108, 49809 Lingen



@salzkasten\_lingen



## BESUCHEN SIE UNS!

Unsere Geburtshilfe und Kinderklinik  
stellen sich vor.

- Moderne Geburtshilfe mit rund 1.000 Entbindungen jährlich
- Betreuung ab 29+0 SSW (Level II) und Risikoschwangerschaften
- Sonographische Feindiagnostik (DEGUM II)
- Frauenklinik und Kinderklinik auf einer Ebene – intensive Vor- und Nachbetreuung von Mutter und Kind
- Babylotsin – Unterstützung in der Schwangerschaft und im 1. Lebensjahr

**Besuchen Sie uns am Stand und sprechen Sie mit unserem qualifizierten Team aus Ärzt:innen, Hebammen, Beraterinnen und Pflegekräften.**



Sie wollen sich unseren Kreißsaal ansehen?

Kommen Sie vorbei: Immer am ersten Mittwoch im Monat um 18.30 Uhr bei uns in der EUREGIO-KLINIK.

6. – 8. MÄRZ  
BALANCE 2026  
HALLE 1



© Adobe Stock



EUREGIO-KLINIK

euregio-klinik.de

## MENSCHLICH. REGIONAL. MODERN.

Die EUREGIO-KLINIK ist zentral in Nordhorn gelegen und hat sich im Verlauf ihrer über 100-jährigen Geschichte als Klinik der Grund- und Schwerpunktversorgung etabliert. Mit rund 1.700 Mitarbeitenden sind wir einer der größten Arbeitgeber in der Region. In unseren 13 Hauptabteilungen, vier Belegabteilungen, in den medizinischen Versorgungszentren und Kompetenzzentren versorgen wir jedes Jahr über 20.000 stationäre und über 100.000 ambulante Patienten. Dabei stehen uns 522 Betten zur Verfügung.

 Mehr Infos:  
[euregio-klinik.de](http://euregio-klinik.de)

 EUREGIO-KLINIK



Albert-Schweitzer-Str. 10 | 48527 Nordhorn  
[info@euregio-klinik.de](mailto:info@euregio-klinik.de) | [euregio-klinik.de](http://euregio-klinik.de)

## BALANCE 2026

19

## DIE AWO IN DER GRAFSCHAFT BENTHEIM - EINSATZ FÜR FREIHEIT, GERECHTIGKEIT, TOLERANZ UND SOLIDARITÄT

Wir, die Arbeiterwohlfahrt, fördern seit rund 80 Jahren mit unseren sieben Ortsvereinen in Georgsdorf, Uelsen, Nordhorn, Emlichheim, Bad Bentheim/Gildehaus, Neuenhaus und Schüttorf das Miteinander und wirken der Vereinsamung von Senioren entgegen. Mit unserem Angebot wie Radtouren, Boule-Clubs und Boule-Turniere, Grillfeste, Seniorennachmittage, Skat-Clubs, Spargel- und Grünkohlessen, Spiele- Bingo-/nachmittage und vieles mehr. Dabei halten sich die Kosten für eine Mitgliedschaft mit 2,50 Euro pro Monat im Rahmen.

Der ehrenamtlich geführte Bereich hat sich in den letzten 40 Jahren durch zahlreiche soziale Einrichtungen zu einem Dienstleistungsunternehmen entwickelt. Vorstand und Geschäftsführung setzen sich aktiv dafür ein, sowohl den ehrenamtlichen Bereich als auch den Geschäftsbereich zu stärken.

Wir sind ein unabhängiger und anerkannter Spitzenverband der freien Wohlfahrtspflege. Freiheit, Gerechtigkeit, Toleranz und Solidarität bilden die Grundwerte unseres Verbandes. Mit einer Vielzahl an Angeboten in eigenen Räumlichkeiten bieten wir umfassende Unterstützung für Pflegebedürftige, Hilfesuchende und pflegende Angehörige. Als Vertragspartner aller Pflege- und Krankenkassen können viele Leistungen unserer Pflegedienste durch gesetzliche Ansprüche finanziert werden. Eine individuelle, kostenlose Beratung ist ein zentraler Bestandteil unserer Arbeit; daher informieren wir in persönlichen Gesprächen über alle Möglichkeiten und führen Pflegenachweise durch.

Der Ausbau unserer sozialen Einrichtungen machen die AWO zu einem verlässlichen Partner für Rat- und Hilfesuchende aller Bevölkerungsschichten. Wir sind stets auf der Suche nach engagierten Fachkräften und Auszubildenden, die gerne mit Menschen arbeiten, ein offenes Wesen haben und sich dort am wohlsten fühlen, wo ihre Arbeit geschätzt wird.

Auch ein ehrenamtliches Engagement, beispielsweise in der Seniorenbetreuung, bei Spielenachmittagen oder in der gesetzlichen Betreuung, ist bei uns möglich. Komm einfach auf eine Tasse Kaffee in eine unserer AWO-Einrichtungen, wir informieren dich gerne.



▪ Menschlicher leben

Das Nachlassen der Eigenständigkeit und der Verlust der Gesundheit treffen viele Menschen schwer. Wir unterstützen, damit Betroffene weiterhin ein sicheres und selbstbestimmtes Leben führen können und Angehörige entlastet werden.

Durch umfassende Beratungen vermitteln wir außerdem das notwendige Wissen und Selbstvertrauen, um alle Herausforderungen in schwierigen Lebenslagen zu meistern.

Für das **gemeinsam menschlicher leben** steht die AWO in der Grafschaft Bentheim mit

■ Pflegedienst Nordhorn  
05921 8262-17

■ Pflegedienst Uelsen  
05942 922305

■ Pflegedienst Schüttorf  
05923 993730

■ Seniorentreff Quendorf  
05923 9884540

■ Seniorentreff Schüttorf  
05923 9959970

■ Seniorentreff Uelsen  
05942 9998320

■ Betreuungsverein  
(rechtliche Betreuung)  
05921 308977-0

■ Gut Klausheide – Wohnheim für  
chronisch suchtkranke Menschen  
05921 819920

■ Krebsberatung  
05921 82620

■ Sozialrechtsberatung  
05921 82620



Website



Jobs



Instagram



AWO Kreisverband Grafschaft Bentheim e.V.  
Veldhauser Straße 185 • 48527 Nordhorn • Tel. 05921 8262-0  
[info@awo-nordhorn.de](mailto:info@awo-nordhorn.de) • [www.awo-grafschaft.de](http://www.awo-grafschaft.de)

## MODERNE ÄSTHETIK MIT GANZHEITLICHEM LONGEVITY-ANSATZ

Die Aesthetic Beauty Group Nordhorn steht für moderne Ästhetik, ganzheitliche Beauty-Konzepte und sichtbare Ergebnisse. Das Unternehmen arbeitet präventiv, nachhaltig und ergebnisorientiert. Im Fokus stehen individuell abgestimmte Behandlungen für Haut, Körper und Wohlbefinden – basierend auf fundierter Beratung und neuester Technologie.

Ein zentraler Bestandteil ist der ganzheitliche Longevity-Ansatz: Ziel ist nicht nur kurzfristige Schönheit,

sondern die langfristige Gesundheit, Regeneration und Vitalität von Haut und Körper. Das Leistungsangebot umfasst moderne Hautbehandlungen, präzise Hautanalysen, apparative Ästhetik zur Hautstrafung und Körperperformance sowie Anwendungen zur Förderung von Regeneration, Durchblutung und Stoffwechsel.

Auf der BALANCE 2026 präsentiert das Team unter anderem eine KI-gestützte Hautanalyse zur präzisen Bestimmung des Hautzustands sowie innovative

EMS-Behandlungen mit bis zu 20.000 Muskelkontraktionen in nur 30 Minuten. Besucherinnen und Besucher erhalten individuelle Empfehlungen und Einblicke in moderne, nicht-invasive Behandlungskonzepte.

Eine Terminvereinbarung im Voraus wird empfohlen.

Telefon: 05921 / 7095757

**AESTHETIC BEAUTY GROUP NORDHORN**  
Ästhetik · Haut · Körper · sichtbare Ergebnisse

Jetzt Termin sichern

Ihre Adresse für moderne Beauty- & Körperkonzepte  
Neuenhauser Straße 23, 48529 Nordhorn

BfD BfD BfD

## ESSBAR - DAS GESUNDHEITSTEAM & TEAMPRAXIS BAD BENTHEIM

Aus der TEAMpraxis Bad Bentheim hat sich 2024 das Bodymed-Center Bad Bentheim und 2025 die EssBar – das Gesundheitsteam entwickelt. Wir bieten fundierte Ernährungstherapie, Kurse zur Gewichtsreduktion und Mikronährstoffberatung in eigenen Räumlichkeiten in Schüttorf / Suddendorf unter ärztlicher Leitung. Wir finden gemeinsam Wege, mit denen Ihr Eure persönlichen Stoffwechsel- und Gewichtsziele Schritt für Schritt erreichen könnt. Wir nutzen hier-

bei moderne und wissenschaftlich gesicherte Methoden wie das Leberfasten nach Prof. Worm und/oder Mahlzeitenersatz.

Die TEAMpraxis Bad Bentheim hat als einzige Praxis der Region das Zertifikat eines Hypertoniezentrums DHL (Bluthochdruckzentrum) und die Bezeichnung einer Geriatrischen Schwerpunktpraxis erworben. Wir vernetzen Bluthochdruck, Altersmedizin und Ernährungsmedizin zu einem großen Ganzen!

Nutzt die Körperanalyse, um gemeinsam einen besseren Einblick in die Prozesse Eures Körpers zu erlangen! Gerne könnt Ihr die Körperanalyse an unserem Stand kostenlos testen und mit uns ins Gespräch kommen.

Auf der Messe befinden wir uns in direkter Kooperation mit QuEr Vital – den Ernährungsexpertinnen aus Nordhorn – mit langer Erfahrung, Charme und Fingerspitzengefühl.

Wir freuen uns gemeinsam auf Euch!

gemeinsam Gesundheit bewegen

**ESSBAR**  
DAS GESUNDHEITSTEAM

- Ärztliche Ernährungsberatung
- Adipositas- & Stoffwechseltherapie
- Leberfasten & Bodymed-Kurse
- Mikronährstoffberatung & Labor
- ... und naja, manchmal auch die Spritze ...

Messe-Vortrag Sonntag, 14:00:  
Fettleber, Zuckerblut & Peitsche  
... ich glaub ich brauch die Spritze?  
T. Tegeder, Ernährungsmediziner & Diabetologe

Postweg 12 – 48465 Schüttorf – info@essbar-team.de – WhatsApp: +49 151 42 33 04 73

BALANCE 2026  
14. GRAFSCHAFTLICHE GESUNDHEITSMESSE  
FÜR DIE GANZE FAMILIE  
6. - 8. MÄRZ  
ALTE WEBEREI | NORDHORN  
WIR STELLEN AUS!  
Stand 005, kostenlose Körperanalyse (BIA)

In Kooperation mit:

**TEAMpraxis**  
Bad Bentheim

**BODYMED**  
Center Bad Bentheim

## NÄTÜRLICH BESSER SCHLAFEN – WARUM GESUNDER SCHLAF UNSER LEBEN VERÄNDERT

Gesunder Schlaf ist eine der wichtigsten Grundlagen für Wohlbefinden, Leistungsfähigkeit und Lebensfreude. Dennoch kämpfen viele Menschen mit Ein- oder Durchschlafproblemen.

Die Ursachen sind so individuell wie der Mensch selbst: Stress, unregelmäßige Routinen, falsche Ernährung am Abend oder ein ungünstiges Schlafumfeld können die Schlafqualität nachhaltig beeinflussen.

Wer gut schlafen möchte, sollte seinen Körper dabei unterstützen, zur Ruhe zu kommen. Eine feste Abendroutine, ein ruhiges und dunkles Schlafzimmer sowie bewusste Entscheidungen bei Essen und Trinken helfen dabei, die natürliche Regeneration während der Nacht zu fördern. Denn guter Schlaf beginnt nicht erst im Bett – sondern bereits in den Stunden davor.

Ein weiterer entscheidender Faktor ist die Qualität der Bettwaren. Hochwertige, hautfreundliche und allergikergeeignete Materialien tragen dazu bei, ein

angenehmes Schlafklima zu schaffen und den Körper optimal zu unterstützen. Wer sich Nacht für Nacht erholt fühlt, profitiert langfristig – körperlich wie mental.

Genau hier setzt Optidee an. Das Unternehmen vertreibt hochwertige Bettwaren im Direktvertrieb und verbindet das Thema gesunder Schlaf mit einem zeitgemäßen Geschäftsmodell. Menschen, die sich für Schlaf, Gesundheit und persönliche Beratung begeistern, erhalten die Möglichkeit, sich ohne finanzielles Risiko eine selbstständige Tätigkeit aufzubauen.



Optidee zeigt, dass gesunder Schlaf mehr ist als ein Produkt – er ist eine Haltung. Und manchmal auch der Anfang eines neuen beruflichen Weges.

**Optidee**®  
★ ★ ★ ★

**Natürlich  
Besser Schlafen\***

Innovative Premium-Bettwaren

*Besuchen Sie uns an unserem Messestand:*

- Informieren Sie sich über unsere Produkte
- Melden Sie sich für ein unverbindliches & gesundes *Probeschlafen*



Kontaktformular für  
weitere Informationen

## HEBAMMEREI NORDHORN

Das sind wir: Louisa Nuße und Kira Böttick

Wir haben es uns zur Aufgabe gemacht, Dich während Deiner Schwangerschaft, im Wochenbett und in der Stillzeit ganzheitlich und kompetent zu betreuen.

Uns liegt es am Herzen, Dich in Selbstsicherheit und Selbstbestimmung zu stärken und Deine individuellen Wünsche zu unterstützen.

Wir möchten Euch beim Start ins Familienleben begleiten und Euch auf diese spannende, neue Zeit gut vorbereiten.

Wir freuen uns auf euch!

**Unsere Leistungen**

Wir bieten Leistungen rund ums Kind – von der Vorsorge, über die Geburt bis hin zur Nachsorge.

Schwangerenvorsorge • Wochenbettbetreuung • Geburtsvorbereitungskurse  
Stillvorbereitungskurse • Rückbildungskurse • Babymassage  
Akupunktur • Beikostkurse



**Reformhaus** *Ilse Kruse*

**95 Jahre Reformhaus Kruse**  
**Länger gesund leben!**

**Unsere Serviceleistungen**

- Diätberatung
- Fastenberatung
- Aromatherapie
- Natur-/Arznei-/Vitalstoffberatung
- Naturkosmetik-Behandlung
- Darmberatung

**Unser Sortiment**

- Naturkosmetik
- Nahrungsergänzung
- Bio-Lebensmittel
- Edelsteine
- Wasserfilter
- Ätherische Öle & Räucherwerk
- Naturparfum
- Vitalpilze

**10%** Einkaufsgutschein auf einen Artikel Ihrer Wahl\*  
\*ausgenommen Sonderangebote

## PHYSIS VITAL & FIT

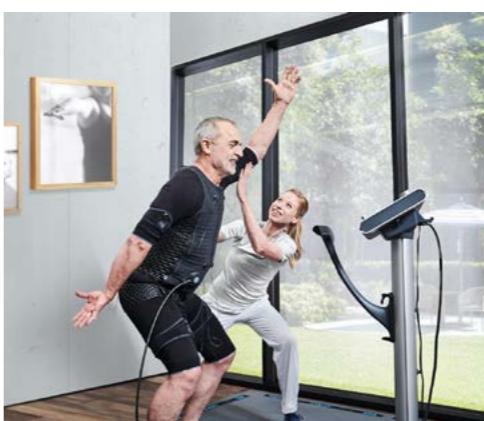
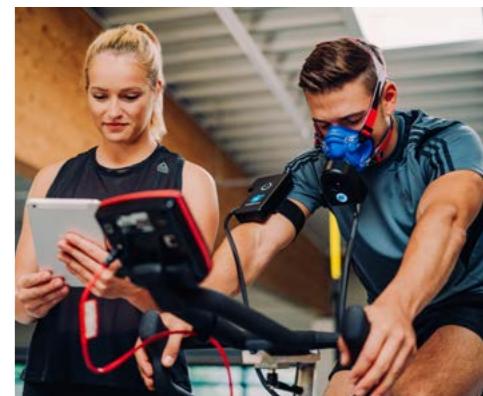
### MODERNE TRAININGSMÖGLICHKEITEN INKLUSIVE BETREUUNG

Bereits zum zweiten Mal freuen wir uns, Sie in diesem Jahr wieder an unserem Stand auf der Balance-Messe begrüßen zu dürfen.

Seit einem Jahr finden Sie unsere Gesundheitspraxis für Alternativmedizin – Physis Vital und Fit im Ärztehaus 1 an der Osnabrücker Straße. Dort bieten wir ein hochwertiges und vielseitiges Angebot rund um die ganzheitliche Gesundheitsförderung. Unser Leistungsspektrum reicht von modernem Elektromuskelstimulationstraining (EMS) über effektives Höhentraining bis hin zu innovativen Analyseverfahren, mit denen Sie Ihren Körper besser kennenlernen können – darunter die Scaneca-Körperanalysewaage sowie fundierte Stoffwechselanalysen.

Darüber hinaus bieten wir gesundheitsorientierte Trainingsangebote an, bei denen die Krankenkassen einen Großteil der Kosten übernehmen, wie zum Beispiel Funktionstraining und zertifizierte Präventionskurse.

Wir freuen uns darauf, Sie persönlich kennenzulernen und Sie auf Ihrem Weg zu mehr Gesundheit, Vitalität und Leistungsfähigkeit zu begleiten.



### MESSESTAND 059

**Körperanalyse der neusten Generation**

In einem Messvorgang erzeugt SCANECA eine detaillierte virtuelle Kopie Ihres Körpers, führt eine Haltungsanalyse durch, bestimmt die wichtigsten gesundheitsrelevanten Parameter und misst Körperumfänge.

**PHYSIS Vital & Fit**  
Praxis für Gesundheitssport

Ärztehaus 1 | Osnabrücker Str. 1  
Tel. 05921-3032776  
48529 Nordhorn

[physis-vitalundfit.de](http://physis-vitalundfit.de)

## DIE BRÜCKE - VEREIN ZUR HILFE PSYCHISCH KRANKER

Das Team der Brücke steht für Unterstützung, Vertrauen und neue Perspektiven. Seit vielen Jahrzehnten begleiten wir Menschen mit psychischen Erkrankungen auf ihrem Weg zu mehr Selbstständigkeit und Teilhabe am gesellschaftlichen Leben. Mit fachlicher Kompetenz, Engagement und Herz setzen wir uns dafür ein, individuelle Stärken zu fördern und gemeinsam tragfähige Lösungen zu entwickeln.

Unser Ziel ist es, das Klientel dabei zu unterstützen, im Alltag wieder zu psychischer Balance zu finden. Wir begleiten ressourcenorientiert, alltagsnah und individuell – damit Stabilität wachsen, Eigenständigkeit gestärkt und Lebensqualität nachhaltig verbessert werden kann.

Dabei verstehen wir soziale Verantwortung als gemeinsamen Auftrag von Gesellschaft, Fach-

kräften und jedem Einzelnen. Mit Respekt, Verlässlichkeit und einem offenen Ohr stehen wir den Menschen zur Seite, die unsere Unterstützung wünschen. Wir begleiten auf Augenhöhe, schaffen Vertrauen und geben Halt – denn soziale Verantwortung fängt bei jedem an. Wir sind für Sie da!



**die  
Brücke**

Verein zur Hilfe psychisch Kranker Grafschaft Bentheim e.V.

Der Verein „Die Brücke e.V.“ ist im Rahmen der Eingliederungshilfe in verschiedenen Bereichen tätig. Die Angebote stehen psychisch erkrankten Menschen zur Verfügung.

 <b>AWB</b> Ambulante Wohnbetreuung	 <b>Besondere Wohnform</b> Wohnen in unserem Wohnheim	 <b>Werkstatt</b> Teilhabe am Arbeitsleben	 <b>Zuverdienstmöglichkeit</b> Maßnahme als soziale Teilnahme
Mehr Informationen finden Sie auf unserer Homepage!  <a href="http://diebruecke-ev.de">diebruecke-ev.de</a>			

**Eishexe ~ Die Kältesauna**

Tanja Tiedemann

**Wilhelm-Berning-Str. 3**  
**49809 Lingen**  
**Tel. 0176 24132609**

**Fersensporn**  
**Rheuma MS**  
**Migräne Entzündungen**  
**Lipödem Fibromyalgie**  
**Arthrose Depressionen**

[www.eishexelingen.de](http://www.eishexelingen.de)



## LIEBSCHER & BRACHT - DIE SCHMERZSPEZIALISTEN

Rückenschmerzen sind eines der häufigsten gesundheitlichen Probleme und können Menschen aller Altersgruppen betreffen. 74 bis 85 % der Deutschen leiden mindestens einmal in ihrem Leben an Rückenbeschwerden. Jeder dritte Erwachsene hat öfters oder ständig Rückenschmerzen.

### Lendenwirbelsäule (LWS)

Die LWS ist der Bereich, der am häufigsten betroffen ist, da sie die Hauptlast des Körpers trägt. Rückenschmerzen im unteren Rücken, auch als Kreuzschmerzen bezeichnet, entstehen oft durch Muskelverspannungen, Bewegungsmangel oder eine falsche Haltung.

### Ursachen bei Rückenschmerzen

Rückenschmerzen können viele verschiedene Ursachen haben, die sich in spezifische (klare, medizinisch diagnostizierbare Ursache) und unspezifische Rückenschmerzen (oft ohne eindeutigen Auslöser) unterteilen lassen. Zu den häufigsten Ursachen spezifischer Rückenschmerzen zählen:

Der Bandscheibenvorfall, die Wirbelkanalstenose (eine Verengung des Wirbelkanals) und die Spondylose (altersbedingte Abnutzung der Wirbelsäule). Bei 85 bis 90 % der Fälle handelt es sich aber um unspezifische Rückenschmerzen. Häufig genannte Begründungen für diese Art von Schmerzen sind unter anderem Muskelverspannungen oder Fehlhaltungen bzw. Fehlbelastungen einzelner Muskelgruppen. Reizung, Überdehnung oder Verhärtung der Muskulatur können den Verlauf von Rückenbeschwerden ebenfalls beeinflussen. Auch Muskulärfasiale Verspannungen können ein Grund sein.

### Verklebte Faszien

Faszien sind ein Netz aus Bindegewebe, das den ganzen Körper durchzieht und Muskeln, Organe

und Knochen stabilisiert. Faszien passen sich ständig an unsere Bewegungen an. Sie können bei mangelnder Bewegung oder einseitiger Belastung verkleben. Diese Verklebungen führen zu Spannungen und Schmerzen, da das Gewebe nicht mehr richtig gleiten kann. Regelmäßige Bewegung und gezielte Übungen mit Faszien-Rollmassagen können helfen, diese Verklebungen zu lösen und Schmerzen zu lindern.

### Bewegungsmangel

Rückenschmerzen entstehen häufig durch Bewegungsmangel. Sitzen wir im Alltag viel – sei es im Auto, am Arbeitsplatz oder in der Uni – sind bestimmte Muskelbereiche wie Hüftbeuger, Brustmuskeln und gerade Bauchmuskeln, aber auch die Muskeln im Oberschenkel ständig „verkürzt“ und ihre Faszien unversorgt. Dies liegt daran, dass sie kaum noch in ihrer vollen Länge gestreckt werden.

### Was hilft gegen Rückenschmerzen:

Wer unter Kreuz- oder Rückenschmerzen leidet, neigt schnell dazu, sich zu schonen. Schonung ist aber leider genau der falsche Weg. Rückenschmerzen können mit einer Kombination aus Übungen, gezielter Behandlung und präventiven Maßnahmen oft effektiv gelindert werden. Auch wichtig sind regelmäßige Bewegung und eine gesunde Haltung im Alltag. Durch diese Ansätze kann sowohl akuten als auch chronischen Rückenschmerzen vorgebeugt werden. Sie möchten mehr über die Liebscher und Bracht Methode erfahren, dann besuchen Sie mein Team und mich am Stand Nr. 045 oder kommen Sie am Samstag um 14:00 Uhr in den Vorträgsraum und hören Sie sich meinen Vortrag zum Thema "Volkskrankheit Rückenschmerzen" an. Komm in die Bewegung. Denn auch wenn Schmerzen viele Ursachen haben können, gibt es für sehr viele davon eine ganz simple Lösung: Bewegung!

**Wir freuen uns auf Sie**  
**Die Gesundheitspraxis-Keukenbrink**

**BESUCHEN  
SIE UNS AUF  
STAND 045**

**Liebscher & Bracht**  
**DIE SCHMERZSPEZIALISTEN**



## GESUNDHEITSREISE - ERLEBE DEINEN AHA-MOMENT

Ich bin Anja Heitkamp - und habe meine Gesundheit selbst in die Hand genommen.

Meine gesundheitlichen Herausforderungen begannen plötzlich: Von einem Tag auf den anderen entwickelte ich Asthma – vermutlich nach einer Corona-Erkrankung. Zwei Jahre lang war ich stark eingeschränkt, körperlich kaum belastbar und dauerhaft arbeitsunfähig.

Zusätzlich verschlechterte sich mein Hautbild massiv. Ärzte und Therapeuten konnten mir nicht nachhaltig helfen. Zeitweise vertrug ich nicht einmal Wasser auf meinem Gesicht.

Dann traf ich eine Entscheidung: Ich übernehme Verantwortung für meine Gesundheit – ganzheitlich und von innen heraus. Ich begann, meinen Körper bewusst zu unterstützen und neu aufzubauen.

Heute habe ich meine Gesundheit wieder voll im Griff: Ich kann arbeiten, fühle mich rundum wohl, habe kein Asthma mehr, brauche keine Medikamen-

te und war seitdem nicht einmal erkältet. Meine Haut ist ruhig und stabil. Es fühlt sich an, als hätte ich meinen Körper innerlich komplett aufgeräumt.

Diese Erfahrung ist der Grundstein für das Team Gesundheitsreise. Wir sind Menschen mit eigenen gesundheitlichen Erfahrungen, kombiniert mit Herzblut und stetiger Weiterentwicklung im Bereich ganzheitlicher Gesundheit. So können wir andere individuell, achtsam und persönlich begleiten.

Die Chance, die ich selbst bekommen habe, möchte ich weitergeben. Auf der Gesundheitsmesse zeigen wir unseren Weg und ausgewählte Methoden – und wie jeder seine Gesundheit bewusst in die Hand nehmen kann, mit individueller Unterstützung und echtem Verständnis.

Erlebe deinen AHA-Moment mit uns!



## Brillant Smile Studio - Zertifizierung & Schönheit mit Expertise



Seit 2016 steht das Brillant Smile Studio für professionelle Beauty-Behandlungen und hochwertige Bleaching-Schulungen. Die kosmetische Zahnaufhellung erfolgt schonend zum Zahnschmelz und wird praxisnah, verständlich und professionell vermittelt.

Ergänzend werden im Studio Gesichtsbehandlungen, Permanent Make-up, Browlifting und Lashlifting angeboten. Neben den Behandlungen werden auch Bleaching-Schulungen für angehende und bestehende Kosmetikerinnen angeboten, die ihr Angebot erweitern oder sich in diesem gefragten Bereich professionell weiterbilden möchten. In meinen Schulungen vermittele ich praxisnahe Wissen, Sicherheit im Umgang mit Kunden sowie die Grundlagen für einen erfolgreichen Einstieg mit sichtbaren Ergebnissen.

Besuchen Sie uns am Messestand und informieren Sie sich persönlich über Behandlungen, Schulungen und individuelle Möglichkeiten. Es warten tolle Aktionen und Gewinnspiele auf Sie. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Brillant Smile Studio • Waagestraße 7 • 48599 Gronau  
+49 (0) 17680464288 • info@brillant-smile.com • www.brillant-smile.com

## HANSELLE: IHR ZWEIRAD-EXPERTE DU HAST DEN TRAUM. WIR HABEN DAS BIKE!

Zweirad Hanselle aus Schüttorf hat sich zu einem der führenden Zweirad-Fachgeschäfte in der Region entwickelt. Heute sorgen über 20 Mitarbeiter dafür, dass die Kunden individuell beraten werden und genau das passende Rad für ihre persönlichen Bedürfnisse erhalten. In Schüttorf werden mittlerweile über 3000 E-Bikes und Fahrräder führender Hersteller

vorgehalten und warten darauf, von euch und euren Liebsten entdeckt zu werden. Unsere TÜV-zertifizierte Fachwerkstatt stellt sicher, dass alle Räder fachgerecht gewartet und repariert werden.

Auf der Balance 2026 präsentieren wir ein vielseitiges Sortiment an Erwachsenen-Dreirädern, Cargo Bikes und woom Kinderrädern. Die ausgestellten

Fahrzeuge können gerne vor Ort Probe gefahren werden.

Zusätzlich erwarten die Besucher an diesem Wochenende attraktive Messepreise auf die präsentierten Modelle.

**Wir freuen uns auf euren Besuch!**

### MOBILITÄT KENNT KEINE GRENZEN

**BESUCHEN SIE UNS AUF DER BALANCE 2026**

**HANSELLE** Der Zweirad EXPERTE

Erwachsenen-Dreiräder    E-Cargo-Bikes    Bikes mit extrem tiefem Einstieg

EXKLUSIVE MESSE-PREISE     PROBEFAHRTEN MÖGLICH!

Zweirad Hanselle GmbH Schüttorf • Nordhorner Str. 29 • Mo-Fr: 10.00-18.30, Sa 9.00-14.00 Uhr • www.zweirad-hanselle.de

## THOMAS PURA-SCHEER STEUERBERATER IN NORDHORN



**BOCK AUF STEUERN?**  
Bock auf einen flexiblen Arbeitsplatz in Nordhorn?  
Dann bist du bei uns genau richtig!

Wir suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt **Steuerfachangestellte/n** (m/w/d)  
für 4 Tage in der Woche – egal, ob bei uns im Büro oder im Homeoffice

Zum 1. August 2026 suchen wir auch **Auszubildende** (m/w/d) zum/zur **Steuerfachangestellten**  
– auch ohne Schulabschluss haben wir Bock auf dich!

Wir freuen uns auf deine Bewerbung!

JETZT 2X IN NORDHORN!



IN 30 SEKUNDEN BEWERBEN

oder schriftlich:  
Oortmarumer Weg 48 · 48527 Nordhorn



**E-Mobile von dem Mann, der auch reparieren kann!**

**WN Elektro-Mobil-Center Schüttorf GmbH**  
Nordring 70 | 48465 Schüttorf  
**05923 785400**  
Telefax 05923 785310  
info@elektromobile-schuettorf.de  
elektromobile-schuettorf.de

**Mobilität aus der Steckdose!**

- Individuelle Beratung
- Top Qualität & Service
- Geld-zurück-Garantie
- Zubehör & Ersatzteile
- Reparatur & Wartung
- Bring- & Holservice
- Herstellerunabhängig
- Inspektion
- Ersatz-/Leihfahrzeuge

## COVITA IMPULSE – ALLES FÜR LEBENSFREUDE UND VITALITÄT

### Meine Vision:

Ein Leben voller Lebensfreude und Vitalität ist das Ziel, das jedes Tool von „CoVita impulse“ verfolgt. Denn wo ein Lachen ist und Freude, findet Krankheit und schlechte Stimmung keinen Nährboden, das ist meine Überzeugung.

Wertvolle Impulse aus energetischer Heilarbeit, Coaching und Tanz bringen Bewegung in Körper und Geist. Unterstützt wird das Angebot durch

wertvolle Essensen von doTERRA und meine Erfahrungen als Ergotherapeutin.

Alles für ein erfülltes, glückliches Leben was ich erlebt und gelernt habe, möchte ich weitergeben.

Zugegeben, ein vielseitiges Angebot – und Sie haben die Wahl für Ihren Weg zu einem erfüllten, erfolgreichen, glücklichen und vitalen Leben voller Lebensfreude!

### Meine Qualifikation:

- Coach für contextuelles Coaching® staatl. an erkannte Ergotherapeutin
- Energitherapeutin/- Lehrerin – geistiges Heilen
- Elise – Heilerin
- Zertifizierte Beraterin Planetencode
- Aromapraktikerin
- Tanzlehrerin ADTV
- Künstlerin

**Covita impulse**

**BEWEGE DEIN LEBEN**  
Coaching & Tanz

**HOME DANCING**

**Lebensfreude aus eigener Hand**

Wo (Lebens-)Freude ist, finden Krankheit & schlechte Stimmung keinen Nährboden.

- Mindset - Coaching
- energetische Heilarbeit
- Tanz für Groß & Klein

bringen Bewegung in Körper und Geist. Unterstützt wird das Angebot durch die wertvollen **Essensen von doTERRA!**  
Impulse für ein erfülltes, glückliches Leben

**Conny Fillers**

## KOOPERATION REWE UND GBS AUF DER BALANCE

Wir, als Fachbereich Kosmetik- und Friseurhandwerk der Gewerblichen Berufsbildenden Schulen der Grafschaft Bentheim freuen uns sehr, dass Rafael Döring REWE es uns durch Sponsoring ermöglicht uns auf der Gesundheitsmesse Balance in der Alten Weberei zu präsentieren. Wir werden mit vier Klassen dort vertreten sein. Zwei Ausbildungsjahre der 2jährigen berufsqualifizierenden Berufsfachschule Kosmetik werden Augenbrauen und Wimpern färben, Maniküre und eine Farbtypberatung mit passendem Make up anbieten. Außerdem soll es ein Gewinnspiel geben.

Unsere Berufseinstiegsklasse Friseur/ Kosmetik und unsere einjährige Berufsfachschule Friseur/ Kosmetik werden Haarstylingtechniken, wie flechten, glätten und locken der Haare anbieten. Unsere Dienstleistungen werden gegen eine kleine Spende durchgeführt. Diese gehen an das Kontingent Fachbereich Kosmetik- und Friseurhandwerk des Fördervereins der GBS Grafschaft Bentheim. Das bedeutet sie fließen direkt wieder an die SchülerInnen zurück, in Form von gemeinsamen Aktivitäten, wie Ausflüge, Pizza



oder Eis essen, Frühstück, Abschlussfeiern oder Karten für Messen, etc., welche von diesem Geld bestritten werden können.

Für unsere SchülerInnen ist die Balancemesse eine Möglichkeit praktisch an realen Kunden zu

arbeiten, ihre Sozialkompetenz zu schulen und die Scheu vor dem Umgang mit Kundschaft abzubauen, aber natürlich auch das Üben von berufspraktischen Abläufen und der Organisation und Durchführung des Events.

## ERLEBEN SIE GESUNDE HYDRATION NEU MIT AQUABLU

Frisches Wasser, veredelt mit natürlichen Aromen und Vitaminen – und das ganz ohne Zucker. Bei Aquablu trifft modernes, stilvolles Design auf bewussten Genuss.

Ob für Unternehmen, Praxen, Fitnessbereiche oder ganz einfach für gesundheitsbewusste Menschen – Aquablu eignet sich für fast alle Einsatzbereiche.

Besuchen Sie uns auf der Balance-Messe an unserem Messestand und lassen Sie sich persönlich beraten und inspirieren.

**BESUCHEN SIE UNS  
AUF STAND 004**



## KRAFTVOLL – DAS MODERNSTE FITNESS- UND GESUNDHEITSSTUDIO DER REGION!

Suchen Sie nach einer Lösung, die Ihre Gesundheit in den Mittelpunkt stellt und Ihre persönlichen Ziele in den Bereichen Figur- und Gewichtsmanagement, Rücken- und Gelenksbeschwerden sowie der Senkung Ihres biologischen Alters unterstützt? Dann sind Sie bei uns genau richtig!

Mit Jahrzehntelanger Expertise bieten wir Ihnen eine individuelle und professionelle Betreuung, die perfekt auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt ist. Profitieren Sie von den neuesten wissenschaftlichen Trainingsmethoden und modernsten Geräten, die Ihnen ein sicheres, effektives und zeitsparendes Training ermöglichen.

Unsere einzigartige 360-Grad-Betreuung sorgt dafür, dass Sie nicht nur durch gezieltes Muskeltraining, sondern auch mit optimaler Ernährung, gezielter Regeneration und wertvoller Unterstüt-

zung auf dem Weg zu Ihrem Ziel begleitet werden. Denn wir wissen: Der Schlüssel zu dauerhaftem Erfolg liegt in der Kombination aller Komponenten.

Egal, ob Sie Ihre Figur formen, Rücken- und Gelenksbeschwerden lindern oder auch im hohen Alter fit und vital bleiben möchten - wir haben die Experten, die Sie unterstützen.

Lernen Sie uns unverbindlich kennen! Besuchen Sie uns auf der Balance Messe in Halle 1 oder direkt in einem unserer Studios. Wir freuen uns auf Sie!

Fachvortrag am Sonntag um 13:00 Uhr

**Volkskrankheit Sarkopenie – Wie du trotzdem im Alter selbstbestimmt lebst und was dein Körper wirklich braucht**



**Gesundheit ist das Wichtigste im Leben.**

**Mit Kompetenz, Leidenschaft und all unserem Know-how unterstützen wir Sie auf Ihrem Weg zur Genesung.** Dabei verbinden wir die beiden Naturheilmittel Thermalsole und Schwefelmineralwasser mit modernster medizinischer Behandlung. Bei uns können Sie Kraft tanken, neue Energie schöpfen und sich rundum wohl fühlen. **Unser Tipp:** Entdecken Sie auch die vielfältigen Angebote der Bentheimer Mineraltherme – von Therapie und Fitness bis hin zu entspannenden Verwöhnprogrammen.



[www.fk-bentheim.de](http://www.fk-bentheim.de)  
[www.bentheimer-mineraltherme.de](http://www.bentheimer-mineraltherme.de)

Bentheimer  
Mineraltherme

Fachklinik  
Bad Bentheim

## NA LOGO – LOGOPÄDIN SILKE WESTPHAL

Ich behandle in meiner Praxis alle logopädischen Störungsbilder wie z. B. Aussprachestörungen (durch Krankheit erworben bzw. angeboren), Wortfindungsstörungen, Probleme mit der Grammatik, Schluckstörungen (durch Krankheit erworben, bei Zahnpflegemethoden bzw. angeboren), Demenz, Stimmstörungen nach einer OP oder durch Überbelastung bei Kindern und Erwachsenen und vieles mehr.

Mein Therapiehund Kalle wird nur eingesetzt, wenn tiergestützte Therapie sinnvoll und erwünscht ist.

Viele Erwachsene und Kinder profitieren während der Therapie auch noch von meinen Zusatzausbildungen im Familienstellen und meinem Master-NLP. Ich bin NFIT-Therapeutin und habe u.a. eine Fortbildung bei Dr. Fritz Jansen wegen des InrtActPlus-Konzeptes gemacht.

Ich arbeite generell in Absprache mit den verordnenden Ärzten (Hausarzt, Zahnarzt, Neurologe, Kinderarzt, Kinderpsychiater) und in enger Beziehung zu den Angehörigen. Auch für die Therapie zu Hause oder im Pflegeheim bin ich für Sie da.

Mein Ziel ist es, mit der logopädischen Behandlung ein für den Patienten bestmögliches, individuell befriedigendes Ergebnis zu erreichen.

Ich habe meine logopädische Ausbildung, nach erfolgreich absolviertem Musikstudium, 1999 in Hannover abgeschlossen.

Anschließend habe ich als fachliche Leitung in Steinfurt gearbeitet, wo ich auch meine Therapiebegleithundeprüfung abgelegt habe, und mich 2007 in Schüttorf selbstständig gemacht. Seitdem bin ich vor Ort für Sie da.

Nehmen Sie Kontakt mit mir auf, ich helfe Ihnen gerne!

**MESSESTAND  
042**

**Na logo!**  
Logopädin Silke Westphal



**Logopädische Therapie  
für Kinder & Erwachsene**

- Hausbesuche nach Verordnung
- Umfeldbetreuung
- tiergestützte Therapie
- Familienaufstellungen
- NLP-Sitzungen
- Hilfe bei Genehmigung und Verordnung von Logopädie

**Unsere Qualifikationen:**

- staatlich anerkannte Logopädin
- tiergestützte Therapie
- NFIT-Therapeutin
- NLP-Master



Graf-Egbert-Straße 19, 48465 Schüttorf



05923 968737



[logopaedie-schuettorf.de](http://logopaedie-schuettorf.de)



**ERGOTHERAPIE Diesendorf**

Handtherapie und Schienenbau  
Neurologische Rehabilitation  
Hirnleistungstraining  
Motorisch-funktionelle Therapie  
Sensomotorisch-perzeptive Therapie  
Psychisch-funktionelle Therapie  
Ergonomische Beratung  
Therapie für  
Berufsgenossenschafts-Patienten  
Hausbesuche

Graf-Egbert-Straße 19  
48465 Schüttorf  
05923 9937988  
[info@ergotherapie-diesendorf.de](mailto:info@ergotherapie-diesendorf.de)

## CARSTEN PÄSLER

**POOL & WELLNESS**



**SCHWIMMBECKEN**



**WHIRLPOOLS**



**SAUNA/ GARTENSAUNA/ INFRAROTWÄRMEKABINE**



**HOT-TUB**

Carsten Päsler  
Pools & Wellness  
Breslauer Str.19  
49835 Wietmarschen

Tel. 05946 874  
[info@paesler-pools.de](mailto:info@paesler-pools.de)

## FÜR MENSCHEN UND TIERE:

KARSTEN GEMMEKER ERWEITERT SEIN LEISTUNGSPORTFOLIO UM INNOVATIVE COLD-PLASMA-THERAPIEN

Karsten Gemmekers beruflicher Werdegang ist seit jeher geprägt von kontinuierlicher Weiterbildung und einem interdisziplinären Ansatz: Nach seiner Ausbildung zum staatlich anerkannten Physiotherapeuten hat er sich zum DIPO-Pferdeosteotherapeut sowie zum Osteopath für Hunde weitergebildet. Heute besitzt der Grafshafer überregional hohes Ansehen in der osteopathischen Behandlung von Pferden.

Nun hat Karsten Gemmekers sein Leistungssportportfolio erneut um einen innovativen Baustein erweitert. Unter dem Namen „Cold Plasma Solutions“ bietet er Cold-Plasma-Therapien für Menschen und für Tiere an. Für Karsten Gemmekers schließt sich damit ein fachlicher Kreis. Seine ursprüngliche Ausbildung als Physiotherapeut für Menschen bildet erneut die Grundlage seines therapeutischen Handelns.

Bei der Cold-Plasma-Therapie handelt es sich um eine moderne, nicht-thermische Form der Plasmaanwendung, bei der ionisierte Gase zum Einsatz kommen. In der medizinischen und veterinärmedizinischen Praxis wird das Kälteplasma bereits erfolgreich zur Wundheilung und zur Reduktion von Keimen sowie zur Therapie von orthopädischen Problemen eingesetzt. Die Anwendung ist schmerzfrei und nicht-invasiv.



**Karsten Gemmekers**

Staatl. anerkannter Physiotherapeut  
Pferdeosteopath (DIPO)

**Osteopathische Behandlung von Pferden und Hunden, um Bewegungsstörungen und Verspannungen zu erkennen und gezielt zu beheben.**

✉ [pferde-osteopathie.de](http://pferde-osteopathie.de)

✉ [info@pferde-osteopathie.de](mailto:info@pferde-osteopathie.de)



**COLD PLASMA SOLUTIONS**

**Verbesserte Wundheilung und Keimreduktion bei Menschen und Tieren durch Therapie mit kaltem Plasma. Schmerzfrei!**

✉ [cold-plasma-solutions.de](http://cold-plasma-solutions.de)

✉ [info@cold-plasma-solutions.de](mailto:info@cold-plasma-solutions.de)

## PRANAMOMENTS ERINNERUNGSFELD FÜR WAHRHEIT UND VERKÖRPERTE HEILUNG

In meiner Arbeit erinnere ich, Elena Achteresch, an das, was wir nie verloren haben... nur vergessen. Ich begleite durch Worte, Felder und Präsenz zurück in die eigene Wahrheit. Mein Wirken liegt jenseits von Konzepten, Diagnosen und spirituellen Masken, denn ich öffne Räume für Rückverbindung, echte Selbstwahrnehmung und innere Souveränität.

Auf der Bühne lese ich aus einem tief transformierenden Heilungskurs über die Symptome kollektiver Trennung und was geschieht, wenn wir wieder fühlen, was wirklich in uns lebt.

„Ich bin nicht hier, um zu erklären, ich bin hier, damit du dich erinnerst.“

[www.pranamoments.de](http://www.pranamoments.de)



**Vitalstoffanalyse inkl. Therapieplan  
zum Kennenlernpreis von 79€**

GesundZeit Ramona de Jong  
Hilgenstiege 8 | Bad Bentheim  
0160 - 71 98 556



**Ramona de Jong**

Heilpraktikerin für Naturheilverfahren

Zurück in die Verbindung – zu dir, zu deinem Körper, zu deiner Kraft.

Ich bin Ramona de Jong, Heilpraktikerin mit Herz und Hingabe für ganzheitliche Heilverfahren. Meine Arbeit richtet sich an Menschen, die ihre Gesundheit von innen heraus stärken und wieder in ihre natürliche Balance finden möchten.

**Meine Schwerpunkte**

- ▢ Darmgesundheit & Immunabwehr
- ▢ Infusionstherapie & Vitalstoffanalyse auf Zellebene
- ▢ Neuraltherapie, Ausleitungsverfahren & Entgiftung
- ★ Hochfrequenztherapie & Coaching

Ich sehe Gesundheit als einen lebendigen Prozess, bei dem Körper, Geist und Seele in Einklang wirken. Mit Achtsamkeit, Erfahrung und Intuition begleite ich Sie auf Ihrem Weg in Ihre Kraft.

## MASSAGE BY LIPO

Als modernes Massagestudio verbinden wir bei Massage by Lipo exklusive Sport- und Wellnessmassagen mit ganzheitlicher Entspannung sorgen. Individuell zubuchbare Extras ermöglichen ein maßgeschneidertes Massageerlebnis.

Kraftvolle, tiefenwirksame Sportmassagen unterstützen die Regeneration der Muskulatur, Haare und Sinne.



Prollstraße 2 | Etage 3 | 48529 Nordhorn | 0173 8566302 | info@massage-by-lipo.de | www.massage-by-lipo.de

Personalisierte Behandlung

Bones Hands Technik

IASTM Technik

Perkussions Massage

Schröpfen

Sport - & Wellnessmassage

Tiefengewebsmassage

Triggerpunktmassage

## OPTIK BRINKHAUS – KATJA POTGETER IHR TEAM FÜR GUTES+GESUNDES SEHEN

### Wir lieben schöne Brillen!

Von Fassungauswahl über Glasberatung bis hin zur Fertigung Ihrer neuen Brille in unserer hauseigenen Meisterwerkstatt Gemeinsam blickt unser Team auf eine Erfahrung von über 150 Jahren zurück. Ein Großteil von uns arbeitet schon seit über 30 Jahren Hand in Hand zusammen, um Sie mit maßgeschneiderten Brillen und perfekt angepassten Kontaktlinsen zu versorgen.

Dabei vertrauen wir auf hochwertige ZEISS Gläser, um Ihnen bestes Sehen zu ermöglichen.

Neueste Technik gepaart mit dem know How unserer sehr gut ausgebildeten Fachkräfte runden unser Portfolio ab.



Kostenlose Parkplätze direkt vor der Tür  
Optik Brinkhaus | Veldhauser Str. 128 | 48527 Nordhorn  
05921 - 33877



## CHANGE YOUR LIFE!

### GESUND SEIN, GESUND WERDEN UND GESUND BLEIBEN – MIT GANZHEITLICHER GESUNDHEITSBERATUNG VON PETER STAMMERMANN

Gesundheit ist mehr als die Abwesenheit von Krankheit – sie ist ein dynamischer Prozess, den wir aktiv gestalten können. Mein Name ist **Peter Stammermann**, und seit vielen Jahren beschäftige ich mich intensiv mit der Frage, wie wir unser körperliches und geistiges Wohlbefinden nachhaltig fördern können. Dabei geht es nicht nur um einzelne Maßnahmen, sondern um einen **ganzheitlichen Ansatz**, der alle wesentlichen Gesundheitsfaktoren berücksichtigt.

Defizite ausgleichen können, um Ihre Zellgesundheit und Vitalität zu fördern.

Alternativen Heilmethoden helfen, den Energiefluss im Körper zu harmonisieren und Blockaden zu lösen. Ich erkläre Ihnen, wie Sie Ihre Lebensenergie nachhaltig steigern können.

#### 2. Hydration und Zellgesundheit:

Reines, unbelastetes Wasser ist die Grundlage eines gesunden Körpers. Eine optimale Wasserqualität unterstützt die Entgiftung, die Stoffwechselprozesse und die allgemeine Zellfunktion. Ich zeige Ihnen, wie Sie für eine ideale Hydratation sorgen können.

**Elektrosmog, Schadstoffe und Umweltfaktoren beeinflussen unser Wohlbefinden enorm. Ich zeige Ihnen, welche Maßnahmen Sie ergreifen können, um Ihre Wohn- und Arbeitsumgebung gesundheitsfreundlich zu gestalten.**

#### 3. Mentale und emotionale Balance:

Wahre Gesundheit bedeutet nicht nur körperliches Wohlbefinden, sondern auch geistige Stärke. Ein positives Mindset, soziale Kontakte und persönliche Erfüllung sind entscheidend für ein glückliches Leben. Ich gebe Ihnen Impulse, wie Sie Ihre mentale Widerstandskraft stärken können.

**Besuchen Sie mich auf der Messe!**  
Ich lade Sie herzlich ein, mich an meinem Messestand zu besuchen! Dort haben Sie die Möglichkeit, mehr über meine ganzheitlichen Gesundheitskonzepte zu erfahren und individuelle Fragen zu stellen. Lassen Sie uns gemeinsam Wege finden, wie Sie Ihre Gesundheit nachhaltig verbessern können – **ich freue mich auf Sie!**

#### Die sechs Säulen der Gesundheit nach Peter Stammermann

##### 1. Optimale Nährstoffversorgung:

Unser Körper benötigt essenzielle Nährstoffe wie Omega 3, Vitamin D3, Vitamin K2 und wichtige Mineralstoffe, um gesund zu bleiben. Leider liefert selbst eine ausgewogene Ernährung oft nicht alle wichtigen Elemente. Ich berate Sie, wie Sie gezielt

##### 4. Bewegung und Entspannung:

Ein gesunder Körper braucht regelmäßige Bewegung – ebenso wichtig ist aber auch bewusste Erholung. Ob Sport, Yoga oder Meditation – ich helfe Ihnen, das richtige Gleichgewicht zwischen Aktivität und Entspannung zu finden.

##### 5. Energetisches Gleichgewicht:

Natürliche Stimulanzien, Atemtechniken und al-

Fachvortrag am Sonntag um 16:00 Uhr  
Ein Überblick über die sechs Säulen der Gesundheit, der Lehre nach der Salutogenese (Entstehung von Gesundheit)



 IPG  
**Stammermann**  
individuell · präventiv · gesund

IPG Stammermann  
Peter Stammermann

Oldenburger Straße 5  
49757 Werlte  
Tel. 05951 789  
Mobil: 0174 3254006

E-Mail: info@ipg-stammermann.de  
www.ipg-stammermann.de



A photograph showing several young children, likely soccer players, in action on a field. In the foreground, a child in an orange shirt has their arm around another child's shoulder. Other children are visible in the background, some in red and blue shirts. The scene is outdoors with a fence and trees in the background.

## Hand in Hand mit den Stars

Jetzt  
Einlaufkind  
werden

### Einmal mit den Stars aufs Spielfeld!

Erfüllen Sie Ihrem Kind diesen Traum – als Einlaufkind bei Hannover 96, den Wölfinnen vom VfL Wolfsburg, Rasta Vechta, der HSG-Nordhorn-Lingen oder dem TSV Hannover-Burgdorf.

Jetzt mitmachen und die Chance auf ein unvergessliches Erlebnis sichern!

Mehr erfahren  
und gewinnen.

AOK Niedersachsen.  
Die Gesundheitskasse.

