



ERNÄHRUNG

BEWEGUNG

INFORMATION

THERAPIE

WOHLFÜHLEN

gesina⁺

Gesundheitstage Albstadt

17.+18.September 2011

Festhalle und Schlossberghalle Ebingen

www.gesina-albstadt.de

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,



zur 3. gesina heiße ich alle Ausstellerinnen und Aussteller und Bürgerinnen und Bürger herzlich willkommen.

Die Albstädter Gesundheitsmesse ist in kürzester Zeit weit über die lokalen Grenzen hinaus zur Institution geworden. Sie hat sich im Terminkalender all derer etabliert, die sich mit Fragen des Gesundheitsbereichs befassen. Um der Bedeutung der Veranstaltung weiteren Nachdruck zu verleihen, habe ich sehr gerne wieder die Schirmherrschaft übernommen.

Die wohnortnahe und qualitativ hochwertige Gesundheitsversorgung ist für Bürger und Unternehmen ein wichtiger Standortfaktor. Frau Edith Koschwitz hat das bereits vor Jahren erkannt und zusammen mit Gesundheitsakteuren in der Stadt, im Rahmen sozialer Projekte, ein Gesundheitsnetzwerk gebildet.

Die gesina 2009 schuf erstmals eine Plattform, um sich zu präsentieren. Die Gesundheitswoche im Mai 2009 fand so großen Anklang, dass sich aus dem neu gegründeten Gesundheitsnetzwerk spontan ein Kompetenzteam bildete, um auch im Jahr 2010 eine solche Veranstaltung zu stemmen. Konzentriert auf ein Wochenende und auf zwei Standorte, konnte sich die gesina 2010 noch eindrucksvoller präsentieren.

Die dritte Veranstaltung dieser Art zeigt, dass sich ein immer größer werdender Personenkreis mit den Themen Gesundheit, Prävention, Bewegung, Wohlfühlen, Pflege auseinandersetzt, den Menschen das Thema Gesundheit „unter den Nägeln brennt“ und dass hier ein erheblicher Informationsbedarf besteht. Dem soll durch diese Veranstaltungen Rechnung getragen werden. Die gesina 2011 ist eine ideale Gelegenheit, um die ganze Bandbreite an Angeboten in unserer Stadt und näheren Umgebung kennen zu lernen.

Gesundheit bedeutet für Körper, Geist und Seele gleichermaßen Sorge zu tragen. In ihrer dritten Auflage hält die gesina zahlreiche Ideen, Impulse und Informationen dafür bereit.

In Gesprächen mit den Ausstellern und bei den zahlreichen Vorträgen kann sich der interessierte Besucher das für ihn Wichtige selbst herausuchen und damit auseinandersetzen.

Die Veranstaltung unter Leitung von Frau Edith Koschwitz wird mit viel Fach- und Sachverstand und großem persönlichen Engagement durchgeführt. Mein Dank geht gleichermaßen an das sie unterstützende Team Annerose Frey, Dina Carlucci-Schlagenhauf, Susanne Kopp-Rohm, Nina Setzepfand, Ria Westhauser, Norbert Beck und Andreas Ilch, die sich intensiv an der Umsetzung der Idee beteiligt haben und an die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Werbeagentur C2, die wieder mit profundem Know-how die Öffentlichkeitsarbeit leisten.

Ich wünsche der Gesundheitsmesse „gesina“, dass sie an die Erfolge der Vorjahre anknüpfen kann und danke allen, die sich für diese sehr sinnvolle Sache engagieren.

Dr. Jürgen Gneveckow
Oberbürgermeister

gesina 
gesund in Albstadt

gesina lädt ein
Albstädter Gesundheitstage 2011
Albstadt-Ebingen, Festhalle und Schlossberghalle mit Freibereich
Samstag, 17. September
Sonntag, 18. September (mit Regionalmarkt)
10 bis 18 Uhr
Eintritt frei

Schirmherr: Oberbürgermeister Dr. Jürgen Gneveckow

Eröffnungsvortrag mit Dr. Helmut W. Christ: Die Haut im Jahr 2011

Und das ist gesina:

- Messebereich mit Naturheilkunde, Pflege, Beratung, Gesundheitsprodukten, Ernährung, Wohnen und Schlafen, Sport und Selbsthilfe
- Vorträge zu medizinischen Fragen, Prävention und Therapie im Halbstundentakt
- Wohlfühlen bei Anwendungen, Massagen, Behandlungen
- Präsentationen, Vorführungen, Sport und Spiel
- Sonntag: Regionalmarkt mit Verkauf vor der Festhalle: Produkte und Spezialitäten der Region
- Beim ZAK-Podiumsgespräch geht es um die Qualität des Lebens mit 60+
- Rahmenprogramm: Kunze Kapelle, Trommelgruppe Tschakabum, Clown Kaotti und Bauchtanz mit der VHS-Gruppe von Kursleiterin Sonja Vogel

gesina wünscht Ihnen anregende Tage und gute Gesundheit!

Mehr Informationen
www.gesina-albstadt.de

gesina-Partner:



Medienpartner:
ZOLLERN-ALB
KURIER



Das gesinA-Team freut sich auf Ihren Besuch!

Mehr als 70 Aussteller in zwei Hallen und im Freibereich haben sich zur gesinA 2011 angemeldet. 30 Vorträge finden parallel im Halbstundentakt in drei Vortragsräumen statt. Oberbürgermeister Dr. Jürgen Gneveckow begrüßt die Gäste um 11.30 Uhr nach einem Rundgang durch die Hallen. Der Hautspezialist Dr. med. Helmut W. Christ eröffnet anschließend das Vortragsprogramm.

Eröffnungsvortrag „Die Haut im Jahr 2011“



Die Haut – Krankheiten, Erkenntnisse, Behandlung und Prävention. „Das geht mir unter die Haut“ sagt der Volksmund und meint damit unser größtes Organ, das auf sehr vieles aus den Bereichen der Umwelt, der Nahrung, der Lebensführung und vor allem der Seele reagiert. Ist unsere Haut gesund und strahlt Frische und Jugendlichkeit aus, dann wirkt sich das positiv auf den gesamten Menschen aus.

Hautirritationen, Hautkrankheiten und immunologische Störungen nehmen zu, gleichzeitig versuchen wir, Alterungsprozesse zu verlangsamen und pflegen unsere Haut mit wertvollen Substanzen. Wie sehen

die neuzeitlichen Erkenntnisse zur Hautgesundheit aus, worauf basieren neue Behandlungsmethoden von Neurodermitis, Psoriasis oder Rosacea?

Welche Erfahrungen waren die Ursache dafür, dass Dr. Christ sich der Gesundheit der Haut verschrieben hat? Inzwischen ist er weltweit mit seinen Ansätzen zur ganzheitlichen und cortisolfreien Behandlung von Hautkrankheiten, zu Anti-Aging und seiner Säulen-Methode der Ultraschallbehandlung bekannt und hat eine Reihe von Preisen für innovative Behandlungs- und Pflegeansätze erhalten.

ZAK-Podiumsgespräch

Neue Ziele, Engagement, Freuden und Schattenseiten – was macht die Qualität des Lebens mit 60+ aus? Wie gestalten Menschen den Lebensabschnitt nach der aktiven Berufsarbeit? Welche Themen stehen im Vordergrund, wie lebt sich der Alltag? Ist Ruhe angesagt oder selbstbestimmte Aktivitäten und neue Freiheiten? Dieser Frage geht Holger Much M.A., Redakteur des Zollern-Alb-Kurier mit seinen Gästen nach. Das Podiumsgespräch findet am Samstag ab 17 Uhr im Vortragsraum der Festhalle statt.

Unterhaltungsprogramm

Samstag, 11 Uhr: Trommelgruppe Tschakabum, Claudia Vieth mit Trommlerinnen
Samstag, 16.30 Uhr: Bauchtanz mit der VHS-Gruppe von Kursleiterin Sonja Vogel
Sonntag, 15 Uhr: Swing, Blues und eigene Songs mit der Kunze Kapelle
Sonntag, 12 Uhr und 15.30 Uhr: Clown Kaotti mit der Pantomime „Der innere Schweinehund“
Auf der Aktionsfläche in der Schlossberghalle finden laufend Vorführungen und Mitmachangebote von Vereinen und Selbsthilfegruppen statt – von B wie Boxen bis Z wie Zumba. Mehr dazu finden Sie unter „Vorführungen und Mitmachprogramm“.

MESSE IN DER FESTHALLE – Foyer und Erdgeschoss Naturheilkunde, Pflege, Beratung, Gesundheitsprodukte, Ernährung

Aussteller

**AOK –
Die Gesundheitskasse Neckar-Alb**
Albstadt
www.aok-bw.de/nea
Versicherungsprodukte, Ergänzungsversicherung und Glücksrad Gewinnspiel

Ausbildungszentrum von Zeppelin
Sauldorf
www.aqua-zeppelin.de
www.vonzepelin.de
Aqua-Zeppelin, System zur Wasserbelebung im Wohnhaus

Heinz Brenner GmbH,
Gesundheitsforum Zollernalb
Balingen
Telefon 07433/36142

Carisma Heilsteine
Owingen
www.cs-carisma.de
Heilsteine, Heilsteinschmuck, ätherische Öle, Räucherware, Wassersteine

**Diakonie: Kirchliche Sozialstation
Albstadt + Diakonische Bezirksstelle,
Hausnotrufzentrale Freiburg,
Freundeskreis Suchtkrankenhilfe**
Albstadt/Balingen
www.diakonie-balingen.de
www.sozialstationalbstadt.de
Informationen, alkoholfreie Cocktails, Mitmachangebot

DRK
Ortsverein Ebingen, Catering
Telefon 07433/9099-21
www.drk-ebingen.de
Bereitschaft, Sozialarbeit und Jugendrotkreuz

Energetix,
Magnetschmuck & Wellness
Vöhringen
www.fischer.energetix.tv
Schmuck und Accessoires mit der Wirkung von Magneten

Aussteller

Essen auf Rädern
Thomas Seitz
Balingen
www.seitz-essen-auf-raedern.de
Informationen und Tests

Fitness World
Albstadt
www.fitnessworld-albstadt.de
Fitness-Studio – Präsentation und Information

Geovital-Akademie
Sascha Hahnen
Sulzberg
Telefon 0043/551/624671
Geovital-Akademie für Naturheilverfahren, gesunder Schlafplatz

Gießler Sanitätshaus
Orthopädietechnik
Albstadt
www.reha-team-giessler.de
www.giessler-ott.de

Haus Abendsonne
Tagespflegestätte
Albstadt
Telefon 07431/500000
Tagespflege für Senioren

Hirschmann
Tierzentrum für Naturmedizin
Albstadt
www.tierzentrum-hirschmann.de
Alternatives Therapie- und Trainingszentrum, naturheilkundliche Kleintierpraxis

Lacosmed
Laserzentrum Dr. Schuler
Albstadt
www.lacosmed.de
Laserbehandlungen der Haut, Ultraschallbehandlungen der Haut, Faltenbehandlungen

Landratsamt Zollernalbkreis
Gesundheitsamt
Balingen
www.zollernalbkreis.de

MESSE IN DER FESTHALLE – Foyer und Erdgeschoss
Naturheilkunde, Pflege, Beratung, Gesundheitsprodukte, Ernährung

Aussteller

Lebenshilfe Zollernalb e.V.
Kaffee-Theke
Bisingen
www.lebenshilfe-zaw.de
Werk- und Wohnstätten gGmbH,
Kaffeespezialitäten

Mineralien- u. Fossilienbörse
Thomas M. Hugger
Albstadt
Telefon 07432/22920
Mineralien, Wassersteine, Engel aus
Speckstein

Mrs. Sporty
Joachim Leberherz
Albstadt
www.mrssporty.de
Fitness und gesundes Abnehmen,
Frauensportclub

Osiandersche Buchhandlung
Albstadt
www.osiander.de
Büchertisch im Foyer, aktuelle Literatur
zu Gesundheitsthemen

Sana-Klinik Zollernalb GmbH
Albstadt
www.sana-klinik-zollernalb.de
Galileo-Gerät zum Gleichgewichtstest

Senova GmbH
Pflege mit Herz
Albstadt
www.senova-pflege.de
Pflegeheim, Sozialstation, Tagespflege,
Essen auf Rädern, offener Mittagstisch,
Demenzgruppe

Sonnenhof-Therme
Bad Saulgau
www.sonnenhof-therme.de
Thermalbad, Medical Wellness

Sozialstation St. Vinzenz
Albstadt
www.st-vinzenz-albstadt.de
Beraten, Pflegen, Helfen, Demenzbe-
treuung

Aussteller

Stadt Albstadt
Albstadt
www.albstadt.de
Pflegestützpunkt Zollernalbkreis
Standort Albstadt und Seniorenprojekt
„Miteinander=Füreinander“

Stiftung Augustenhilfe
Albstadt
www.augustenhilfe.de
Altenpflege, Altenhilfe, Kurzzeitpflege
und Dauerpflegeplätze

**T-RaumHaus –
gesund schlafen und wohnen**
Die Ausstellung der Schreinerei Leberherz
Bitz
www.schreinerei-leberherz.de
Einrichtungskonzepte, Möbelbau &
Design

Therapie- und Bewegungszentrum
Silke Leberherz
Albstadt
www.therapiezentrum-leberherz.de
Physiotherapie, Fitness, Rehasport,
Koordinations- und Stabilisationstrai-
ning, Magnetfeldtherapie

Therapiepunkt Heuberg
Meßstetten
www.therapiepunkt-heuberg.de
Interdisziplinäre Gemeinschaftspraxis
für Physiotherapie, Ergotherapie und
Logotherapie

Volkshochschule Albstadt
Albstadt
www.vhs-albstadt.de
VHS-Programm des Wintersemesters
2011/12, Informationen zum Gesund-
heitsbereich

Versicherungsbüro Birgit Daiber
Albstadt
www.wuerttembergische.de
Württembergische Versicherung

Zollern-Alb-Kurier
Albstadt
www.zak.de
Medienpartner der gesinA

MESSE IM OBERGESCHOSS FESTHALLE – Galerie und Wintergarten
Wohlfühlen bei Anwendungen, Massagen, Behandlungen

Aussteller

AMM-Therapie
Naturheilpraxis Nina Setzepfand
Albstadt
www.amm-therapie.de
Akupunkt Meridian Massage / Akupunk-
tur (ohne Nadeln) auf Basis der Traditio-
nellen Chinesischen Medizin (TCM)

Caritas Zentrum Albstadt
Albstadt
www.caritas-schwarzwald-alb-donau.de
Tafelladen, Boutique Carmadio und
Änderungsschneiderei - Aktionsspiel am
Stand

Déesse Kosmetik und Hautpflege
Ria Westhauser
Albstadt
www.deesse.com
Schweizer Produkte auf Naturbasis

Frische-Center
Frische Kosmetik
Albstadt
www.frische-center.com
Frischekosmetik und Vitalstoffe

Heilpraktiker Netzwerk Zollernalb
mit Heilpraktiker Axel Müller, Heil-
praktikerin Dina Carlucci-Schlagenhauf,
Heilpraktikerin Daniela Mey, Heilprakti-
kerin für Psychotherapie Christine Rösch,
Heilpraktikerin für Psychotherapie Giséla
Eberhard, Heilpraktiker Götz Knosp,
AHP (angehende Heilpraktikerin) Birgit
Sieber
www.heilpraktiker-zollernalb.de

Aussteller

Kunsttherapie Angela Metz
Albstadt
www.angelametz.de
Atelier Rolf Jahnke
Albstadt
www.atelier-jahnke.de

Monis Perlen & Design
Albstadt
Telefon 07431/9353448
Schmuck aus eigener Herstellung,
Unikatschmuck, Umarbeitung

PEN YANG
Harmonie und Energie
Achern
www.pen-yang-harmonie.de
Das System für Ihre Gesundheit –
Schutz vor geopathischen Störfeldern,
Wasseradern, Elektromog und Funkwel-
len – Hausbegehungen, Energiearbeit,
Arbeitsplatzberatung

Praxis für Gesundheit und Energie
Friedbert Haug
Albstadt
www.praxis-natur-pur.de
Heilpraktiker und zertifizierter Energie-
therapeut (PSE)

smartpharm
www.smart-pharm.de
www.sqoom.de
Exklusiv-Vetriebspartner:
SQOOM concept

Vorwerk Thermomix
Anita Straub
Winterlingen
Telefon 07434/937184
Kleine Kostproben und Vorführung des
Thermomix in Aktion

MESSE IN DER SCHLOSSBERGHALLE

Vorführungen, Spiele, Präsentationen, Catering

Aussteller

Albstädter Seifen UG Albstadt www.albstaedter-seifen.de zertifizierte Naturkosmetik
Arbeiterwohlfahrt AWO Ortsverein Ebingen Albstadt Telefon 07431/52898 www.awo.de Essen auf Rädern zum Testen
DRK Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Zollernalb e.V. Balingen www.drk-zollernalb.de Kleiner Fitnessstest an vier Stationen mit Gewinnspiel, Betreutes Reisen, Betreutes Wohnen, Ausbildung Ehrenamtlicher
FrauenSelbsthilfe nach Krebs Gruppe Albstadt Telefon 07435/8054 Informationen und Ansprechpersonen der Selbsthilfegruppe
Freizeitclub von Behinderten und Nichtbehinderten e.V. Bisingen Telefon 07476/2251 Motopädagogische Mitmachaktionen für Jung und Alt, mit und ohne Handicap
Gesund, fit und fleißig Projekt STÄRKEN vor Ort, Andrea Beck Albstadt Telefon 07431/56874 Handgestrickte Socken und Filzhausschuhe
Herzgruppe Albstadt e.V. Albstadt Telefon 07432/706 www.herzgruppe-albstadt.de Rehabilitationssport

Aussteller

Initiative Reutlinger Wein Reutlingen www.reutlinger-wein.de Der einzige private Weinberg an der Reutlinger Achalm, Gebiet Sommerhalde
Körperbehindertenförderung Neckar-Alb Mössingen www.kbf.de Verschiedene Fördereinrichtungen für behinderte Menschen
Landratsamt Zollernalbkreis Landwirtschaftsamt Balingen www.zollernalbkreis.de
Selbsthilfe Körperbehinderter Zollernalbgruppe ZAK e.V. Albstadt Telefon 07431/2079 Informationen und Rollstuhlparcours
Stadt Albstadt Kulturamt Albstadt www.traufgaenge.de Informationen zu den Premiumwanderwegen – Traufgängen
Turn- und Sportverein TSV Ebingen www.tsvebingen.de Sportverein mit sieben Abteilungen, Angebote für alle Altersklassen
Verein für gemeindenahere Psychiatrie im Zollernalbkreis e.V. Albstadt Telefon 07431/981090 Psychiatrische Institutsambulanz Albstadt des Vinzenz-von-Paul- Hospitals, Rottweil, Sozialpsychiatrische Hilfen Zollernalb der BruderhausDiakonie Informationen über ambulante Beratungs- und Therapiemöglichkeiten für psychisch kranke Menschen im Gemeindepsychiatrischen Zentrum

VORTRÄGE SAMSTAG, 17. SEPTEMBER 2011 / Festhalle Obergeschoss – Vortragsraum I

Beginn	Vortragsthema	Referent
11.30	Begrüßung durch Oberbürgermeister Dr. Jürgen Gneveckow	–
12.00	Die Haut im Jahr 2011	Dr. Helmut W. Christ, Facharztpraxis für Allgemeinmedizin
13.00	Varizen – eine Volkskrankheit	Manfred Dürr, Zollernalb Klinikum Albstadt
14.00	Schönheit von Innen – Hautgesundheit und Ernährung	Dr. Ute Streicher, AOK, Oecotrophologin
15.00	Laparoskopische Chirurgie in der Gynäkologie und Alternativen zur Gebärmutterentfernung	Julia Klenske, Chefärztin, Zollernalb Klinikum Albstadt
16.00	Der Leistenbruch – moderne Operationsverfahren	Dr. Stefan Dörrfuß, Chirurgie, Zollernalb Klinikum Albstadt
17.00	ZAK-Podiumsgespräch: Neue Ziele, Engagement, Freuden und Schattenseiten – die Qualität des Lebens mit 60+	Moderation: Holger Much M.A., Redakteur Zollern-Alb-Kurier

VORTRÄGE SONNTAG, 18. SEPTEMBER 2011 / Festhalle Obergeschoss – Vortragsraum I

Beginn	Vortragsthema	Referent
10.00	Perspektiven in der Behandlung von Gelenk- und Knochenkrankungen	Dr. Stefan Welte, Sana-Klinik Zollernalb
11.00	Schlafapnoe – ist schnarchen eine Volkskrankheit?	Dr. Brigitte Bienstein, Chefärztin, Zollernalb Klinikum Albstadt
12.00	Erhöhte Leberwerte – was tun?	PD Dr. Gerhard Treiber, Chefarzt, Zollernalb Klinikum Hechingen
13.00	Herzschmerzen ohne krankes Herz	PD Dr. Gerhard Treiber, Chefarzt, Zollernalb Klinikum Hechingen
14.00	Risikofaktoren der Arteriosklerose (Arterienverkalkung) – wie bleibe ich gesund und vital?	Dimitrios Vasilakis, Oberarzt, Zollernalb Klinikum Albstadt
15.00	Diabetischer Fuß – Strategien zur Vermeidung von Amputationen	Dr. Bernhard Honervogt, Oberarzt, Zollernalb Klinikum Albstadt
16.00	Venenthrombose – Vorbeugung, Behandlung, Vermeidung von Folgeerkrankungen	Dr. Bernhard Honervogt, Oberarzt, Zollernalb Klinikum Albstadt
17.00	Vielfalt im Obstkorb – Bunt und Lecker für alle Sinne	Daniela Schweikhart, Landratsamt Zollernalbkreis

VORTRÄGE SAMSTAG, 17. SEPTEMBER 2011 / Realschule – Vortragsraum II

Beginn	Vortragsthema	Referent
13.30	Iss dich schlau – geht das? „Richtiges Essen und Trinken für optimales Lernen“ (Brainfood)	Ingeborg Weckenmann, Landratsamt Zollernalbkreis
14.30	Die 5-Elemente-Ernährung – ein wichtiger Bestandteil der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)	Nina Setzepfand AMM-Therapie
15.30	Energetische Wirbelsäulenaufrichtung	Birgit Sieber, Gesundheitsberatung Albstadt

VORTRÄGE SONNTAG, 18. SEPTEMBER 2011 / Realschule – Vortragsraum II

Beginn	Vortragsthema	Referent
10.30	Nahrungsmittelintoleranzen – Leben mit Laktose-Gluten-Fruktose	Dina Carlucci-Schlagenhauf, Heilpraktikerin
11.30	Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) – mehr als nur Akupunktur	Daniela Mey, Praxis für Naturheilverfahren
12.30	Abnehmen! Alte und neue Wege zum Idealgewicht	Götz Knosp, Heilpraktiker mit Naturheilpraxis
13.30	Elektrofahrräder – Fortbewegungsmittel der Zukunft	Michael Jäger, Fa. Diamant/ Intersport Rebi
14.30	Implantate, Amalgam und Co.	Hardy Gaus, Zahnarzt
15.30	Film: Orangen in Omas Kleiderschrank	Netzwerk Demenz, Knotenpunkt Albstadt

Bitte beachten Sie die Aushänge und Hallenpläne.



VORTRÄGE SAMSTAG, 17. SEPTEMBER 2011 / Realschule – Vortragsraum III

Beginn	Vortragsthema	Referent
13.30	Atemschule – Durchatmen im Alltag!	Manuela Egeler, Praxis für ganzheitliche Gesundheit
14.30	Die wunderbare Welt der Heilsteine	Claudia Stifel, Kristall- und Edelsteinberatung und Behandlung
15.30	Gesundes Essen, lebendiges Wasser, erholsamer Schlaf	Heinrich Ellner, Pen Yang Harmonie und Energie

VORTRÄGE SONNTAG, 18. SEPTEMBER 2011 / Realschule – Vortragsraum III

Beginn	Vortragsthema	Referent
11.30	Gesunder Schlafplatz ohne Elektromog, Erdstrahlung	Bernd Hansen, Heilpraktiker und Geobiologe, Geovital Akademie
12.30	Haare weg, Haut in Falten – was tun?	Heinz Kasik, Heilpraktiker
13.30	Wie gesund ist unser Leitungswasser – was ist Wasserbelebung?	Dipl.-Ing. Hans v. Zeppelin, Marina v. Zeppelin, Aqua Zeppelin
14.30	Gut geschlafen, gut gelaunt, leistungsfähig	Heinrich Ellner, Pen Yang Harmonie und Energie
15.30	Homöopathie als „Haus- und Reiseapotheke“	Heinz Kasik, Heilpraktiker
16.30	Film: Orangen in Omas Kleiderschrank	Netzwerk Demenz, Knotenpunkt Albstadt

Bitte beachten Sie die Aushänge und Hallenpläne.

gesinA will das Thema Gesundheit unterhaltsam und anschaulich vermitteln, denn Gesundheit ist nicht nur die Abwesenheit von Krankheit, sie ist auch die Basis für Lebensfreude, Energie, körperliche und geistige Fitness. Vor allem ist das Thema Gesundheit nicht erst dann relevant, wenn Probleme auftreten, sondern begleitet unseren Lebensweg. Auch in diesem Jahr präsentiert gesinA das gesamte Spektrum von Ernährung, Bewegung, Information, Therapie und Wohlfühlen – für jedes Alter.

Sketche zum Thema Demenz

An beiden gesinA-Tagen zeigt das Netzwerk Demenz, Knotenpunkt Albstadt, zusammen mit der Altenpflegeschule der DAA kurze Sketche zum Thema „Umgang mit Demenzkranken“. Die Sketche finden an verschiedenen Orten in den Hallen oder draußen statt. Anschließend besteht die Möglichkeit, miteinander ins Gespräch zu kommen. Ansprechpartnerin ist Hildegard Fürst.

REGIOMARKT

Erzeugnisse, Spezialitäten und Handwerk aus der Region
Sonntag, 18. September 2011 vor der Festhalle

Mit Obst, Gemüse, Käse, Getränken und Nahrungsmittel für Allergiker aus der Region können Sie bei der gesinA direkt mit Erzeugern und Händlern ins Gespräch kommen, probieren und einkaufen. Ergänzt wird das Angebot durch handwerkliche Produkte, Schmuck, E-Bikes, die „Schwäbische Auster“, Bachforellen und vieles mehr.

Aussteller

Altenrieter Holzofenbäcker

Altenriet
www.altenrieter-holzofenbäcker.eu
Dinnete, Nudeln aus eigener
Herstellung, Zubereitung direkt am
Holzofen

ArtDekore-DesignGeflecht

Albstadt
www.artdekore.de
Flechtwaren aus Peddigrohr mit
Dekorböden

Frühstücksbiene

Bisingen-Thanheim
Telefon 0177/4050647
Müsli und Waffeln, Kaffee

Fischermühle Handels GmbH

Rosenfeld
www.hofgut-fischermuehle.de
Bio-Käse-Spezialitäten, Fleisch,
Wurst, B2Bio Burger

Gärtnerei Brobeil

Geislingen
Telefon 07433/8556
Die Fitte Tüte und Verkostung von
Gemüse aus der Region

Freudemann

Erlebnis Perfektion in Holz
Engstingen
www.freudemann.de
Massivholzmöbel im Einklang mit der
Natur

Imbissbetrieb

Riedlingen
Telefon 07371/3111
Knackiges und Leckeres

Aussteller

Imkerei Gerhard Kasper

Reutlingen
www.imkerei-kasper.de
verschiedene Honigsorten, Waben-
honig, Blütenpollen, Bienkosmetik,
Met

Intersport Rebi

Reichenberger GmbH
Albstadt
www.intersport-rebi.de
E-Bikes zum Probefahren, Informati-
onen, Beratung

Kartoffelkiste

Albstadt
www.dilari.de
Kartoffelspezialitäten

Löffler

Oskar Löffler
Inzigkofen
Telefon 07571/5868
Eier aus Boden-, Freiland- und
Biohaltung, Nudeln aus Hartwei-
zengrieß, Dinkelnudeln, glutenfreie
Nudeln aus Maismehl, Produkte ohne
Geschmacksverstärker

MIT Genossenschaft i.G.

Telefon 0711/8824950
Fischterrine und geräucherte
Bachforelle

Obsthof Schäfer

Ravensburg
Telefon 07504/408
Obst und Gemüse

Aussteller

Schäferei Matyas

Hausen a. T.
Telefon 07436/87387
Produkte aus der Wanderschäferei,
Fellprodukte: Naturfelle, Handschuhe,
Unterbetten, Babyschuhe / Woll-
produkte: Decken, Socken, Jacken,
Westen, Schuhe und mehr

Schwäbische Auster

Nersingen
www.schneckenzucht.de
„Schwäbische Auster“: Die Karriere
einer Weinbergschnecke – Schnecken
als kulinarische Delikatesse und Pro-
dukte rund um die Schnecke

Aussteller

Sennhof

Konrad Senn
Pfullendorf
Telefon 07552/1386
alles Bio: Käse, Wurst, Fleisch, Brot,
Eier, Obst und Gemüse

Straubinger Hof

Gammertingen
Telefon 07574/3499
Geräuchertes und Wurstwaren,
frei von Gluten, Laktose und
Geschmacksverstärker

Ziegenhütte Mäck Mäck

Harthausen
Telefon 07577/1629
Ziegenkäse aller Art und eine Malecke
zum Thema Landwirtschaft mit
Informationen

Alles aus einer Hand

Frau Müller, 42 Jahre, muss aufgrund von beruflichen Verpflichtungen, zeitlich begrenzt, in eine andere Stadt. Bis dahin kümmerte sie sich fast täglich um ihre pflegebedürftige 81-jährige Mutter. Eine Nachbarin hat sich bereit erklärt, bei der Mutter ab und zu nach dem Rechten zu sehen, merkt aber schnell, dass sie mit der Pflege und Betreuung der älteren Dame überfordert ist.

Die Mitarbeiter der SENOVA Sozialstation, die morgens und abends zur Grundpflege kommen, informieren die Tochter über die Entlastungsmöglichkeiten einer Tagespflege im SENOVA Seniorenzentrum.

Frau Müller hat nun ein gutes Gefühl, weil sie ihre Mutter an einem geeigneterem Ort weiß.



Gerne beraten wir Sie bei allen Fragen zur Pflege.
Rufen Sie uns an. **Telefon 07432 2005-114**



Seniorenzentrum
Truchteltingen

- Pflegeheim
- Sozialstation
- Tagespflege
- Essen auf Rädern
- Offener Mittagstisch
- Seniorenbetreuung

Raiffeisenstr 5
72461 Albstadt
Telefon: 07432/2005-0
FAX: 07432/2005-125
info@senova-pflege.de
www.senova-pflege.de

VORFÜHRUNGEN UND MITMACHPROGRAMM SAMSTAG

Beginn	Vorführung
14.00	Boxen für Kinder und Erwachsene Vorführung mit Boxtrainer Thomas Fritschi vom Athletik-Sport-Verein Ebingen 1921 e.V.
15.00	Ausdrucksmalen für Kinder von 3–88 Jahren mit Angela Metz vom Kunstelier Angela Metz
16.00	Willst du fit und aktiv sein – steig beim ASV-Boxtraining ein! Vorführung – Boxen für jedes Alter mit Boxtrainer Thomas Fritschi vom Athletik-Sport-Verein Ebingen 1921 e.V.
16.30	Bauchtanz mit der VHS-Gruppe von Kursleiterin Sonja Vogel Vorführung
17.00	Vorführung Schulsanitätsdienst der Hohenbergschule, Ebingen Das STÄRKEN vor Ort – Projekt „Schulsanitätsdienst“ stellt sich mit einer Übung vor

VORFÜHRUNGEN UND MITMACHPROGRAMM SONNTAG

Beginn	Vorführung
12.00	Clown Kaotti mit der Pantomime „Der innere Schweinehund“.
13.00	Rollstuhlparcours mit der Selbsthilfe Körperbehinderter Zollernalbgruppe ZAG e.V.
13.30	Zumba, der Fitness-Renner Vorführung und Mitmachen mit Beatrix Stingel, TSV Messstetten und Bestform Fitness-Studio
14.00	Ausdrucksmalen für Kinder von 3–88 Jahren mit Angela Metz vom Kunstelier Angela Metz
14.00	Tänze für Kinder und Erwachsene mit dem TSV Ebingen
15.00	Seniorengymnastik mit dem DRK Balingen – Bewegung bis ins hohe Alter, Vorführung
15.30	Clown Kaotti mit der Pantomime „Der innere Schweinehund“
16.00	Tänze für Kinder und Erwachsene mit dem TSV Ebingen

Für Vorführungen, Spiele und Präsentationen gibt es in der Schlossberghalle eine Aktionsfläche verbunden mit dem Cateringbereich, der vom DRK betreut wird.

Das DRK Balingen bietet durchgehend einen Fitnessparcours an, die Selbsthilfe Körperbehinderter einen Rolli-Parcours.

Auf unserer Webseite www.gesina-albstadt.de finden Sie weitere Informationen und Wissenswertes zu Gesundheitsthemen.

DANKE!

Das gesina-Team dankt der Stadt Albstadt und ihren Mitarbeitern für Unterstützung und Beratung, dem engagierten Netzwerk von Einrichtungen, Firmen und Vereinen sowie Partnern und Sponsoren!



gesina-Team

oben von links nach rechts:

Ria Westhauser, Dina Carlucci-Schlagenhauf,
Nina Setzepfand, Susanne Kopp-Rohm,
Edith Koschwitz

unten von links nach rechts:

Andreas Ilch, Anne Frey

nicht auf dem Bild: Norbert Beck

gesina⁺
gesund in Albstadt

Edith Koschwitz
Büro Ortsnetz
Bellinostraße 23
72764 Reutlingen
Telefon 07121/210864
koschwitz@ortsnetz-projekte.de

Andreas Ilch
Amt für Familie, Bildung, Sport und Soziales
Marktsstraße 35
72458 Albstadt
Telefon 07431/160-2510
andreas.ilch@albstadt.de

www.gesina-albstadt.de

Fotos: Angela Metz, Andreas Ilch, Edith Koschwitz

Die Festhalle und Schlossberghalle liegen benachbart im Zentrum des Stadtteils Albstadt-Ebingen. Parkmöglichkeiten auf dem Hallenparkplatz und umliegenden Parkflächen sowie Parkhaus Hallenbad.

Festhalle Albstadt
Hohenzollernstraße 10
72458 Albstadt

Schlossberghalle
Sigmundstraße 15
72458 Albstadt

Konzeption und Gestaltung: www.e2werbeagentur.de

Druck: Druckerei Conzelmann

Wir danken herzlich für die Unterstützung:



Medienpartner:

**ZOLLERN-ALB
KURIER**

