



Viele Impulse für die eigene Gesundheit

Friedrichshafen - Pünktlich zum diesjährigen Spätsommer-Ende rücken die Gesundheitstage Friedrichshafen im Graf-Zeppelin-Haus wichtige Gesundheitsfragen in den Mittelpunkt. 60 Aussteller geben am Samstag und Sonntag, 21. und 22. Oktober, 10 bis 17 Uhr, Impulse für einen gesunden Körper, die richtige Ernährung, Sport, Fitness und Beauty sowie eine aktive Gesundheitsvorsorge und neue Behandlungsmethoden. Schwerpunktthemen der Messe sind in diesem Jahr die gesunde Ernährung, die mentale Gesundheit, ein schmerzfreier Bewegungsapparat sowie die Augengesundheit. Es besteht für alle gesundheitsbewussten und gesundheitsinteressierten Menschen die einmalige Möglichkeit, mit Fachexperten aus dem Gesundheitswesen ins Gespräch zu kommen, vieles auszuprobieren und sich durchchecken zu lassen.

Gesundheitsanbieter wie Facharztpraxen, Kliniken, Heilpraktiker, Physiotherapeuten, Sanitätshäuser, Ernährungsberater, Fitnessstudios, Apotheken, Pflegeanbieter, Selbsthilfegruppen und viele mehr informieren von der Schulmedizin über alternative Heilmethoden bis hin zu Sport und Ernährungsthemen. 38 Bühnen- und Vortragsgrammunkte und ein kostenloser Gesundheitsparcours mit zwölf Vital-Check Stationen laden dazu ein, sich mit sich selbst zu befassen.



Zahlreiche Bühnen- und Vortragsgrammunkte und ein kostenloser Gesundheitsparcours mit zwölf Vital-Check Stationen laden dazu ein, sich während der Gesundheitstage in Friedrichshafen mit sich selbst zu befassen. BILD: VERANSTALTER

dazu ein, sich mit sich selbst zu befassen.

Neben Checkups wie beispielsweise Lungenfunktions-test, Venenflussmessung, Blut-zuckermessung oder einer optischen Kohärenz-Tomografie (Augenuntersuchung) können Gesundheitsprodukte getestet und direkt erworben werden. Eine Besonderheit im Rahmen des Gesundheitsparcours ist der für Männer angebotene Testosterontest am Messesonntag von 10 Uhr bis 14.30 Uhr am Stand der Deutschen Gesellschaft für Mann und Gesundheit. Auch in diesem Jahr wird die Expertenbüh-

ne von der RegioTV-Moderatorin Sarah Rahm moderiert. Im Vortragsraum gibt es im halbstündigen Wechsel ein breit gefächertes Vortragsprogramm. Eine Besonderheit der Messe ist, dass alle programmeingebundenen Teilnehmer im Anschluss für individuelle Fragen an ihren jeweiligen Messesstand antretten sind. Der Eintritt beträgt für Erwachsene 5 Euro, ermäßigt 4 Euro.

Das Programm und die Übersicht der Aussteller finden sich im Internet unter: www.gesundheitstage-friedrichshafen.de

Das Programm

➤ Samstag, 21. Oktober

A Expertenbühne, Hugo-Eckener-Saal

10.30 - 11.10 Uhr: Podium, Durch Fastenkuren Selbstheilungskräfte aktivieren.

11.15 - 11.45 Uhr: Vortrag: Fasten nach der Methode Buchinger Wilhelmi, Prävention - Therapie - Regeneration
12 - 12.40 Uhr: Podium; Zurück zur mentalen und geistigen Gesundheit

12.45 - 13 Uhr: Mitmachübungen, Fit gegen Gelenkverschleiß

13.00-13.25 Uhr: Vortrag, Was hilft bei Venenleiden?

13.30 - 14.10 Uhr: Podium, Schmerzbeschwerden im Bewegungsapparat aufdecken und richtig behandeln

14.15 - 14.40 Uhr: Vortrag: Natürliche Unterstützung bei chronischen Krankheiten.

14.45 - 15.10 Uhr: Podium, Trainingsprogramm für Berufstätige mit Elementen zu Bewegung, Ernährung und Stressbewältigung

15.15 - 15.40 Uhr: Vortrag: Altersbedingte Makuladegeneration

15.45 - 16.20 Uhr: Podium; Schaltzentrale Darm - Darmflora und Stoffwechsel im Gleichgewicht

B Vortragsraum, Alfred-Colsman-Saal
11.00-11.25 Uhr: Vortrag: Grauer Star - wieder scharf sehen dank moderner Behandlungsmethoden

11.30 - 11.55 Uhr: Vortrag;

Warum Rückenschmerzen in den Bauchmuskeln wohnen

12 - 12.25 Uhr: Vortrag; Deutschland hat Rücken - Schmerztherapie nach Liebscher & Bracht

12.30 - 12.55 Uhr: Vortrag; Ambulante Rehabilitation bei Rückenschmerzen und nach Operationen an Wirbelsäule und Gelenken

13.00- 13.25 Uhr: Vortrag; Wasserfasten und Harmonisierung des Körpermilieus

13.30 - 13.55 Uhr: Vortrag; Die Bioenergetische Motivation

14.00 - 14.25 Uhr: Vortrag; Diabetes und Auge - Behandlungsmöglichkeiten

14.30 - 14.55 Uhr: Vortrag; SchmerzLos geht's! Mit Bemer das Leben genießen

15.00 - 15.25 Uhr: Vortrag; Gangstörungen und Schwindel bei neurologischen Erkrankungen, Behandlungsmöglichkeiten und Sturzprofilexe bei MS, Parkinson oder Schlaganfall

15.30 - 15.55 Uhr: Vortrag; Auswirkungen von Zahn- und Mundgesundheit auf den Körper.

➤ Sonntag, 22. Oktober

A Expertenbühne

10.40 - 10.55 Uhr: Mitmachangebot; Fit gegen Gelenkverschleiß

11.00 - 11.40 Uhr: Podium; Hormonstatus Mann. Testosteron - das Königshormon des Mannes?

11.45 - 12.10 Uhr: Vortrag; Zurück zum gesunden Kniegelenk durch Gelenkersatz?

12.15 - 12.40 Uhr: Vortrag; Mentale Gesundheit im Alltag

12.45 - 13.25 Uhr: Podium; Der Weg zum gesunden Rücken mit Sicht auf den gesamten Bewegungsapparat

13.30 - 13.55 Uhr: Vortrag; Was hilft bei Venenleiden?

14.00 - 14.30 Uhr: Podium; Schleichenden Sehverlust und trockene Augen frühzeitig stoppen

14.40 - 15.25 Uhr: Vortrag; Demo-OP; Arthrose im Hüftgelenk - zurück zur gesunden Hüfte durch Gelenkersatz?

15.30 - 16.10 Uhr: Podium; Förderung und Erhaltung der Fußgesundheit

B Vortragsraum
10.30 - 10.55 Uhr: Vortrag; Kinder stark machen

11.00 - 11.25 Uhr: Vortrag; Warum Rückenschmerzen in den Bauchmuskeln wohnen

11.30 - 11.55 Uhr: Vortrag; Mentale Gesundheit

12.30 - 12.55 Uhr: Vortrag; Onkolotse organisiert Ihnen die Hilfen, die Sie brauchen!

13.00 - 13.25 Uhr: Vortrag; Ein Weg zu mehr Zufriedenheit

13.30 - 13.55 Uhr: Vortrag; Natürliche Unterstützung bei chronischen Krankheiten.

14.00 - 14.25 Uhr: Vortrag; Quellwasserstruktur aus der Wasserleitung durch Wasservitalisierung

14.30 - 14.55 Uhr: Vortrag; Hypnose und Hypnose-therapie

15.00 - 15.25 Uhr: Vortrag; Wie richtige Zahnpflege die Gesundheit schützt

ECKERT

Augenzentrum Eckert

BESUCHEN SIE UNS AUF DEN GESUNDHEITSTAGEN IN FRIEDRICHSHAFEN!

Wir laden Sie außerdem ganz herzlich zum Vortrag am **Samstag, 21. Oktober um 11 Uhr ein!** Erfahren Sie alles über die Behandlungsmethoden beim **Grauen Star.**

Wir freuen uns auf SIE!

Medizentrum Eckert Weingarten, Ravensburger Straße 56, 88250 Weingarten, Tel.: 0731 / 34460
Medizentrum Eckert Friedrichshafen, Friedrichstraße 63, 88046 Friedrichshafen, Tel.: 07541 / 936230
Medizentrum Eckert Konstanz, Salomonswallergasse 1, 78462 Konstanz, Tel.: 07531 / 15020

GESUNDHEITSTAGE

PROGRAMM + AUSSTELLER

SCAN ME

Messe | Vital-check's | Bühne | Vorträge

21. + 22. Oktober

Graf-Zeppelin-Haus Friedrichshafen | 10-17h

Graf-Zeppelin-Haus, Bodensee Sportklinik, Vier Länder Region Bodensee

ZAR Zentrum für ambulante Rehabilitation

Meine Stadt. Meine REHA.

REHA . Therapie . Gesundheit
Orthopädie & Neurologie

Lernen Sie uns kennen und besuchen Sie uns auf den Friedrichshafener Gesundheitstagen vom **21.-22.10.2023** an den Ständen **30 und 126.**

Wir freuen uns!

ZAR Friedrichshafen
Spatenstraße 12, 88046 Friedrichshafen
Tel. 07541, 95997-0, Fax 07541, 95997-33
info@zar-friedrichshafen.de
zar-friedrichshafen.de

BODENSEE SPORTKLINIK

Besuchen Sie uns am **Stand 24**, bei einer Live-OP oder bei unseren Vorträgen auf der Expertenbühne.

Erfahren Sie mehr über unsere Spezialisten unter bodenseesportklinik.de

Günstige Gelegenheit

Der große Kleinanzeigenmarkt mitwochs und samstags im SÜDKURIER.

www.suedkurier.de/anzeigen
07531/999 4444 (Ortsruf)

Aktionswoche: Natürlich gesund schlafen!

Besuchen Sie uns am 21. und 22. Oktober 2023 bei den „Gesundheitstage Friedrichshafen“ im Graf-Zeppelin-Haus

GUTSCHEIN
im Wert von **150,- €**

bei Neukauf von mindestens einem Relax- Bettssystem mit Matratze und Auflage zur sofortigen Einlösung

SCHREINEREI PLOCHER
AUF'S MASS GENAU!

Schreinerei Plocher
Ausstellung: Hauptstraße 34
Werkstatt: Frickenwäsele 13
88090 Immenstaad
Tel: 07545 / 2832
info@schreinerei-plocher.de

www.schreinerei-plocher.de



Werden auch Sie zum Helfer.

German Doctors e.V.
Löbestr. 1a | 53173 Bonn
www.german-doctors.de

Spendenkonto
IBAN DE12 5206 0410 0004 8888 80
BIC GENODEF1EK1

DZI Spenden-Siegel

GERMAN DOCTORS
HILFE, DIE BLEIBT