

Spannende Vorträge bei diesjähriger Messe „bonn gesund“

Die aus TV und Radio bekannten Bestsellerautoren Sven Bach, Ernährungsexperte und Dr. med. Michael Winterhoff, Kinder- und Jugendpsychiater halten Vorträge bei „bonn gesund“. Symposium zum Thema „Neurodegenerative Erkrankungen“ unter der Schirmherrschaft der Bundesgesundheitsministerin a. D. Prof. Ursula Lehr. Eintritt frei.

Am 9. Oktober findet bereits zum siebten Mal Bonns größte Gesundheits-, Wellness-, und Fitnessmesse in der Bad Godesberger Stadthalle statt. Von 10 Uhr bis 17 Uhr werden den Besuchern bei freiem Eintritt wieder 50 interessante Vorträge und Workshops zu den unterschiedlichsten Gesundheitsthemen geboten. Daneben präsentieren sich fast 80 Aussteller mit vielfältigen Angeboten. Wer sich über aktuelle Gesundheitsthemen informieren möchte, ist bei „bonn gesund“ genau richtig.

Anders als andere Gesundheitsmessen, bei denen vorwiegend die ältere Generation angesprochen wird, bietet „bonn gesund“ auch dem jüngeren Publikum einiges, meint Veranstalter Christoph Steinhauer: „Die Mischung von Schulmedizin, Komplementärmedizin, Selbsthilfe sowie Wellness- und Fitnessangeboten, macht den Reiz aus. Unsere Messe hat sich als Treffpunkt für gesundheitsorientierte Menschen etabliert.“

Ein Highlight unter vielen anderen in diesem Jahr ist der Vortrag des Bonner Kinderpsychiaters und Bestsellerautors Dr. Michael Winterhoff mit dem provokanten Titel „Mythos Überforderung – Was wir gewinnen, wenn wir uns erwachsen verhalten“. Seit im Jahr 2008 sein Bestseller „Warum Kinder zu Tyrannen werden“ herauskam, ist Winterhoff ein gefragter Experte zum Thema „Entwicklungsstörungen von Kindern und Jugendlichen“.

Ebenso spannend werden die zwei Vorträge des aus TV und Rundfunk bekannten Diätassistenten und Ernährungsberaters Sven Bach, der ebenfalls einige erfolgreiche Bücher geschrieben hat, darunter „Der Fettsack“ und der „Gesundheitskochkurs:Diabetes“. Bach wird zu den Themen „Essen und Psyche“ sowie „Richtig Essen bei Ernährungsabhängigen Erkrankungen“ vortragen.

Neu ist in diesem Jahr ein Symposium zum Thema „Erkrankungen des Nervensystems“. Unter der Schirmherrschaft von Bundesgesundheitsministerin a. D. Prof. Dr. Ursula Lehr, werden verschiedene Experten Diagnostik und Therapie von Krankheiten wie Demenz, Parkinson, Multiple Sklerose und Epilepsie sowie Möglichkeiten der Betreuung von Patienten aufzeigen. Der Bonner Oberbürgermeister Ashok-Alexander Sridharan hat – wie sein Vorgänger Jürgen Nimptsch – die Schirmherrschaft für die Messe „bonn gesund“ übernommen.

Die Themen der weiteren Vorträge reichen von Zahngesundheit, Knochen- und Gelenkbeschwerden, Alternativmedizin und Psyche über Gesundheit im Alter bis hin zur Inneren Medizin. Unter den rund 80 Ausstellern sind auch wieder fast 30 Selbsthilfegruppen, denen der Veranstalter ihre Standflächen kostenlos zur Verfügung stellt. Steinhauer: „Ich möchte den Selbsthilfe- und Präventionsgedanken fördern, deshalb sind wir die einzige Gesundheitsmesse, die vielen Ehrenamtlichen aus diesem Bereich eine kostenfreie Plattform zur Verfügung stellt.“ Neben den Selbsthilfegruppen bieten auch viele Aussteller kostenlose Gesundheitschecks an. Und wer sich aktiv bewegen möchte, der kann an einem der Aktiv-Workshops teilnehmen. Angeboten werden zum Beispiel Shiatsu, Nia, Tai Chi, Tanz, Sturzprävention und Entspannungstechniken.

Alle Themen im Überblick:

Ernährung – Essen und Psyche, Gerstengras – natürliches Lebensmittel, Darmgesundheit, Functional Food – Sinn oder Unsinn?

Knochen und Gelenke – Schmerztherapie, Prothesenversorgung, Handchirurgie, Achtsamkeit bei Bewegungsschmerzen, Kniearthrose, Mikro-Nährstoffe bei Gelenkverschleiß

Zahngesundheit und Innere Medizin – Zahnerhalt besser als Ersatz?, Innere Heilkraft aktivieren, Schilddrüsenerkrankungen, Prävention bei Harninkontinenz

Komplementärmedizin – Tibetische Kunst der Verjüngung, Vorbeugung durch Ayurveda, Richtig Atmen, Natürliche Mittel bei chronischer Müdigkeit, Klopfakupressur, Homöopathie bei Diabetes, Dunkelfeldmikroskopie

Psyche – Mit Yoga und Tanz zu mehr seelischer Gesundheit, Stress und Essen, Angst und Panikattacken mit Hypnose bewältigen, Körpertherapie bei Traumata, Achtsamkeit zur Stressbewältigung und Vorbeugung von Depressionen

Gesundheit im Alter – Moderne Hörsysteme und sinnvolles Zubehör, Pflegevorsorge, Notfallmappe für alle Fälle, Beihilfe-Service, Tinnitus

Symposium Erkrankungen des Nervensystems – Demenz, Parkinson, Multiple Sklerose, Epilepsie, Betreuung von Patienten

Aktiv Workshops – Verkehrssicherheits-Training, Tai Chi, Osteoporose-Gymnastik, Fit mit Tanz, Nia – Mix aus Entspannungstechniken und Kampfkunst, Shiatsu, Rollator-Training

Das komplette Vortragsprogramm sowie Anmeldeformulare für Aussteller stehen auf der Website des Veranstalters unter www.bonn-gesund.de zum Download bereit.

<http://www.bonn-gesund.de/gesundheitsmesse>

Kontakt:

Steinhauer Kommunikation e. K., Hermannstraße 104, 53225 Bonn
Tel.: 0228-975956-0, Fax: 0228-97596-28, Mail: info@bonn-gesund.de

Bildmaterial:



Dr. med. Michael Winterhoff praktiziert seit 1988 als Kinderpsychiater in Bonn und ist durch mehrere Bestseller zum Thema „Entwicklungsstörungen bei Kindern und Jugendlichen“ über die Grenzen Bonns hinaus bekannt geworden.



Sven Bach ist seit 1998 als Ernährungsberater und -therapeut tätig, Autor zahlreicher Bücher. Er tritt für verschiedene TV- und Rundfunksender als Ernährungsexperte auf.



Prof. Dr. Ursula Lehr war Bundesministerin für Jugend, Familie, Frauen und Gesundheit unter Helmut Kohl und von 2009 – 2015 Vorsitzende der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BASGO). In diesem Jahr hat sie die Schirmherrschaft für die Gesundheitsmesse „bonn gesund“ übernommen.



Der Bonner Oberbürgermeister Ashok-Alexander Sridharan hat wie sein Vorgänger Jürgen Nimptsch die Schirmherrschaft für die Gesundheitsmesse „bonn gesund“ übernommen.



Christoph Steinhauer veranstaltet seit sieben Jahren die Gesundheitsmesse „bonn gesund“ mit der er den Selbsthilfe und Präventionsgedanken in unserer Region fördern möchte.



Rund 50 kostenfreie Vorträge zu verschiedenen Gesundheitsthemen wird es auch in diesem Jahr wieder geben.



Die Besucher können selber aktiv werden und an verschiedenen Workshops teilnehmen.



Auch in diesem Jahr erwartet der Veranstalter Christoph Steinhauer wieder rund 4.000 Besuchern in der Stadthalle Bad Godesberg