

Aktiv + Gesund

Die Messe in Bruchsal

mit
Handball-
Welttorhüter
HENNING
FRITZ



Ausstellung · Vorträge · Seminare

09. - 10.11.2019

Bürgerzentrum Bruchsal

Sa. 10:00 - 17:00 Uhr

So. 11:30 - 17:00 Uhr

Eintritt frei

www.btmv.de

Bei uns sind Sie gut aufgehoben!



Von A wie
Altenpflege
bis Z wie
Zwergenstube –
alles unter
einem Dach.

- Zwergenstube
- Kindergärten
- Schülerhorte
- Schulsozialarbeit
- Jugendzentren
- Junges Wohnen für Menschen mit Handicap
- Schatzgrube
- Essen auf Rädern
- Sozialstationen
- Betreutes Wohnen
- Betreuungsleistungen
- Entlastungsleistungen
- Demenzbetreuung
- Seniorenzentren

Informationen über alle Angebote der AWO Karlsruhe-Land e.V. bekommen Sie in der Geschäftsstelle

AWO Karlsruhe-Land e.V.
Prinz-Wilhelm-Straße 3
76646 Bruchsal
Tel. 07251/7130-0
info@awo-ka-land.de

www.awo-ka-land.de

Grußwort

und Eröffnung

Liebe Besucherinnen und Besucher,
mit steigender Lebenserwartung gewinnen die Themen
rund um Gesundheit und Prävention an Bedeutung.

Die Messe **Aktiv & Gesund** informiert über
Gesundheitsthemen und gibt Tipps, wie man die eige-
nen Ressourcen optimal einsetzen kann, um die
Lebensqualität zu steigern und die gewonnen Lebens-
jahre bei möglichst guter Gesundheit zu erleben. Dabei
fängt Prävention bereits in jungen Jahren an. Stress-
bewältigung, Achtsamkeit, gesunde Ernährung und
Fitness, aber auch eine rechtliche Absicherung im Rah-
men von Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht
betreffen alle Altersklassen.

Dieser Broschüre entnehmen Sie die vielfältigen
Vorträge und das Ausstellerangebot. An beiden Tagen
versorgt Sie die AWO Bruchsal mit frischen, gesunden
Gerichten sowie mit Kaffee und Kuchen.

Am

Samstag, den 09.11.2019, um 10:00 Uhr
eröffnet Oberbürgermeisterin Cornelia Petzold-Schick
die zehnte „**Aktiv & Gesund**“ und lädt zum
anschließenden Sektempfang und Messerundgang ein.

Jennifer Loosemore umrahmt die Eröffnung
musikalisch wie sportlich und führt durch das
Vortragsprogramm.

Wir freuen uns über Ihr Kommen!
Ihr Messteam von BTMV und NAIS

Vorträge

Sa, 09.11.2019

Ehrenbergsaal

- 11:00 Uhr Henning Fritz + Jennifer Loosemore**
EB Gimme 5 (G5) - das sind eure sportlichen 5 Minuten- G5 - das neue Fitness-Format bei Kraichgau TV mit *Henning Fritz* und *Jennifer Loosemore*.
Anschließend findet eine Gesprächsrunde mit dem Handball-Welttorhüter *Henning Fritz* rund um das Thema Fitness & Gesundheit statt.
- 12:30 Uhr Übergabe der Immobilie zu Lebzeiten**
EB **bei optimaler Absicherung des Übergebers**
RA Günter Auch, Haus & Grund
- 13:30 Uhr Der Pflegestützpunkt stellt sich vor**
EB Informationen rund um das Thema Pflege und Alter als neutrale Beratungsstelle. Informationen über gesetzliche und kommunale Leistungen, aber auch Auskünfte über regionale Betreuungsangebote und Hilfeleistung bei Inanspruchnahme derer.
Patricia Goll und Tanja Rausch, Pflegestützpunkt Bruchsal
- 14:15 Uhr Bedarfsgerechte Ernährung mit**
EB **Besonderheiten im zunehmendem Alter**
Dr. Bernhard Adam, Ernährungszentrum Landkreis Karlsruhe
- 15:30 Uhr Die wichtigste Ressource des 21. Jahrhunderts: Die MitarbeiterInnen**
EB Pflege der Gesundheit der MitarbeiterInnen
Adrian Benkeser, e-training
- 16:00 Uhr Fersensporn - Wieder schmerzfrei gehen**
EB Sensorische Fersensporneinlagen
Volker Bracht, Osteoworld

**Der Eintritt zu allen Vorträgen ist frei!
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich!**

Vorträge

Sa, 09.11.2019

Seminarräume

- 13:00 Uhr Der Werdenfelser Weg**
SR1 Das Wohl des Betreuten im Vordergrund /
Alternativ zu freiheitsentziehenden Maß-
nahmen
Kurt Stahl, ASB Karlsruhe
- 14:00 Uhr Angst, Panik, Depression natürlich heilen**
SR1 Selbsthilfe ohne Chemie, Selbsthypnose
Andrea Köhler, Praxis Naturnah
- 14:00 Uhr Übersichtsvortrag über die Klinik**
SR4 **für Kardiologie, Angiologie, Diabetologie
und Intensivmedizin**
Prof. Dr. Martin Andrassy, RKH Kliniken
- 14:45 Uhr Knieendoprothetik**
SR4 Ist es sinnvoll, zwei künstliche Kniegelenke
gleichzeitig zu implantieren?
Dr. Volker Sauer, RKH Kliniken
- 15:00 Uhr Stressbewältigung durch Achtsamkeit**
SR2 Einblicke in die MBSR-Methode und
achtsame Lebensgestaltung
Catharina Guth, MBSR Lehrerin
- 15:45 Uhr Schadenfreie Reinigung**
SR1 Butzwasser/ De-informiertes Wasser
Armin Huber, HUMANUM
- 16:00 Uhr Qi Gong Workshop**
SR2 *Helga Jannakos, NAIS*

**Der Eintritt zu allen Vorträgen ist frei!
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich!**

Vorträge

So, 10.11.2019

Ehrenbergsaal

11:30 Uhr Arthrose ex

EB Nahrungsmittel, die Sie beim Kampf gegen Gelenkschmerzen unterstützen

Martina Reminder, Kraftmischer

12:30 Uhr Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht

EB Was muss eine Patientenverfügung beinhalten? Was ist bei einer Vorsorgevollmacht zu beachten?

*RA Alexander Murawski,
Haus & Grund Phillipsburg*

13:30 Uhr Demenz geht uns alle an

EB *Christiane Rathgeb, Elke Krämer
Caritas, AWO*

14:15 Uhr Aktives Gehirntraining mit Spass

EB  Fantasie Workshop

Christiane Rathgeb, Caritas

15:15 Uhr Wer nicht handelt, wird behandelt

EB Richtige Ernährung im Zeitalter der ernährungsbedingten Zivilisationskrankheiten

Wolfgang Woll, Drogerie Woll

11:30 bis In der Aula

16:00 Uhr Fahrsimulator des ADAC

**Der Eintritt zu allen Vorträgen ist frei!
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich!**

Vorträge

So, 10.11.2019

Seminarräume

- 11:30 Uhr** **Mythen über Meditation**
SR4 Die bekanntesten Mythen und die Wahrheit
Frauke Paetsch, Convojo
- 12:45 Uhr** **Meditation leicht gemacht**
SR4 Erlebe, wie einfach Meditation sein kann
WORKSHOP
Frauke Paetsch, Convojo
- 13:00 Uhr** **Fit & sicher im Alter**
SR1 Fitness für Senioren: Wie Kampfsport das
Leben älterer Menschen verändert
Daniel Huchler, Fight Fever Bruchsal
- 14:00 Uhr** **Moderne Hörsysteme**
SR4 Was leisten moderne Hörsysteme heute
Patrick Helten, auric Hörzentrum
- 14:00 Uhr** **Patientenverfügung aus der Sicht eines
Klinikers**
SR1
Dr. Ulrich Hildenbrand, Patientenverfügung
- 15:00 Uhr** **Impulse zur Vorsorgemappe und
Patientenverfügung**
SR1
*Claudia Schäfer-Bolz,
Ambulante Hospizgruppe*
- 15:00 Uhr** **Aktivierung der kleinsten Gefäße im
Blutkreislauf**
SR4
Prävention und Erhaltung der Gesundheit
Gerlinde Krämer, BEMER
- 15:00 Uhr** **Stressbewältigung durch Achtsamkeit**
SR2 Einblicke in die MBSR-Methode und
achtsame Lebensgestaltung
Catharina Guth, MBSR Lehrerin
- 15:45 Uhr** **Kampfgeist**
SR1 Die mentale Stärke für deinen Alltag
Daniel Huchler, Fight Fever Bruchsal
- 16:00 Uhr** **Faszination Wasser**
SR4 Welche Art Wasser fördert die Gesundheit
und hilft beim Abnehmen?
Jörg Schliffke, Aqualogik
- 16:00 Uhr** **Qi Gong Workshop**
SR2
Helga Jannakos, NAIS

Aussteller

- 1 Sanitätshaus St. Georg**
Molzaustr. 5 76646 Bruchsal
www.st-georg-bruchsal.de
- 2 Aqualogik UG & Co KG**
Besigheimer Str.5 74369 Löchgau
www.aqualogik.de
- 3 Geomera - Entstörung von Erdstrahlung und Wasseraderbelastung**
Schönblickstr. 29 75428 Illingen-Schützingen
www.geomera.de
- 4 Selbsthilfegruppe Malosinka**
Brauerstr.17 76135 Karlsruhe
www.malosinka.de
- 5 Fibromyalgie-Selbsthilfe Bruhrain-Hardt e.V.**
Obere Bachstr. 36 68753 Waghäusel
www.fibromyalgie-sh-bruhrain.de
- 6 Sozialverband VDK, Kreisverband**
Bruchsaler Str. 5b 76698 Ubstadt-Weiher
- 7 Mrs. Sporty**
Amalienstr.7 76646 Bruchsal
mrssporty.de/club/bruchsal
- 8 NAIS**
Stadt Bruchsal www.neues-altern.de
- 9 Bemer Group**
Würzburger Str.12 74177 Bad Friedrichshall
www.kraemer-gw.bemergroup.com
- 10 Energetix Bingen**
Obere Mühlst.23 76698 Stettfeld
www.helm.energetix.tv
- 11 Ilka Betsche & Klaus Henke GbR, HUMANUM**
Wannenstr.30 76694 Forst

Aussteller

- 12 Pflegestützpunkt Landkreis Karlsruhe,
Standort Bruchsal**
*Rathaus am Otto-Oppenheimer-Platz 5
76646 Bruchsal*
- 13 Ambulante Hospizgruppe Bruchsal**
*Kaiserstr. 18 76646 Bruchsal
www.hospizgruppe.de*
- 14 Kraftmischer GmbH - nachhaltige Bio-Naturkost**
Hauptstr. 128 76707 Hambrücken
- 15 Thera Fit am Schloß**
*Styrumstr.10 76646 Bruchsal
www.therafit-bruchsal.de*
- 16 Wiedemann Orthopädie-Schuhtechnik GmbH**
*Zum Grenzgraben 7 76698 Ubstadt-Weiher
www.orthopaedie-wiedemann.de*
- 17 Malteser Hilfsdienst gGmbH**
In den Weinäckern 3/1 69168 Wiesloch
- 18 Paxis für Komplementär Medizin**
Friedrich-Sichler - Str. 6 76646 Bruchsal
- 19 auric Hörzentrum**
*Bahnhofsplatz 2 76646 Bruchsal
www.auric-hoercenter.de*
- 20 Caritasverband Bruchsal,
Bereich Alter und Gesundheit
mit ÖHD (Ökumenischer Hospizdienst)**
*Hauptstr.42, Wohnanlage Drei Kronen
76689 Karlsdorf-Neuthard
www.caritas-bruchsal.de*
- 21 BTMV TI - Touristinformation Bruchsal**
Am alten Schloss 22 76646 Bruchsal

Aussteller

- 22 Rheuma Liga BW**
Kaiserstr. 20 76646 Bruchsal
- 23 VIVA-CARE24, sozialer Hilfsdienst**
Kärntener Str.19 68753 Waghäusel
VIVA-care24.de
- 24 Sag Ja zum Leben, Beratungsstelle**
Industriestr. 16 76344 Eggenstein
- 25 AWO Ambulante Dienste gGmbH**
Prinz-Wilhelm-Str.3 76646 Bruchsal
www.awo-ka-land.de
- 26 Kliniken des Landkreises Karlsruhe gGmbH**
Gutleutstraße 1-14 76646 Bruchsal
www.rkh-kliniken.de
- 27 Die Patientenverfügung, Beratungsstelle**
Bahnhofsring 2 76676 Graben-Neudorf
www.drhildenbrand.de
- 28 Messebetreuung BTMV**
Am alten Schloss 22 76646 Bruchsal
- 29 Deutsches Rotes Kreuz**
Am Mantel 3 76646 Bruchsal
www.drk-karlsruhe.de
- 30 Lorenz Siegel, Bad & Heizung**
Draisstr. 1 76646 Bruchsal
www.siegel-haustechnik.de
- 31 ASB Karlsruhe**
Pforzheimer Str.27a 76227 Karlsruhe
www.asb-ka.de



Hobby & Kunst

Ausstellung

Eintritt frei

Bürgerzentrum Bruchsal

30.11. - 01.12.2019

11:30 bis 18:00 Uhr

Ausstellungseröffnung:

Samstag, 11:30 Uhr

Pflegebett? Wundversorgung?
Rollstuhl? Arzneimittel?
Stoma? **Pflege** Sanitäts-
haus?
Inkontinenz?
Apotheke?



© artbox.de

Was wenn ...

... Krankheit ins Leben fällt?

Mit unserem umfassenden Angebot rund um **Reha, Pflege & Gesundheit** können Sie sich auf das Wesentliche konzentrieren.

Apotheke
Sanitätshaus
Homecare-Service
Wundmanagement

St. Georg
Gesundheitsdienste

Molzaustraße 5 · Bruchsal
Telefon 07251 618 990

V.i.s.d.P.
Bruchsaler Tourismus,
Marketing & Veranstaltungen GmbH
Am Alten Schloss 22
76646 Bruchsal

Tel. 07251 505 94-0

info@btmv.de
www.btmv.de



layout & print by notbad.us