

Gesundheit in der Region

Die AOK Neckar-Alb unterstützt die Messe „Gesundheitstage Balingen Fit & Gesund“. **bleibgesund** fragte Dr. Ute Streicher, Leiterin des Gesundheitszentrums Balingen und regelmäßige Messereferentin, warum sie die Kooperation schätzt.



Dr. Ute Streicher,
Ernährungsexpertin
bei der AOK
Neckar-Alb.



An 15 Vital-Check-Stationen, wie hier beim Cholesterintest, können die Besucher direkt vor Ort ihre Gesundheitswerte kontrollieren lassen.

Was ist das Besondere der Gesundheitstage Balingen?

Sie regen die Besucher an, sich verstärkt mit der eigenen Gesundheit zu befassen und sich umfassend zu informieren.

Warum sind Sie mit ihrem AOK-Team vor Ort?

Die diesjährige Messe steht unter dem Motto „Gesundheitsvorsorge“. Diese liegt uns als Gesundheitskasse sehr am Herzen. Denn durch unsere Präventionsprogramme sowie Vorsorge- und Früherkennungsuntersuchungen, können Erkrankungen, aber auch Risiken frühzeitig erkannt werden. Darauf möchten wir die Messebesucher an unserem Stand aufmerksam machen.

Wie viele Aussteller sind neben der AOK vor Ort?

Rund 80 Gesundheitsaussteller sind beteiligt, darunter Kliniken und Ärzte aus der Region, wie das Zollernalb Klinikum, die Acura Kliniken oder die Rehabilitationsklinik Bad Sebastiansweiler. An 15 Vital-Check-Stationen, von Cholesterintest bis Hautanalyse, können die Besucher ihre Gesundheit auf „Herz und Nieren“ prüfen.

Einen Messeschwerpunkt stellt das

Bühnenprogramm dar. Worüber werden Sie als Expertin sprechen?

Ich werde über das Ernährungsthema „Fleischlos glücklich? Ist vegane Küche wirklich gesund?“ sowie das Thema „Burn-out“ und unser hervorragendes AOK-Präventionsprogramm „Lebe Balance“ referieren und den SWR 4 Moderatoren Rede und Antwort stehen.

Welche weiteren Themen stehen in Diskussionsrunden und Vorträgen im Fokus?

Weitere Experten werden sich mit den Ursachen und Behandlungen von Arthrose, Schlaganfall, Rücken- und Gelenksleiden, Zahnersatz und Depressionen befassen. Aber auch Themen wie gesundes und schnelles Kochen, Ursachen chronischer Erkrankungen und Patientenverfügung stehen auf dem Programm. Ich freue mich auf einen regen Austausch und viele anregende Gespräche mit Besuchern und Kollegen. Ganz nach dem AOK-Motto **GE-SUNDNAH**.

! „Gesundheitstage Balingen Fit & Gesund“ auf einen Blick

Öffnungszeiten:

Samstag, 11. Februar, 10–18 Uhr
Sonntag, 12. Februar, 11–18 Uhr

Ort:

Volksbankmesse Balingen,
Auf Stetten, 72336 Balingen

Eintritt:

Erwachsene vier Euro, ermäßigt drei Euro, Kinder unter 16 Jahren haben freien Eintritt.



Das Messe-Programm

Eine Programm- und Ausstellerübersicht gibt es auf **gesundheitstage-balingen.de**