



Das Interesse an den Gesundheitstagen ist groß. An den vielen Ständen werden die vielen Besucher beraten.

Fotos: Stotz

Hörtests, Vorträge und Wettradeln

Messe | Großer Besucherandrang bei den Balinger Gesundheitstagen / Vorsorge und Ernährungstipps

»Der Zollern-Alb-Kreis erzielt laut einer Untersuchung in der Kategorie Lebensqualität erneut den ersten Platz.« So begann Landrat Günther-Martin Pauli seine Grußworte zur Eröffnung der elften Balinger Gesundheitstage »Fit und Gesund«, die am Samstag in der Volksbankmesse begannen.

■ Von Sabine Stotz

Balingen. Dass den Verantwortlichen das Thema Ge-

sundheit sehr am Herzen liegt, betonte auch Oberbürgermeister Helmut Reitemann. Der Besucher könne sich nicht nur über die unterschiedlichsten Einrichtungen, durch Vorträge und Podiumsdiskussionen informieren, vielmehr legten sowohl die Stadt als auch der Landkreis ebenso viel Wert auf präventive Möglichkeiten zur Gesundheitsförderung.

Beim Messerundgang setzten sich gleich Günther-Martin Pauli und Thomas Bodmer, Vorstand der DAK Hamburg, aufs Rad, um bei einem Wettradeln ihre Fitness zu überprüfen. Dabei trieben die beiden Räder des von der

DAK montierten Messestandes zwei Rennautos einer Car-rerabahn an.

Gern machten auch später andere Messebesucher von der motivierenden Möglichkeit Gebrauch. Und von diesen gab es nun wirklich jede Menge zu entdecken. Die beiden großen Kliniken des Kreises, die Acura Kliniken Albstadt und das Zollernalb Klinikum, informierten an ihren Ständen unter anderem über Orthopädie, geriatrische Rehabilitation und Möglichkeiten der Schmerztherapie. Besonders gerne angenommen wurde von den interessierten Besuchern, sich den Blutzuckerspiegel vor Ort einmal kostenlos messen zu lassen. Ganze Schlangen bildeten sich dort.

Von Hörtests, Hilfe bei psychiatrischen Erkrankungen bis hin zu Altenpflegeeinrichtungen oder 24-Stunden-Pflege in den eigenen vier Wänden – es war eine Fülle an Informationen geboten. Wer jedenfalls bis in hohe Alter beweglich bleiben will, nach richtigen Ernährungs- und Abnehmstrategien sucht oder auch einmal ein neues Trainingskonzept oder neue Wege der Ernährung beschreiten möchte, fand auf der Messe kompetente Ansprechpartner

und zahlreiche Produkte. Auch die Fachleute der Krankenkassen standen für alle Fragen rund um die Gesundheit zur Verfügung. Selbst über den letzten Weg, die Bestattung im Ruheforst Hechingen, konnten die Besucher Informationen einholen.

Besonderes Interesse fanden die Podiumsdiskussionen. So gab es beispielsweise viel zu erfahren über die »Schaltzentrale Darm«. Dabei wurden Fragen zur Ernährung, Krebsvorsorge und zu Autoimmunerkrankung erörtert. Fakten lieferten Fachärzte auch am Darmmodell des Zollernalb Klinikums. Selbst bei einer Demo-Operation an einer künstlichen Schulter und an einer künstlichen Wirbelsäule konnten die Besucher zuschauen und anschließend ihre Fragen stellen.

Gekommen war auch der Schauspieler Peter Schell, bekannt als Karl Faller aus der Serie »Die Fallers«. Mit seinem Schauspielkollegen Alessio Hirschkorn alias Albert stellte er die Yogaform »Tulayoga« unter Einbindung des Publikums vor. Viele weitere Vorträge gab es auch im eigens dafür aufgestellten Vortragzelt.

Welche große Rolle das



Die Besucher nutzen die vielen Test-Möglichkeiten.

Thema Gesundheit im Zollern-Alb-Kreis einnimmt, zeigt darüber hinaus das für den 18. März anberaumte Kommunale Gesundheitstreffen in der Bisinger Hohenzollernhalle, bei dem der Dialog zwischen den Bürgern und den politisch Verantwortlichen zum Thema Pflege im Vordergrund stehen wird. Landrat Günther-Martin Pauli führte dazu aus, dass die Lebensqualität im Kreis noch weiter optimiert werde. Ein wichtiger Baustein dafür bildeten auf jeden Fall die Fit und Gesund-Tage bereits, was das große Besucherinteresse zeigte.



Thomas Bodmer (links) und Günther-Martin Pauli wetteifern auf dem Elektrorad. Foto: Stotz

Schüler-Scouts geben Auskunft

Bildung | Infotag an der Gewerblichen Schule in Balingen

Balingen. Eindrücke aus erster Hand – die Philipp-Matthäus-Hahn-Schule (PMHS) Balingen öffnete ihre Türen zum Berufsinfortag 2020.

Wie soll es nach der Schule weitergehen? Welche Ausbildung ist die richtige? Welche schulischen Möglichkeiten gibt es, einen Abschluss zu erreichen, um sich weiterzuqualifizieren oder um nach der Schulzeit studieren zu können? Antworten gab es beim Infotag, denn die Beruflichen Schulen im Zollernalbkreis öffnen alle weiteren Wege: von der klassischen Berufsschule, die den direkten Berufseinstieg ermöglicht und damit eine echte Alternative

zur akademischen Ausbildung darstellt, bis zur Allgemeinen Hochschulreife, die zum Studium sämtlicher Fächer an allen Hochschulen in Deutschland berechtigt.

Die Philipp-Matthäus-Hahn-Schule, das Gewerbliche Schulzentrum des Zollernalbkreises, stellte ihr umfangreiches Bildungsangebot vor. Morgens um 8 Uhr ging es los mit den ersten Besuchern. Es waren vor allem Schulklassen, die mit ihren Begleitlehrern kamen. Betreut wurden sie nicht nur von Lehrern, sondern auch von Schüler-Scouts. Traditionell wird diese Aufgabe von Schülern der Klassenstufe 12 des Technischen

Gymnasiums übernommen.

Nach Einführungsvorträgen ging es zu den einzelnen Schularten. Reges Interesse gab es vor allem am TG und seinen vier Profilen. Die Besucher erfuhr von Inhalten und Methoden in den Bereichen Mechatronik, Informationstechnik, Umwelttechnik sowie Gestaltungs- und Medientechnik. Auch die naturwissenschaftlichen Fachräume wurden vorgestellt.

Die Berufsschule des dualen Ausbildungssystems punktete mit besonderen Eindrücken. Es roch nach Holz, die Nähmaschine schnurrte, es leuchteten die Monitore, denn die Digitalisierung hat auch im



Auch die naturwissenschaftlichen Fachräume werden vorgestellt, hier von Schülern des Profillfachs Gestaltungs- und Medientechnik am Technischen Gymnasium. Foto: Privat

Handwerk längst Einzug gehalten. Fachlehrer Harald Schäfer demonstrierte zudem die Möglichkeiten der Fünfachs-Holzbearbeitungsmaschine für die Zimmerer und Schreiner.

Am Nachmittag kamen vor allem Einzelbesucher und Schüler mit ihren Eltern von den allgemeinbildenden Schulen. Es ergaben sich Gespräche mit den Fachkollegen und Schülern der PMHS.

Balingen

■ Der Bürgerkontakt mit Cafétreff in der Filserstraße 9 ist von 14 bis 18 Uhr geöffnet. Kreatives Gestalten wird von 13 bis 17 Uhr angeboten.

■ Der DRK-Kleiderladen, Auf dem Graben 13, hat von 14 bis 17 Uhr geöffnet (auch für die Annahme von Bekleidung).

■ Das »Offene Café im Eltern-treff« hat von 15 bis 18 Uhr geöffnet.

■ Im Jugendhaus Insel ist heute offener Treff von 16 bis 21 Uhr ab zwölf Jahren.

■ Die TSG Balingen bietet heute von 17 bis 18 Uhr »Standfest und stabil« und ab 18.30 Uhr »Gesundheits-sport für Frauen und Männer 60 plus« in der Turnhalle der Sichel-schule an.

■ Der Jahrgang 1943 Balingen mit Stadtteilen trifft sich morgen, Dienstag, ab 18.30 Uhr zum Stammtisch im »Och-sen« in Engstlatt.

■ Die Konditionsgymnastik bei der Bergsteigergruppe in der Eberthalle beginnt um 20 Uhr.

■ Die Selbsthilfegruppe Mor-bus Bechterew trifft sich heute um 20 Uhr zur Gymnastik in der Sichel-schulturnhalle.

■ Bei der Rehabilitations-Sport-Gruppe Balingen ist ab 14 Uhr Kegeln im Kegelzent-rum »Krokodil« in Balingen.

ENDINGEN

■ Der Jugendtreff hat von 16 bis 20 Uhr geöffnet.

ENGSTLATT

■ Der Jugendtreff hat von 16 bis 20 Uhr geöffnet.

FROMMERN

■ DRK-Gymnastik »mach mit – bleib fit« ist heute von 14 bis 15 Uhr im Fronhof.

■ Im Jugendtreff ist von 12.45 bis 13.50 Uhr Schüler-Café ab der 5. Klasse und von 14.30 bis 18 Uhr Mädchen-treff von zehn bis 18 Jahren.

■ Beim TSV ist Hip Hop für Mädchen von acht bis elf Jah-ren von 17.10 bis 18 und von 18 bis 19 Uhr in der neuen Gymnastikhalle der Schule; Vorschulturnen ab vier Jahren von 17 bis 18 Uhr in der Sporthalle Waldorfschule; Kinderturnen ab sechs Jahren von 17.30 bis 18.30 Uhr, Festhalle Frommern.

OSTDORF

■ Der Grüngutplatz »Jetter Grüngut-Technik« hat heute von 13 bis 17 Uhr geöffnet.

■ VfL-Kinderturnen für Sechs-bis Zehnjährige ist von 18.30 bis 19.30 Uhr in der Turnhalle.

WEILSTETTEN

■ Die DRK-Gymnastikgruppen »Mach mit bleib fit« treffen sich heute von 14.30 bis 15.30 Uhr und von 15.45 bis 16.45 Uhr im Vereinshaus.

ZILLHAUSEN

■ Die DRK-Gymnastikgruppen »Mach mit – bleib fit« treffen sich heute von 17 bis 18 Uhr im Baptistengemeindehaus.

Im Notfall

NOTRUFNUMMERN

Polizei: 110
Rettungsleitstelle: 112

APOTHEKEN

Heidelberg Apotheke Bisin-gen: Heidelbergstraße 22, 07476/84 11

Redaktion

Lokalredaktion
Telefon: 07433/90 18 20
Fax: 07433/90 18 29
E-Mail:redaktionbalingen@schwarzwaelder-bote.de
Anfragen zur Zustellung: 0800/780 780 2 (gebührenfrei)