

Gewinnen Sie mit Gesundheit!

Grüßwort

Ihr regionales Kompetenznetz auf einen Blick



Sie können gewinnen:

- 1 Maxiwell 1 Massagekissen im Wert von 200 € von Casada Deutschland GmbH
- 1 x 50 € Center-Gutschein vom BLAUTAL-CENTER Ulm*
- 1 x 20 € Center-Gutschein vom BLAUTAL-CENTER Ulm*
- 3 x 10 € Center-Gutscheine vom BLAUTAL-CENTER Ulm*
- 1 Fahrzeug-Sicherheits-Set vom Arbeiter-Samariter-Bund Deutschland e.V.
- 3 Gutscheine á 50,- € von WeeBee Wasserbetten
- 5 Gutscheine á 20,- € von Eyes and More
- 20,- € Geschenkgutschein von Binder Optik
- 10 P. Tischsets (á 4 Stck.) + 10 Kniekissen + 10 P. Kerzen von der Selbsthilfegruppe Lily
- 1 Paar Nordic-Walking-Stöcke von INTERSPORT PROFIMARKT
- 2 x hochwertiges Schreibset vom Seniorendomizil Haus Michael, compassio GmbH & Co. KG
- 10 Gutscheine für 1 Monat Gesundheitstraining von Reload Training rundum fit

* Die Center-Gutscheine sind in allen Shops des BLAUTAL-CENTERS Ulm einlösbar.

Teilnahmebedingungen:

Sie können an dem großen Gesundheits-Gewinnspiel teilnehmen, wenn Sie 18 Jahre oder älter sind. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mitarbeiter und Mieter des BLAUTAL-CENTERS Ulm sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Eine Barauszahlung ist nicht möglich.

Haben Sie den Gesundheitsparcours durchlaufen und mindestens 6 Gesundheitseuros eingeklebt?

- Dann geben Sie bitte Ihren Namen und Adresse an und dann nichts wie hin zum IPO-Informationsstand. Dort können Sie Ihren Beleg abgeben und nehmen automatisch an der Verlosung teil. Die Gewinner werden selbstverständlich schriftlich benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.
- Achtung! Nur vollständige Belege nehmen an der Verlosung teil – und nur einmal pro Person!
- Ihre Daten werden nur für interne Zwecke der IPO gespeichert und wir sichern Ihnen eine streng vertrauliche Verwendung nach den einschlägigen datenschutzrechtlichen Vorgaben zu.
- Unsere Aussteller möchten Sie zukünftig über wissenswerte Neuigkeiten zu den Themenfeldern Gesundheit, Fitness und Wellness informieren oder auch Ihre Erfahrungen und Meinungen wissen. Hierzu bitten diese um Ihre Einwilligung.

Ich bin mit der Verwendung meiner Adresse zu diesem Zweck einverstanden.

Frau Herr

Name: _____ Vorname: _____

Straße: _____

PLZ, Ort: _____

Telefon: _____ Geburtsjahr: _____

Datum: _____ Unterschrift: _____



Sehr geehrte Damen und Herren,
 Gesundheit ist unser höchstes Gut. Nicht nur mit Blick auf die steigenden Gesundheitskosten, sondern auch im Blick auf die demografische Entwicklung werden Prävention und Prophylaxe im Gesundheitsbereich immer wichtiger. Schließlich geht es darum, unserem Leben nicht bloß mehr Jahre, sondern auch unseren Jahren mehr Leben zu geben. Lebensqualität ist also ein wichtiges Stichwort. Dazu gehört es auch, sich darüber zu informieren, was man für sich selber tun kann, um möglichst lange gesund zu bleiben.

Das IPO-Forum Gesundheit, initiiert vom Verein Internationale Prävention Organisation e.V., bietet Gelegenheit, sich über Themen wie Fitness und Bewegung, Spitzenmedizin in der Region, gesunden Schlaf, Zahngesundheit und viele andere zu informieren und so mehr darüber zu erfahren, was man selbst für seine Gesundheit und Gesundheitsvorsorge tun kann. Manchmal sind es schon kleine, einfache Veränderungen, die ein Mehr an Wohlbefinden bewirken.

In diesem Sinne wünsche ich allen Besucherinnen und Besuchern des Gesundheitsforums im Blautal Center informative, konstruktive und „gesundheitsfördernde“ Gespräche.

Ivo Gönner
 Oberbürgermeister

Themen - Aussteller - Stand-Nr.

Beratung rund um die Gesundheit

Die Apotheke im Blautal-Center	7
Arts of Yoga (Do.)	13
Arbeiter-Samariter-Bund Deutschland e.V.	12
Knappschaft	3
Metaphysischer Arbeitskreis (Mo.-Di.)	11
Universitätsklinikum Ulm - Akademie für Gesundheitsberufe	6

Fit + Gesund

Fahrrad Schmid e.K. (Do.-Sa.)	11
INTERSPORT PROFIMARKT	15
PharmaCon	5
Reload Training rundum fit (Fr.-Sa.)	13

Gesunder Schlaf

WeeBee Wasserbetten Wohn- & Schlafkomfort	8
---	---

Gesund im Alter

Seniorendomizil Haus Michael, compassio GmbH & Co. KG	4
---	---

Hören + Sehen

Augenblick Seh- und Visualtraining (Do.-Sa.)	14
Binder Optik	9
eyes and more	1
iffland hören GmbH & Co. KG	2

Wellness

Casada Deutschland GmbH	10
-------------------------	----

Selbsthilfegruppen in Ihrer Region

AIDS-Hilfe Ulm/Neu-Ulm/Alb-Donau e.V. (Fr.-Sa.)	18
CI-SHG-Ulm (Mo.)	14
Deutsche Narkolepsie Gesellschaft e.V. Baden-Württemberg (Di.)	14
Marion's TTP-Selbsthilfegruppe (Mi.-Sa.)	17
Overeaters Anonymous SHG Ulm (Do.)	18
Selbsthilfegruppe HITS Hypophyseninsuffizienz (Di.)	17
Selbsthilfegruppe Lip-/Lymphödeme (Lily)	16
Treffpunkt Eltern epilepsiekranker Kinder Ulm/Neu-Ulm/Alb-Donau-Kreis (Mi.)	11
Treffpunkt für Jugendliche u. junge Erwachsene m. Epilepsie (Mi.)	14

Organisation & Durchführung

GMH
 Gesundheitsmarketing
 Königstraße 52 - 54 · 36037 Fulda
 Tel. 0661-3809099-2 · Fax 0661-3809099-9
 orga@gmh-gesundheitsmarketing.de
 www.gmh-gesundheitsmarketing.de



Schirmherrschaft:
Ivo Gönner

Oberbürgermeister der Stadt Ulm

27.09. bis 02.10.2010



**Öffnungszeiten der Veranstaltung:
 Montag bis Samstag von 9.30 bis 20.00 Uhr**

Gewinnen Sie mit Gesundheit!

Programm

Montag, 27.09.2010

- 11.00 **Eröffnung durch Dr. Karl-Heinz Tomaschko, Direktor der Akademie für Gesundheitsberufe, Universitätsklinikum Ulm und Jörg Knöfel, Center Manager**
- 13.00 Die älteste asiatische Bewegungslehre von den Mönchen Tibets zur Gesunderhaltung von Körper und Geist
Centrum für Entspannung, Bewegung und Meditation, Privates Therapiezentrum, Andrea Patience
- 15.00 Kraft durch das freie Fließen der Körperenergie
Haus am Fluss Ulm, Heinz Vogel
- 16.00 Salsa macht Fit
Fiebre Tropical, Salsa Tanzschule Ulm, Olcay Fernandez
- 17.00 **Vortrag** Gesundheitsschutz bei Einsätzen der Bundeswehr
Bundeswehr Ulm, Kommando Operative Führung Ulm

Dienstag, 28.09.2010

- 15.00 Salsa macht Fit
Fiebre Tropical, Salsa Tanzschule Ulm, Olcay Fernandez
- 18.00 CAPOEIRA
CAPOEIRA - Ginga Mundo Ulm, Monique Ramp (Pilha)

Mittwoch, 29.09.2010

- 13.00 **Vortrag** Gesundes Wohnen; Schimmel, Wohngifte und Elektromog
Ingenieurbüro Peter Schulze, Peter Schulze
- 14.00 **Vortrag** Leitfaden für Schönheit & Gesundheit
Säure-Basen-Balance des Körpers
enerChi - Institut für Körper & Geist, Katja Häufe
- 15.00 **Vortrag** Rückenschmerzen, der sichere Weg raus aus der Volkskrankheit Nr. 1
Naturheilpraxis Claus Anton Mayer, Claus Anton Mayer (Heilpraktiker)

- 16.00 **Vortrag** Schmerzfrei durch Dehnen!
LnB-Motion - die neue Bewegungslehre
Präsentation der neuen Bewegungslehre nach Roland Liebscher-Bracht - bekannt durch Stern-TV 2009 (Günther Jauch)
Shen-Ti Schule Senden, Thomas Weber, Kampfkunst- und Bewegungslehrer
- 17.00 **Vortrag** Wie gesund ist unser Wasser?
Shen-Ti Schule Senden, Thomas Weber, Alexander Eisenegger

Donnerstag, 30.09.2010

- 14.00 **Vortrag** Schlafen Sie gesund?
Funkstrahlungen, Elektromog und geopathische Störstrahlungen belasten unseren Körper
Geo Baubiologie, Steffen Drost
- 15.00 **Vortrag** Demenz - Was tun?
Demenzbetreuung „Mein Tag“ Ulm, Stefanie Lohrmann
- 16.00 Kraft durch das freie Fließen der Körperenergie
Haus am Fluss Ulm, Heinz Vogel
- 17.00 **Vortrag** Nordic Walking und praktische Übungen
TV Wiblingen 1905 e.V., Herr Binder
- 17.30 Ungarische Tänze in Originaltracht aus Südongarn
Donauschwäbische Tanz- und Trachtengruppe, Ulrike Schiebli

Freitag, 01.10.2010

- 14.00 In nur 20 Minuten Training pro Woche erreichen Sie mit miha bodytec enorme Erfolge!
lamovida bewegung.tanz.entspannung, Sabine Wlodek
- 15.00 **Vortrag** Demenz - Was tun?
Demenzbetreuung „Mein Tag“ Ulm, Stefanie Lohrmann
- 16.00 **Vortrag** Ihr Wunschgewicht oder/und mehr Gesundheit durch individuelles Ernährungssteuerungsprofil „ESP“
Naturheilpraxis Claus Anton Mayer, Claus Anton Mayer (Heilpraktiker)

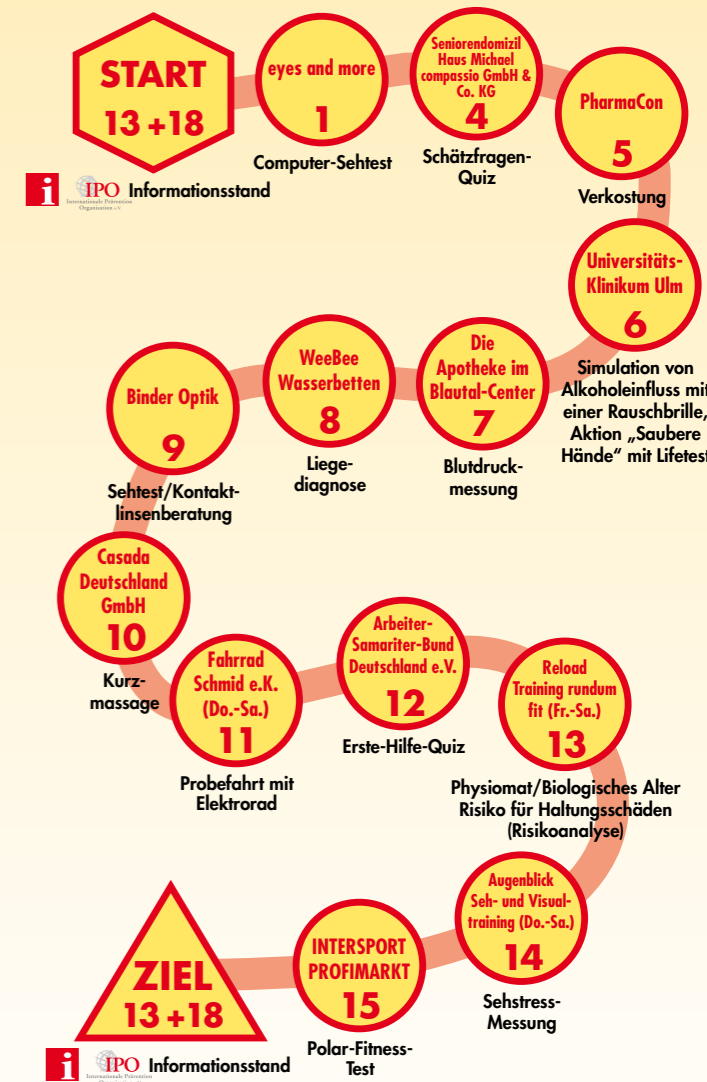
- 17.00 Orientalischer Tanz, sein Geheimnis liegt in der Einheit von Körper und Geist
Regelmäßiges Training bewirkt eine verbesserte Körperhaltung, Beweglichkeit und Ausstrahlung
Orientalische Tanzschule Persien, Nasrin Akhtar
- 18.00 Tanzen hält Jung
Orientalische Folklore + Fantasy sowie Bauchtanz
TanzOase Ulm, Frau Havva-Eva Marklowski

Samstag, 02.10.2010

- 12.00 **Vortrag** Demenz - Was tun?
Demenzbetreuung „Mein Tag“ Ulm, Stefanie Lohrmann
- 13.00 Karate, THAI-BOXEN Kampfsport Aerobic
Fitness-Karate-Treff, Herr Wiedmann
- 14.00 Buchpräsentation:
Vom Alltag junger Menschen mit Epilepsie „Ein beinahe fast normales Leben“
Treffpunkt für Jugendliche und junge Erwachsene mit Epilepsie/Ulm/Neu-Ulm, Susanne Rudolph
- 14.30 Tanz dich fit...in den Herbst
ADTV Tanzschule Ten-Dance Ulm, Sabine Günther, Verena Kraus
- 16.00 Orientalischer Tanz, sein Geheimnis liegt in der Einheit von Körper und Geist
Regelmäßiges Training bewirkt eine verbesserte Körperhaltung, Beweglichkeit und Ausstrahlung
Orientalische Tanzschule Persien, Nasrin Akhtar
- 16.30 Kindertanz und Ballett
Ballettschule Das Studio, Emily und André Koschyk

Meine Werte sind viel wert!

Mein Blutdruckwert		Mein biologisches Alter	
<input type="text"/>		<input type="text"/>	
Mein Sehwert		Mein Sehstress-Wert	
links	rechts	<input type="text"/>	



Bitte kleben Sie hier mindestens 6 Gesundheitseuros ein und gewinnen Sie mit Gesundheit!