

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



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

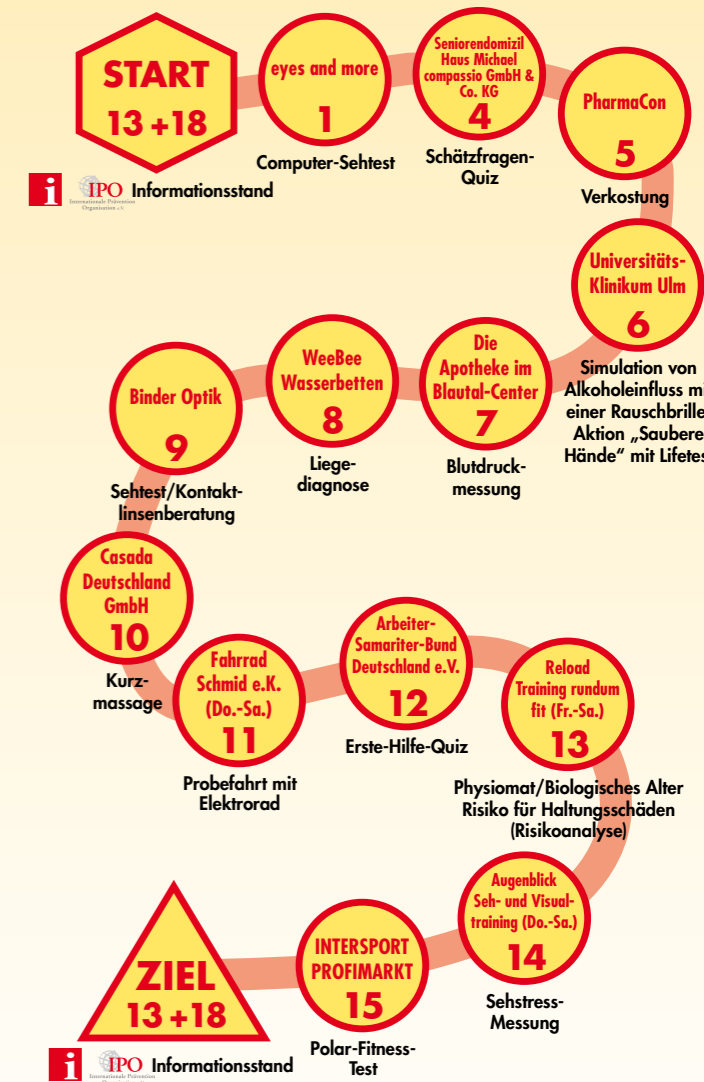
14.30 Tanz dich fit...in den Herbst
ADTV Tanzschule Ten-Dance Ulm, Sabine Günther, Verena Kraus

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!