

Bitte
freimachen

Ich möchte einen Stand buchen.
Senden Sie mir bitte die Anmeldeunterlagen zu.

Firma
 Non-Profit-Organisation

Ich möchte im Programmheft eine Anzeige oder ein Firmenporträt schalten.
 Bitte senden Sie mir Werbematerial zum Verteilen zu.
 Ich interessiere mich für eine Mitgliedschaft im Präventionsnetzwerk Bonn/Rhein-Sieg.

Faxantwort: 0228-97596-28 E-Mail: info@bonn-gesund.de

Name

Straße

E-Mail

PLZ/Ort

Telefon

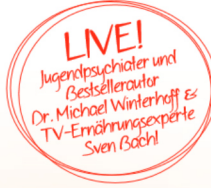
bonn gesund
Steinhauer Kommunikation e.K.
Hermannstraße 104
53225 Bonn

 **bonn gesund**

Die Gesundheits-, Wellness- und Fitnessmesse

Sonntag, 9. Oktober 2016, 10-17 Uhr
Stadthalle Bad Godesberg, Bonn

Bonns große Gesundheits-
messe mit 45 Vorträgen,
80 Ausstellern, vielen
Check-ups und Schnupper-
Wellness-Angeboten.



Unsere Themen (Auswahl):

Ernährung: Gesund und ausgewogen essen, Reizdarm, Ayurveda
Symposium: Erkrankungen des Nervensystems – Diagnose & Therapie: Alzheimer, Parkinson, Epilepsie, Multiple Sklerose
Knochen und Gelenke: Hilfe bei schmerzenden Händen, moderne Kniearthrose, Rückenfitness
Psyche: Achtsamkeit und Wohlbefinden, Hilfe gegen Angst und Panikattacken, Stressbewältigung
Aktiv-Workshops: Tai Chi, Nia, Shiatsu, Tanz, Gymnastik

Schirmherren:

Ashok Sridharan – Oberbürgermeister der Stadt Bonn
Prof. Dr. Ursula Lehr – Bundesgesundheitsministerin a.D.

Unsere Partner:



Veranstaltungsort:
Stadthalle Bad Godesberg
Koblenzer Straße 80
53177 Bonn
Internet: www.stadthalle-bad-godesberg.de

Veranstalter:
bonn gesund/
Steinhauer Kommunikation e. K.
Hermannstr. 104, 53225 Bonn
Telefon: 0228 97596-0
E-Mail: info@bonn-gesund.de
Internet: www.bonn-gesund.de

 **bonn gesund**

Die Gesundheits-, Wellness- und Fitnessmesse

Mit Jugendpsychiater und
Bestsellerautor Dr. Michael Winterhoff &
TV-Ernährungsexperte Sven Bach

Kostenlose Gesundheits-
vorträge & -checks



© Istockphoto.com

Sonntag, 9. Oktober 2016, 10-17 Uhr
Stadthalle Bad Godesberg, Bonn

www.bonn-gesund.de

Messeprogramm

Großer Saal (Bühne) – Active Zone

Zeit	Titel des Workshops	Trainer
10:30	Autofahren im Alter – Strategien zur sicheren Teilnahme im Straßenverkehr	C. Brodeßer, Verkehrswacht Bonn e.V.
11:00	Tai Chi	G. Siebel, Tai Chi Studio Bonn
11:30	Osteoporose-Gymnastik	A. Wagner, Sporttherapeutin, Club 60 Plus
12:00	Fit mit Tanz	Y. Hamm, Dance Discover, BN
12:30	Voller Power entspannt – Nia, ein Mix aus Tanz, Entspannungstechniken & Kampfkünsten	C. Zecha-Wentzlaw, Physiotherapeutin, Nia Trainerin, Puravida Bonn
13:00	Pause	
14:00	Hocheffektive Entspannungstechniken – einfach und überall durchzuführen	P. Häberle, Praxis f. natürliche Medizin, Fitness & Heilung, Königswinter
14:30	Shiatsu	N.N., ISOM Institut für Shiatsu, Bonn
15:00	Rollator-Training – Was man(n) über einen Rollator wissen sollte	C. Brodeßer, Verkehrswacht Bonn e.V.

Outdoor (Kurpark) – Active Zone

13:30	Nordic Walking ... aber richtig!	W. Omsels, NWU Stützpunkt Bonn
-------	----------------------------------	--------------------------------

Parksaal 1 – Zahngesundheit & Innere Medizin

Zeit	Titel des Workshops	Referent
10:00	Entdecke deine innere Heilkraft mit Rainbow Reiki®	B. Müller, Rainbow Reiki® Meisterin/Lehrerin, Siegburg
10:30	GENiale Arzneimitteltherapie und GENDiagnostik	Dr. B. Seibt, Dr. Seibt Genomics, Bonn
11:00	Der eigene Zahn ist immer noch das Beste – wirklich?	B. Milbrodt, Zahnarztpraxis Haentjes & Milbrodt, BN
11:30	Die Schilddrüse und ihre Erkrankungen	B. Schulte, Schilddrüsen-Liga Deutschland e.V.
12:00	Prävention der Harninkontinenz	C. Jacobs, Urologie Bonn-Rhein-Sieg, Bonn
12:30	Richtig Essen bei Ernährungsabhängigen Erkrankungen! Functional Food – Sinn oder Unsinn?	Sven Bach, Diätassistent, Stuttgart
13:15	Pause	

Parksaal 1 – Knochen und Gelenke

Zeit	Titel des Workshops	Referent
14:00	Moderne Prothesenversorgung	Thomas Protzel, apt Prothesen Bonn
14:30	Moderne Schmerztherapie	Dr. med. Michael Küster, Schmerzzentrum Bonn
15:00	Die schmerzende Hand – aktuelles aus der Handchirurgie	Dr.(C). Aimal Safi, Johanniter-Krhn. Bonn

15:30	Achtsamkeit als Prophylaxe zu Bewegungsschmerzen	E. Lenzen, Dipl. Sportw., Heilpraktikerin für Psychotherapie, Körperpsychotherapie, Andernach
16:00	Moderne Behandlungsstrategien bei Kniearthrose	L. Klases, Orthopädietechnik-Meister, rahn Zentrum für Gesundheit, BN
16:30	Gelenkverschleiß – nicht-medikamentöse Behandlungsmöglichkeiten mit Mikronährstoffen	Hans Walrafen, Institut ProPharma, Erkelenz

Parksaal 2 – Psyche, Stress und Prävention

Zeit	Titel des Workshops	Referent
10:00	Yoga und Tanz in Prävention und Therapie. Vier Stufen körperlicher und seelischer Gestaltungsprozesse	K. Löwenstein, Praxis für Körperpsychotherapie, Yoga & Gesundheitstraining, Bad Honnef
10:30	Stress und Essen – zu viel, zu wenig, das falsche?	Gisela Ruhrmann-Adolph, Dipl. oec. troph., Heilpraktikerin (Psychotherapie), Bonn
11:00	Angst und Panikattacken mit Hilfe der Hypnose-therapie bewältigen	T. Theuerzeit, Heilpraktiker (Psychotherapie) HypnoseZeit, Bonn
11:30	Prävention und Resilienz: Wie können psychische Erkrankungen verhütet werden?	Prof. Dr. med. W. Maier, Dir. d. Klinik und Poliklinik für Psychiatrie u. Psychotherapie, Uniklinikum Bonn
12:00	Wie der Körper uns bei der Verarbeitung von Traumatisierung unterstützen kann	M. Claus, Einzel-, Paar- und Traumatherapie, Bonn
12:30	Achtsames Selbstmitgefühl (MSC): Ein Leben mit weniger Ängsten, Depressionen und Dauerstress	Dr. phil. R. Meyers, Yuthok Zentrum f. Tibetische Heilkunst, BN/Meckenheim

Parksaal 2 – Begrüßung & VIP-Vortrag

Zeit	Titel des Workshops	Referent
14:00	Begrüßung	Gabriele Klingmüller, Bürgermeisterin der Stadt Bonn
14:15	Mythos Überforderung – Was wir gewinnen, wenn wir uns erwachsen verhalten	Dr. med. Michael Winterhoff, Bestsellerautor u. Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie – Psychotherapie, Bonn

Parksaal 2 – Ernährung

Zeit	Titel des Workshops	Referent
15:00	Essen und Psyche – Essgewohnheiten ändern	Sven Bach, Diätassistent, Stuttgart
15:45	Gerstengras – natürliches Lebensmittel zur Stärkung körperl. und geistiger Fitness	J. Roll, Geschäftsführer jomu, Steinhagen
16:15	Vital-Tipps für den gesunden Darm	R. Ritsert-Dettmar, Fokus Vital, Bornheim

Brunnensaal – Hilfen im täglichen Leben

Zeit	Titel des Workshops	Referent
10:00	Moderne Hörsysteme & die Ankopplung an TV, Telefon, usw.	N. Keil, Hörgeräteakustiker, CI-Akustiker, Becker Hörakustik
10:30	Sinnvolles Zuhören für Ihre Hörsysteme	D. Huppertz, Kötting Hörakustik GmbH & Co. KG, Bonn
11:00	Pflegevorsorge – eine Investition in die Zukunft	J. Reinhardt, Allianz Fachagentur Pflege, Bonn
11:30	Der leidige private Papierkram – Eine Mappe für den Notfall erstellen	P. Mellinghoff, Privatbüro Plus GmbH, Bonn
12:00	Komplett-Service für Beihilfeberechtigte und deren Angehörige	A. Basse, MEDIRENTA Krankenkostenabrechnungs GmbH, Berlin
12:30	Lyric und Tinnitus	K.-H. Leuchten, Vitakustik Hörgeräte, Bonn

Brunnensaal – Symposium: Erkrankungen des Nervensystems

Zeit	Titel des Workshops	Referent
14:15	Begrüßung und Einführung	Bundesgesundheitsministerin a.D. Prof. Dr. Ursula Lehr
14:30	Demenz – eine gesellschaftliche Herausforderung	Dr. H. Gülden-zoph, Arzt f. Innere Medizin und Geriatrie, ehem. Chefarzt der Geriatrie des Malteser Krhs. Bonn
15:00	Parkinson	Prof. Dr. U. Wüllner, Universitätsklinik für Neurologie, Bonn
15:30	Multiple Sklerose	Dr. C. Grothe, Itd. Oberarzt, Johannes-Krhn. Troisdorf-Sieglar
16:00	Epilepsie – eine besondere Erkrankung	Prof. Dr. C. E. Elger, Universitätsklinik f. Epileptologie Bonn
16:30	Neurodegenerative Erkrankungen – eine besondere Herausforderung für die Angehörigen	M. Nowak, Geschäftsführer, Home Instead Seniorenbetreuung, Bonn

Tagungsbüro – Komplementärmedizin

Zeit	Titel des Workshops	Referent
14:00	Die tibetische Kunst der Verjüngung: Atem- und Körperübungen, Ernährung, Lebensstil	Dr. phil. R. Meyers, Yuthok Zentrum f. Tibetische Heilkunst, Bonn/Meckenheim
14:30	Panchakarma – Die königliche Kur des Ayurveda zur Vorbeugung, Verjüngung und Heilung	L. Pirz, Maharishi Ayurveda Gesundheits- und Seminarzentrum, Bad Ems
15:00	Chronisch müde und erschöpft? Natürliche Medizin kann wirklich helfen!	P. Häberle, Praxis f. natürliche Medizin, Fitness & Heilung, Königswinter
15:30	Praktisch: Klopfakupressur kompakt	M. Schneider, Naturheilpraxis & Seminarhaus Schlüsselblume, Altenahr-Kreuzberg
16:00	Ganzheitliche Diabetesbehandlung mit klassischer Homöopathie	E. Schüller, Diabetesberaterin DDG, Heilpraktikerin, Naturheilpraxis, Rheinbach
16:30	Dunkelfeldmikroskopie – Einblicke ins innere Universum des Körpers	G. Lang, Heilpraktiker, Wachtberg