



gesund + aktiv

# Die Gesundheitsmesse

26. und 27. November - Vennehof Borken



## Tipps und Wege zur Gesunderhaltung

Gesundheitsmesse im Vennehof informiert

**Borken (kre).** „Wie kann man Körper und Geist am besten gesund und aktiv halten? Dieser Frage geht die Gesundheitsmesse „gesund+aktiv“ nach, die an diesem Samstag und Sonntag im Vennehof stattfindet. Veranstaltungsleiter Jörg Hillebrandt hat in Zusammenarbeit mit der Familienbildungsstätte Borken (Fabi) rund 60 Aussteller aus dem Gesundheitswesen für die Messe gewinnen können.

„gesund + aktiv“ ist eine umfassende Messe rund um die Themen Gesundheit, Vorsorge, Medizin, Pflege, Fitness und Wellness. Sie greift die aktuellen Entwicklungen in Sachen Gesundheit auf und bietet bei sportlichen Aktionen, Diskussionsrunden und Vorträgen den Besuchern vor Ort die Möglichkeit sich zu informieren und aktiv mitzumachen.

„In der heutigen Zeit wird es immer wichtiger auf seine Ge-

sundheit zu achten, einen Ausgleich zu Beruf und Verpflichtungen zu finden, um den Anforderungen seines Lebens gerecht zu werden“, schreiben die Veranstalter in ihrer Einladung zur Gesundheitsmesse. Das Geheimrezept für mehr Lebensqualität seien Gesundheit, Aktivität und Entspannung. Die Messe will zeigen, wie man diesem „Geheimrezept“ auf die Spur kommt.

Das tut sie auf vielfältige Art: Zum einen gibt es Vorträge regional tätiger Ärzte, Therapeuten und Trainer aus dem Gesundheitswesen. Zum anderen darf man sich auf allerlei Aktivitäten an den Ständen freuen. Genannt seien Hör- und Sehstests und Blutzuckeressungen, Sportgeräte-Vorführungen, Live-Kochen, Quiz und Gewinnspiele, Fußmessungen, Fahrten mit dem Elektro-Fahrrad, Lockerungsübungen und vieles mehr.

Ob bei Körperarbeit und Massagen, Tipps zur professionellen Haarentfernung, Selbsterfahrungstests, Konzepten zur Gewichtsabnahme oder Verkostungen - der Messebesucher ist überall hautnah dabei. Und natürlich kann er im Gespräch

mit den Fachleuten viele Informationen bekommen.

Auf der Bühne des Vennehofs ist ein buntes Showprogramm zu sehen unter anderem mit einem Spinning-Marathon und einer besonderen Modenschau von und für Senioren.

Die Gesundheitsmesse öffnet Samstag und Sonntag jeweils von 10 bis 18 Uhr. Der Eintritt beträgt 3,50 Euro für Erwachsene, Kinder bis 12 Jahre sind frei. Für eine Kinderbetreuung ist in den Räumen der Fabi gesorgt.

Wie kann man Körper und Geist am besten gesund halten? Dieser Frage geht die Gesundheitsmesse „gesund+aktiv“ nach, die am Wochenende im Vennehof stattfindet.

Telefon 02861 - 800 6413

**recoverMOBILITY**  
2011 INNOVATION AWARDS  
FACHHANDEL FÜR ELEKTROMOBILITÄT

Senioren-Elektromobile · Elektroroller  
Peplemover · Mobilis-Treppenlifte  
Reparaturservice

46325 Borken-Gemen · Ahauser Str. 89a  
www.recover-mobility.de

Besuchen Sie uns am Stand 41

Podologie | medizinische Fußpflege

Besuchen Sie meinem Stand!

**Feet-Care**

Podologin Sonja Tunholt

Mühlenstraße 4-6 · 46325 Borken · Tel.: 02861/890383  
kontakt@feet-care.de · www.feet-care.de

Besuchen Sie uns auf der Gesundheitsmesse, wir haben eine breite Informationspalette für Sie vorbereitet.  
Stand 26 und 27

**SANITÄTSHAUS BEERMANN** GmbH  
REHA- und Orthopädie-Technik

www.sanitaetshaus-beermann.de

Rehatechnik Ahauser Str. 2a 46325 Borken 02861-91391

Sanitätshaus Am Boltenhof 2 46325 Borken 02861-614781

**MAMMOGRAPHIE SCREENING PROGRAMM BORKEN/STEINFURT**

Programmverantwortlicher Arzt: Dr. med. Bernd Jäger  
Infotelefon: 0251-9295000  
Tel. Screening Bocholt: 02871-2904400  
www.radiologie-westmuensterland.de

**RADIOLOGIE AHAUS VREDEN BOCHOLT**

Bei uns am Stand: Fußbefund-Erhebungen

**Podologische Fachpraxis Elke Müller**

medizinische Fußpflege - podologische Komplexbehandlung  
Zugelassen zu allen Krankenkassen auf ärztliche Verordnung.

Borken - Heidener Str. 59  
www.super-fuss.de  
02861/6051018



Körperliche und geistige Fitness bis ins hohe Alter, das ist das Ziel der meisten Menschen. Die Gesundheitsmesse „gesund+aktiv“ gibt Tipps und Informationen, wie dieses Ziel erreicht werden kann. Fotos: LPS/BZ-Archiv

## Marathon im Indoor-Cycling

Strampeln für den guten Zweck

**Borken (kre).** Für den guten Zweck strampeln sich ca. 35 Freiwillige ab, die am Samstag im kleinen Saal der Stadthalle einen Indoor-Cycling-Marathon bestreiten werden. Die Aktionen findet von 13.30 bis 17.30 Uhr statt und wird von drei Präsentern der Extraklasse moderiert und kommentiert. Sie führen zu verschiedenen Musikrichtungen durch eine abwechslungsreiche Berg- und Talfahrt. Veranstalter ist das Fitness- und Gesundheitszentrum Studio B aus Borken. Der Erlös ist für den Verein Horizont - Kinderkrebshilfe Weseke bestimmt.



gesund + aktiv  
Die Gesundheitsmesse

am 26. und 27. November 2011  
in der Stadthalle Vennehof Borken  
von 10.00- 18.00 Uhr



In Verbindung mit der:

» Wer nicht jeden Tag etwas Zeit für seine Gesundheit aufbringt, muss eines Tages sehr viel Zeit für die Krankheit opfern. «  
Sebastian Kneipp

In der heutigen Zeit wird es immer wichtiger auf seine Gesundheit zu achten, einen Ausgleich zu Beruf und Verpflichtungen zu finden, um den Anforderungen seines Lebens gerecht zu werden. Das Geheimrezept für mehr Lebensqualität sind Gesundheit, Aktivität und Entspannung. Die Frage ist:

» Wie kann man Körper und Geist am besten gesund und aktiv halten? «

Die Antwort darauf gibt Ihnen die Messe **gesund + aktiv!** **gesund + aktiv** ist eine umfassende Messe rund um die Themen Gesundheit, Vorsorge, Medizin, Pflege, Fitness und Wellness.

Die **gesund + aktiv** greift die aktuellen Entwicklungen in Sachen Gesundheit auf und bietet bei sportlichen Aktionen, Diskussionsrunden und Vorträgen den Besuchern vor Ort die Möglichkeit, aktiv mitzumachen.

**Vorträge:** Regionale Ärzte und Fachleute aus dem Gesundheitswesen referieren zu interessanten Themen

**Bühnenshows:** Spinning-Marathon, exklusive Modenschau - Senioren präsentieren tolle Mode, ...

**Aktivitäten an den Ständen:** Gesundheitsmessungen, Vorführungen, Live-Kochen, Quiz,... überall ist was los!

**Kinderbetreuung:** in den Räumen der Fabi.

...und vieles mehr!!!

**Familienbildungsstätte Borken**

Am Vennehof 1  
46325 Borken  
Tel. 02861 62188  
fabi.borken@bistum-muenster.de  
www.fabi-borken.de

Wir helfen hier und jetzt.

**ASB**  
Arbeiter-Samariter-Bund

„Wir helfen hier und jetzt.“  
Besuchen Sie uns an Stand 5.

**Pflegeteam Borken**  
02861-804530  
Graf-Friedrich-Straße 24  
43625 Borken

**Unser Angebot**

- Ambulante Pflege
- Hauswirtschaft
- Hausnotruf

„Alles aus einer Hand.“

www.asb-muenster.de/index.php/borken

**Borken. Neutor 22**  
Tel. 02861/804671

**GESUNDHEITSHAUS MEDISAN**

„Pflicht mehr Lebensqualität!“

Ihr Fachgeschäft für

- Kompressionsstrümpfe
- Bandagen
- Brustprothetik
- MBT-Schuhe

Für Sie geöffnet:  
Mo., Di., Do. 8:30 Uhr - 13:00 Uhr  
14:00 - 18:00 Uhr  
Mi. + Fr. 8:30 Uhr - 13:00 Uhr

**Intensiver leben trotz Sehbehinderung.**

**Wir zeigen Ihnen wie,**  
bei unserem Vortrag am  
26. November 2011 auf der  
Gesundheitsmesse „gesund & aktiv“  
im Vennehof Borken.

Als anerkannter Fachberater für Sehbehinderte zeigen wir Ihnen gerne Wege auf, wie Sie Ihre Lebensqualität im Alltag trotz Sehbehinderung erhalten können.

Besuchen Sie uns, lassen Sie uns darüber sprechen. Wir freuen uns auf Sie!

**tinnfeld**  
hören und sehen

Weseler Straße 9 · 46348 Raesfeld  
Fon 02865-10010 · Fax 02865-95209  
info@tinnfeld-raesfeld.de · www.tinnfeld-raesfeld.de

Öffnungszeiten: Montags - Freitags 9.00 - 13.00 und 14.30 - 18.30 Uhr · Samstags 9.00 - 16.00 Uhr