

„Gesundheit ist kein Konsumgut“

Vorsorge statt Eingriff als Motto der Gesundheitstage in den Arcaden

REGENSBURG (mbw). Bereits zum 2. Mal finden in den Regensburg Arcaden spezielle Gesundheitstage statt. Institutionen, Kliniken, Selbsthilfegruppen und Pharmahersteller bieten Ratschläge und Hilfestellungen an. Die Schirmherrschaft hat Staatsminister Dr. Werner Schnappauf.

„Der Wunsch nach Gesundheit stand im Mittelpunkt aller guten Wünsche für das Jahr 2004“, so Bürgermeister Gerhard Weber bei der Eröffnung der Gesundheitstage. Und eben diese Gesundheit habe auch eine nicht unwesentliche Seite, die jeder selbst beeinflussen könne. Weber: „Es ist ein guter Auftakt zu Beginn dieses Jahres, das Thema Gesundheit in den Mittelpunkt zu stellen, den Besuchern zu

vermitteln, dass sie etwas und was sie selbst für ihre Gesundheit tun können.“ Die Selbstverantwortung für den eigenen Körper werde künftig größer geschrieben werden. „Gesundheit ist kein Konsumgut, das uns von der Allgemeinheit serviert werden kann“, so Weber.

Über 26 Aussteller geben Tipps und Hinweise zur Gesundheit. Ein eigener Gesundheitsparcours biete zahlreiche Möglichkeiten, sich



Bürgermeister Gerhard Weber auf dem Rückenstreckungs-Gerät
Foto: Kober

prüfen zu lassen, stellte Centermanager Kolja-Eric Rüßmann zur Eröffnung fest, weiter: „Im Mittelpunkt der Gesundheitstage in den Regensburg Arcaden steht immer der Mensch und seine Gesundheit.“

Auf die Fortschritte der Medizin in den letzten zehn Jahren wies Professor Dr. Thomas Henze, Ärztlicher Direktor der Klinik am Regenbogen, hin. Minister Schnappauf hatte es in seinem Vorwort zu dieser Veranstaltung auf den Punkt gebracht: „Wer keine Zeit für seine Gesundheit hat, wird Zeit für seine Krankheit haben müssen“. Letztlich müsse aber jeder Bürger als souveräner Patient und Verbraucher in eigener Verantwortung gesundheitsbewusster und aktiver werden. „Schon heute geht fast jede dritte Erkrankung zurück auf unseren ungesunden Lebensstil.“

Die Gesundheitstage 2004 dauern noch bis einschließlich 10. Januar, wobei auch am heutigen Feiertag, 6. Januar, von 11 bis 18 Uhr geöffnet ist.

Die Sprechstunden

Dienstag, 6. Januar (Feiertag):
15 Uhr Morbus Parkinson/Epilepsie mit Prof. Dr. Henze und Dr. Makabe, Klinik am Regenbogen.

Mittwoch, 7. Januar:
17 Uhr „Macht Impfen Kinder krank?“ Prof. Dr. Segerer, Chefarzt Kinderklinik St. Hedwig und

17.30 Uhr „Muskelkrankheiten/Schädel-Hirn-Trauma“ mit Prof. Henze und Dr. Makabe.

Donnerstag, 8. Januar:
17 Uhr „Wenn der Kopf verrückt spielt“, Migräne und Kopfschmer-

zen mit Dr. Ulrich Hager, Oberarzt TCM-Klinik Kötzing.

Freitag, 9. Januar:
17 Uhr „Lange Leidenswege bei Schmerzen“ mit Dr. Stefan Hager, TCM-Klinik Kötzing.

17.30 Uhr „Mein Kind hat ständig Infekte“ mit Prof. Segerer von St. Hedwig.

Von 9 bis 18 Uhr Schlaganfall-Voruntersuchung mit Prof. Bogdahn und Prof. Henze. Hierfür ist Anmeldung erforderlich, und zwar am Stand der Klinik am Regenbogen. Beratung ohne Termin.

HINTERGRUND

„Gesund leben! Gesund bleiben!“

Die Highlights der neuen Gesundheitstage vom 5. bis 10 Januar!

Regensburg (Ics). Information und Aufklärung rund um das Thema Gesundheit sind die hauptsächlichen Anliegen der 2. Gesundheitstage in den Regensburg Arcaden. Doch auch die Unterhaltung kommt nicht zu kurz!

Gesundheitsparcours

Die gesamte Dauer der Gesundheitstage können Sie am Gesundheitsparcours teilnehmen. Neben tollen und gesun-

den Gewinnen lockt hier auch ein umfassender Check Ihrer Konstitution. Erfahren Sie an zwölf Parcours-Stationen kostenlos, wie fit Sie sind und was Sie noch für Ihre Gesundheit tun können!

Spezialisten sprechen

In Zusammenarbeit mit der Klinik am Regenbogen, der TCM-Klinik Kötzing und der St.Hedwig-Klinik gibt es täglich am Nachmittag Sprechstunden zu

Spezialthemen. Nähere Infos entnehmen Sie bitte dem Programm-Faltblatt, das Sie in den Regensburg Arcaden beim Centermanagement und an allen Messeständen erhalten.

Mieter sind stark!

Auch einige Mietpartner der Regensburg Arcaden machen sich für Ihre Gesundheit stark! Nutzen Sie das Angebot an den Ständen von Optik Matt, Vitalia Reformhaus, Thomas

Cook Reisebüro, Sport Sperrk und der Arcaden-Apotheke. Hier gibt es viele Informationen, Anregungen und Gratis-Tests!

Tanz & Vorführungen

Auch das Auge kommt an diesen Gesundheitstagen nicht zu kurz! Viele Tanzvorführungen verschiedener Vereine und Schulen zeigen, wie attraktiv und mitreißend Bewegung sein kann.

Gesundheitstage Regensburg

05.01. – 10.01.2004

Regensburg Arcaden Centerzeitung

Auflage: 80.350
Datum: 27.12.03
21. Ausgabe

Aktions-Kalender

Der Start ins neue Jahr in den Arcaden

Regensburg (Ics). Schon zu Beginn des neuen Jahres bieten die Regensburg Arcaden eine Fülle an Aktionen. Hier erhalten Sie einen Eindruck über die wichtigsten Geschehnisse!

Januar:

Gesundheitstage

„Gesund leben! Gesund bleiben!“ von Montag, 5. Januar, bis Samstag, 10. Januar.

WSV

Winterschlussverkauf mit tollen Rabatten von Samstag, 24. Januar, bis Samstag, 31. Januar.

Februar:

Kinderfasching

Lustiges Treiben für alle Kinder am Dienstag, 24. Februar, mit toller Musik, Rahmenprogramm und kleinen Geschenken! Die Regensburg Arcaden haben am Faschingsdienstag bis 20 Uhr geöffnet!

Februar/März:

Frühlingsdekoration

Aktion „Wo alle Brünnelein fließen“ mit aufwändiger Dekoration und hübschen Aktionen noch vor Frühlingsbeginn. Von Montag, 19. Februar, bis Freitag, 6. März.

Ausblick ins aktionsreiche Jahr 2004!

Jetzt stehen Gesundheitstage, WSV, Kinderfasching und Frühlingsaktionen bevor



Wie Sie z.B. mit „Nordic Walking“ gesund und fit bleiben, erfahren Sie während der Gesundheitstage bei Trainern von Sport Sperk.



Freuen Sie sich wieder auf eine wunderbare Frühlingsdekoration!

Regensburg (Ics). Freuen Sie sich schon jetzt auf die nächsten Events in den Regensburg Arcaden. Denn schon im Januar geht es weiter mit tollen Aktionen, Festen und Dekorationen!

Ab Montag, 5. Januar, dreht sich wieder alles um Ihre Gesundheit! Dann starten zum zweiten Mal die Gesundheitstage in den Regensburg Arcaden mit vielen Messeständen und noch mehr nützlichen Tipps und Gesundheits-tests! Einen ersten Überblick über Highlights der fünftägigen Aktion „Gesund leben! Gesund bleiben!“ erhalten Sie um unten stehenden Artikel.

Schnäppchenjagd

Am Samstag, 24. Januar, startet die rekordverdächtige

Schnäppchenjagd in den Regensburg Arcaden. Dann nämlich heißt es wieder ganz amtlich und radikal „Preise runter! Ware raus! Der Winterschlussverkauf dau-

Viele Aktionen in den Regensburg Arcaden werden wieder von Showeinlagen untermauert, wie hier im Sommer vom Tanzclub Blau-Gold.



Frühlingsidyll

„Wo alle Brünnelein fließen“, heißt das Motto der nächsten Frühlingsdekoration.

ert diesmal bis Samstag, 31. Januar.

Kinderspaß!

Es hat sich bereits herumgesprochen: Die Regensburg Arcaden haben viel für Kinder und deren Freuden übrig. Und auch diesmal steigt wieder eine lustige Faschingsparty für die Jüngsten unter uns. Mit Spiel, Spaß, Kinderschminken und tollen Kostümen! Also unbedingt den Dienstag, 24. Februar, vormerken!

on. Erinnern Sie sich noch an das Blütenmeer noch vor dem Frühlingsbeginn 2003 in den Regensburg Arcaden? Dieses traumhaft schöne Ambiente versucht das Centermanagement für das kommende Frühjahrsjahr noch zu steigern. Seien Sie gespannt auf die Regensburg Arcaden. Denn von Montag, 19. Februar, bis Freitag, 6. März, werden dort viele Brünnelein fließen!

„Wer keine Zeit für Gesundheit hat, muss sie eben für Krankheiten aufbringen.“

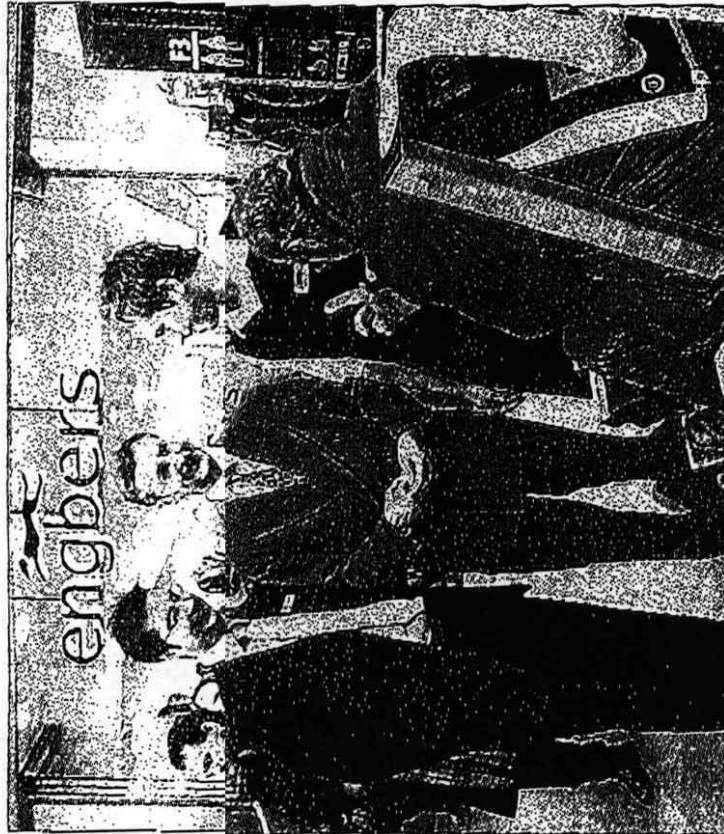
Gesundheitstage in Einkaufszentrum: 26 Aussteller zeigen alles, was Gesund hält

Regensburg. „Das tut ja gar nicht so sehr weh,“ verschnitzelt lächelnd die Dame, die soeben Blut abgenommen bekommen. Irgendwie ist in den Regensburg-Arcaden alles auf Gesundheit programmiert. Selbst wer nicht vorhatte, seinen Cholesterinspiegel nach den Feiertagen zu erfahren, kommt ins Grübeln. Das Umfeld in den Arcaden tut sein übriges. Nichts ist zu spüren von Krankenhausluft und Arztatmosphäre.

26 Aussteller aus Regensburg und Umgebung versuchen auf verschiedene Weise, den Besuchern das Thema „Gesundheit“ näherzubringen. Ein Parcours lädt ein, an einem Gewinnspiel teilzunehmen und in Vorträgen und Sprechstunden wird über Brennpunkthemen informiert.

Die Gesundheitstage sind für Fitnessfanatiker ein wahres Mekka. Hier wird auf Herz und Nieren geprüft, wie leistungsfähig der Einkaufsummerler ist. Wer den Fitnessparcours durchläuft, kann unter anderem die Leberwerte gemessen bekommen, sowie den Blutdruck, die Lungenfunktion, das Körperfett, den Blutzucker. Auch wird die Brille eingestellt und ein Seh- und Hörtest wird angeboten.

Auch Kinder werden getestet
Dass der Gesundheitscheck auch kleine Besucher anlockt, ist klar: „Geh’ Jonas, lass Dir ins Ohr schauen.“ Lange muss der Papa nicht biten, brav trottet der Filius ans Messgerät. Und was er dann auf dem gro-



Kolja-Eric Rülmann, Center Manager der Arcaden und Bürgermeister Gerhard Weber lassen sich über Fitnessgeräte aufklären.

ßen Monitor sieht, beeindruckt ihn total. Sein Innenohr in Großaufnahme. „Du hastest wohl mal eine Mittelohrentzündung,“ mutmaßt der freundliche Herr, der das Messgerät bedient. Eifrig nickt Jonas.

Wer beim Blutabnehmen und bei den einzelnen Untersuchungen seinen Mann gestanden hat, der kann sich als Zuckerl ein Massagegerät ei-

heißt die einfache Rechnung. Gerade nach den Feiertagen würden sich die Leute wieder verstärkt um ihre Gesundheit und Fitness sorgen. „Wer keine Zeit für seine Gesundheit hat, wird Zeit für seine Krankheit haben müssen“, so Rülmann.

Professor Thomas Henze von der Klinik am Regenbogen in Mittenau, sprach über Neuerungsansätze in der Rehabilitation. Eine Reba sei nicht mit einer Kur oder einem Urlaubsaufenthalt zu vergleichen, sondern eher mit Hochleistungsport. Gerade hier sei es notwendig, besonders auf die Gesundung Wert zu legen.

Multiple Sklerose beleuchtet

Vorträge und Aufführungen rund um das Programm zusätzlich ab. So werden Tabuthemen aufgegriffen, wie zum Beispiel in einem Vortrag über Früherkennung und Therapieansätze beim Prostatakarzinom. Die Johanniter informieren über Erste-Hilfe beim Kind. Die Tanzsportabteilung der Regensburger Turnerschaft zeigt Latein-, Standard-, Salsa- und Ausdrucksanz.

Brisante Themen werden in den einzelnen Sprechstunden diskutiert: So wird zum Beispiel informiert über Multiple Sklerose, Morbus Parkinson und Epilepsie. Auch die Frage, ob Impfen Kinder krank macht oder welche Therapieansätze es bei Migräne gibt, werden gestellt und beantwortet. Mit der Veranstaltung „Mein Kind hat ständig Infekte – ist das noch normal“ schließt die Sprechstunde am kommenden Freitag. -de-

Ersthilfe von den Johannitern

Kolja-Eric Rülmann, der Centermanager, fasste bei seiner Eröffnungssprache nochmals das Anliegen der Gesundheitstage zusammen. „Gesund leben, Gesund bleiben“