

GESUNDHEITS MESSE

Eintritt frei

Überraschungstaschen
für die ersten 20 Gäste



11-17

Gesundheitsmesse Barsinghausen am 06.09.2026



Am 06. September 2026 von 11 bis 17 Uhr öffnet das Schulzentrum Am Spalterhals zum achten Mal seine Türen für die Gesundheitsmesse Barsinghausen, eine eintrittsfreie Messe, die generationsübergreifend zentrale Themen rund um Gesundheit, Prävention und Wohlbefinden in den Mittelpunkt stellt. Experten, Ehrenamtliche und Unternehmen aus Barsinghausen und der Region laden zum Austausch ein und geben praxisnahe Einblicke in moderne Gesundheitslösungen.

Besucherinnen und Besucher erwartet ein vielseitiges Angebot, das aktuelle Herausforderungen aus dem Alltag aufgreift und individuelle Lösungsansätze anbietet. Im Fokus stehen unter anderem Gesundheitschecks, Ernährungs- und Diabetesberatung,

Vitalstoffmessungen, Durchblutungsstörungen, Unterstützung bei physischen und psychischen Erkrankungen, Darmproblemen, Hörverlust und Vitaminmangel. Parallel finden verschiedene Fachvorträge zu unterschiedlichen Gesundheitsthemen statt.

Annette Pulvermüller informiert über Gewichtsregulierung und Vitalstoffmessungen. In ihrem Vortrag **„Deine Reise zur WOHLFÜHLFIGUR“** um 14:00 Uhr zeigt sie Möglichkeiten auf, das Wohlfühlgewicht nachhaltig zu erreichen und den Stoffwechsel zu unterstützen. Sondra Manuela Parlayan, Ernährungs- und Diabetesberaterin sowie Nordic-Walking-Trainerin, referiert ab 13:30 Uhr zum Thema **„Diabetes ab 50? Was jetzt wirklich zählt!?“**. Mit ihrem Fachwissen und ihrer persönlichen Begleitung unterstützt sie Menschen dabei, mehr Balance und Wohlbefinden in ihren Alltag zu bringen.

Wie eng Ernährung und Gesundheit miteinander verbunden sind, zeigt auch das Angebot von Veith und Simone Schröder. Mit ihrer ganzheitlichen Beratung legen sie einen besonderen Schwerpunkt auf die Darmgesundheit. Durch die gezielte Unterstützung und einer lückenlosen Vitalstoffversorgung begleiten Sie Menschen bei der Regeneration und Stärkung des Darms.

Passend zum Thema Darmgesundheit spielt eine ausgewogene Ernährung ebenfalls eine wichtige Rolle. Das richtige Verhältnis bestimmter und vor allem frischen Lebensmitteln kann zu einer besseren Figur, mehr Energie und Ausgeglichenheit im Leben führen. Doch welche Lebensmittel lassen sich besonders gut kombinieren und welche alternativen **„Küchenhelfer“** können bei der Zubereitung unterstützen. Das erfahren die Besucher am Stand von Janina Vaske aus Gehrden, die einen Einblick in ihre Koch- und Backideen gibt und spezielle Rezepte für Sportler anbietet.

„Bin ich eigentlich gesund?“ Diese Frage stellen sich viele, doch eine genaue Antwort bleibt oft aus. Der Förderverein Althea, ein Netzwerk von Gesundheitsexperten, bietet eine individuelle Einschätzung. Unter dem Motto **„Gesundheit? Do it yourself!“** wird durch eine Befindlichkeitsanalyse ein maßgeschneidertes Vitalkonzept entwickelt. Die Experten erläutern, wie schulmedizinische Maßnahmen sinnvoll in den Alltag integriert werden können, um die eigene Gesundheit zu fördern. Carolin Tusche-Fahnauer und Evelin Haake-Beißner geben in ihrem Leitreferat um 13:00 Uhr spannende Einblicke in die Arbeitsweise des Gesundheitsnetzwerks.

Weiterhin kann die Leistungsfähigkeit auch durch eine schlechte Durchblutung beeinflusst werden. Ein Liechtensteiner Unternehmen hat in dem Zusammenhang verschiedene Behandlungsgeräte entwickelt, die durch physikalische Gefäßtherapien den Blutkreislauf anregen. Die Besucher haben die Möglichkeit, eine Ganzkörperbehandlung mit verschiedenen Modulen für eine bessere Durchblutung auszuprobieren. Um 14:30 Uhr informiert Thomas Ruminski in seinem Leitreferat über das Geheimnis der Mikrozirkulation.

Jens und Nina Köhler begleiten Menschen ganzheitlich auf ihrem Weg zu mehr Gesundheit und Lebensqualität. Dabei betrachten sie den Menschen als Einheit von Körper und Geist und arbeiten mit verschiedenen Ansätzen, die unter anderem das Nervensystem als auch innere Prozesse einbeziehen. In ihrem Vortrag **„Dein Körper spricht zu Dir? Welche Botschaft hat dein Symptom?“** um 12:30 Uhr geben sie spannende Einblicke in ihre Arbeit.

Wenn Beschwerden oder Erkrankungen den Alltag über längere Zeit begleiten, kann dies auch die seelische Balance beeinträchtigen. Die Heilpraktikerin für Psychotherapie Tanja Schael stellt daher ihre Angebote der psychologischen Beratung und verschiedener Entspannungsverfahren vor. Diese können Menschen bei Stress, Burnout, Depressionen, Beziehungsproblemen und weiteren psychischen Belastungen unterstützen. Als Adoptiv- und Pflegemutter hat sie einen besonderen Blick auf Eltern-Kind Konflikte. Diese Erfahrungen fließen auch in ihrem Vortrag um 12:00 Uhr ?Biographiearbeit: Ohne Wurzeln keine Flügel? ein.

Wohlbefinden entsteht durch das Zusammenspiel von innerer Balance und äußerer Pflege. Wie beides harmonisch miteinander verbunden werden kann, erfahren Besucher bei den Ausstellern aus dem Bereich ganzheitlicher Schönheit und Entspannung. Vorgestellt wird unter anderem die Quantenmodulare Schwingungskosmetik, die darauf abzielt, die natürliche Hautbalance zu unterstützen. Ergänzt wird das Angebot durch die Welt der ätherischen Öle, deren natürliche Duftessenzen zur Erholung, Harmonisierung und Pflege beitragen können.

Ein zentrales Thema der Gesundheitsmesse ist vor allem der Bereich der selbstständigen Lebensführung und Mobilität. Hierzu werden nützliche Alltagshelfer vorgestellt, die beim Einkaufen helfen oder einen barrierefreien Wohnbereich ermöglichen. Besonders ältere Menschen erhalten durch zusätzliche Hilfsmittel wie den Hausnotruf oder eine 24-Stunden erreichbare mobile Betreuung und Pflege zusätzliche Sicherheit im eigenen Zuhause.

Viele Experten geben zudem sinnvolle Tipps und Ratschläge zu lokalen Fitnessangeboten, Trinkwasseraufbereitung, Luft- und Raumreinigungsgeräte, Hör- und Zahngesundheit, Krankenversicherung und die richtige Ernährung für Hunde.

Die ersten 20 Besucher dürfen sich über eine der Überraschungstaschen freuen, gefüllt mit Gutscheinen, Produktproben und praktischen Alltagshelfern.

Veranstaltungsort: Schulzentrum ?Am Spalterhals?

Adresse: Am Spalterhals 12, 30890 Barsinghausen

Termin: 06. September 2026

Öffnungszeiten: 11:00 - 17:00 Uhr?

Eintritt: frei

Infos: www.gesundheitsmessen24.de/gesundheitsmesse-barsinghausen/

GESUNDHEITSMESSE BARSINGHAUSEN