A. HELMSTEDTER WELLNESSTAGE ... ICH FÜHL MICH BESSER! RAHMENBEDINGUNGEN

- Thema:
  Wohlbefinden & Prävention (d. h. nicht „Krankheit“ und nicht „Beauty“, da sonst zu breites Spektrum)

- Ziele:
  - Belebung der Helmstedter Innenstadt und Angebotsvielfalt zeigen
  - Helmstedter Unternehmen erhalten eine Plattform, um ihre Wellness- und Gesundheitsangebote zu präsentieren
  - Informations- und Erlebnismöglichkeit für Bürger/innen zum Thema Wellness & Gesundheit schaffen

- Zeit:
  Freitag, 21.03.2014, 14.00 Uhr bis 19.00 Uhr und
  Samstag, 22.03.2014, 10.00 Uhr bis 18.00 Uhr
  (Hinweis: am 20.03.14 ist Frühlingsanfang, Fasching und Ostern sind in zeitlichem Abstand)

- Ort:
  AWO-Begegnungsstätte am Schützenwall 5

- Kosten:
  Kein Eintritt, Umlage der Kosten auf die Teilnehmer

- Veranstalter:
  Helmstedt aktuell/Stadtmarketing e. V.

- Organisationsleitung:
  Guido Ide und Petra Schadebrodt

B. PROGRAMM

- Eröffnung und Abschluss:

  Die Helmstedter Wellnesstage werden vom Schirmherrn, Herrn Bürgermeister Wittich Schobert, am Freitag um 15.00 Uhr eröffnet; das Eröffnungsevent wird auf dem Vorplatz der AWO-Begegnungsstätte von Easyfitness gestaltet („Zumba für alle!“).

  Der Aufbau erfolgt am Feitag bis 13 Uhr, Einlass ist ab 14 Uhr.

  Das Abschlussevent auf dem Vorplatz wird am Samstag um 17.00 Uhr ebenfalls von Easyfitness gestaltet („Body-Pump für alle!“).

  Der Abbau erfolgt am Samstag nach 18 Uhr.

- Informations- und Erlebnisstände:

  In den beiden großen Räumen stellen die verschiedenen Helmstedter Firmen ihre Angebote aus; es gibt viel zum Anschauen, Anfassen und Ausprobieren – und natürlich jede Menge Informationen rund um das Thema „Wellness – ... ich fühl mich besser!“. Man kann auch Kleinigkeiten kaufen, vielleicht auch große Dinge bestellen (Messerabatte sind möglich), Produkte verkosten und ausprobieren. Das Angebot hier in unserer Stadt ist äußerst vielfältig!

- Gastronomisches Angebot:

  Die AWO bietet die bewährten leckeren Torten an; auch gibt es köstlich belegte Brötchen, Kaffee und Kaltgetränke. Passend zum Thema Wellness kann man auch frisch zubereitete Kräutertees und Vitamindrinks kaufen (einen Saft „Frühlingskick“ gibt es mit Coupon zum Sonderpreis von 1 € statt 2 €).

  Ebenso wird Herr Maluche auf der Bowlingbahn ein gastronomisches Angebot für die Besucherinnen und Besucher bereithalten.

- Kinderprogramm (7 bis 11 Jahre):

  Kinderdisco (im Vorraum der Bowlingbahn) „Dancing for boys & girls“: mit Rosemarie Zeilfelder werden kleine Tänze eingeübt, am Freitag und Samstag jeweils von 15.00 Uhr bis 16.00 Uhr und von 16.00 Uhr bis 17.00 Uhr.

  Auch bietet die Bowlingbahn während der gesamten Messeöffnungszeiten ein Schnupperbowling für Groß & Klein an zum Ausprobieren, gegen Abend sogar mit Moonlight-Atmosphäre!

  Auf der Bowlingbahn gibt es für die Kinder kostenlos frisches Popcorn.

- Information & Wissen & Gewinnen

  Stündlich werden Fachvorträge zum Thema „Wellness & Gesundheit“ in dem kleinen Raum zwischen den beiden Ausstellungsräumen angeboten (siehe Extra-Übersicht); eventuelle Kosten für die Referenten werden auf alle umgelegt.
  Im Flur vor den Ausstellungsräumen wird verschiedenes Informationsmaterial bereitgehalten; z. B. von Sportvereinen, von der Stadt Helmstedt, von der Werbegemeinschaft (HE-Card, Einkaufsführer), Seniorenwegweiser, AWO-Angebote. Die AWO kann uns hierfür 2 Prospektständer ausleihen.

  Beim Gewinnspiel können Sachpreise der ausstellenden Firmen gewonnen werden. Das Gewinnspiel ist relativ einfach (es muss die richtige Anzahl der an den Ständen ausgestellten Messesymbole gefunden werden), es erfordert zur richtigen Beantwortung aber einen Rundgang durch die Ausstellungsräume. Das Gewinnspiel wird im Programmflyer angekündigt, und es werden mit den Flyern und vor Ort Gewinnspielkarten (DIN A 5) ausgelegt. Die Auswertung erfolgt im Nachhinein, sodass ein nachträglicher Pressetermin zur Gewinnübergabe der Hauptpreise möglich ist; die übrigen Preise werden von den Gewinnern in dem jeweiligen Geschäft abgeholt. Die Benachrichtigung der Gewinner erfolgt durch HE aktuell, bei mehreren richtigen Antwortkarten wird gelost.
  Die Gewinne werden auf der Messe ausgestellt, ebenso eine Liste mit den teilnehmenden Geschäften.

- Weitere Highlights

  Das Juliusbad bietet am Samstag von 10 bis 18 Uhr Sauna-Specials an: Beratung und Tipps zum richtigen Saunieren, besondere Aufgüsse und Wedeltechniken werden geboten – und das alles zum besonderen Messepreis von nur 8,80 € pro Person!

  Auf dem Vorplatz gibt es am Samstag eventuell ein besonderes sportliches Schmankerl: die Tischtennis-Teilnehmer der Paralympics zeigen ihr Können, und im Anschluss können alle Kinder gegen diese beiden Sportler ein TT-Kurzmatch bestreiten (Herr Heppner).

C. VORTRAGSREIHE

Zum Thema „Wellness ... ich fühl mich besser!“ werden verschiedene Fachvorträge angeboten.

Freitag, 21. März 2014

14 Uhr	Silke Giesler: Stuhlgymnastik und Gehirnjogging – Schnupperkurs
16 Uhr	Christiane und Peter Sgolik: Schlank & fit – mach mit!
17 Uhr	Gabriele Müller-Hunold: Zuckerkrank – selber schuld?
18 Uhr	Guido Ide: Arthrose (Titel fehlt noch!)

Samstag, 22. März 2014

11 Uhr	Silke Giesler: Stuhlgymnastik und Gehirnjogging – Schnupperkurs
12 Uhr	Harry Peter: Bequeme Schuhe für lebenslanges, fußgesundes Gehen
13 Uhr	Ulrike Ding-Schultz: verschiedene Entspannungstechniken
14 Uhr	Heide Haring: Körper & Seele reisen miteinander
15 Uhr	Marion Thiele: Lass den Atem fließen
16 Uhr	Tobias Klemm: Neue Techniktrends für Hörgeräte und: Informationen zu neuen Kassenleistungen

D. F.2. VERTEILER FÜR WERBEMITTEL

Flyer und Gewinnspielkarten (ab 24.02.14):

- alle 22 Messepartner
- Mehrgenerationenhaus
- 4 Pflegeheime
- 5 Grundschulen
- 4 Kitas
- Rathaus
- Info am Markt
- 2 Gymnasien
- Geschäfte in der Innenstadt
- Postfächer Ratsmitglieder
- Tankstellen
- Ärztehaus Edelhöfe
- Ärztehaus Piepenbrink
- Volksbank Kornstraße
- Sparkasse Gröpern
- Wohngebiete Ide, Schadebrodt, Messepartner
- Apotheken
- Volkshochschule
- Rheumaliga (über Frau Houschka)
- Spontanverteilung am Freitag und Samstag in der Fußgängerzone

Plakate DIN A 3 (100 Stück, ab 24.02.2014):

- alle Messepartner (AWO-Fenster + Bowlingcenter-Fenster!)
- Grundschulen/Kitas/Gymnasien
- Schaukästen Gröpern und Hausmannsturm
- Rathaus und Info am Markt (Litfasssäule!)

Plakate DIN A 1 (25 Stück):

- Hausmannsturm-Aufsteller der Werbegemeinschaft
- Aufsteller Frau Wagner
- Aufsteller Herr Franke
- Wer noch?

E. GEWINNSPIEL

1) Betten-Rust: 1 Daunendecke 135 x 200

2) Ihr Gesundheitsteam: 1 Kettler Fitness-Fahrrad

3) Duckstein-Reisen: 1 Wellness-Tagesfahrt in den Harz für 1 Person

4) Axel Ulrich: 1 Mini-Trampolin Fa. Trimlin

5) Hörgeräte Berger: 1 Spezialtelefon für ältere Menschen und Schwerhörige (Handy) im Wert von ca. 100 € oder einen Kopfhörer im Wert von 50 €

6) Oasa Salzgrotte: 1 Gutschein Salzgrotten-Besuch und 1 Gutschein Sole-Vernebelung

7) Fitline-Center: 1 Joghurtbereiter + Joghurtdrink

8) Natürlich Schön: 50 x „Collarium“ Collagen Ganzkörper Anti-Aging-Behandlung

9) Fa. Peiss: 10 Gutscheine Aloe Vera zu Sonderkonditionen und 15 Gutscheine „Weltneuheit“

10) Fitnessland: 10 Trinkflaschen und 1 Tageskarte

11) Nails & Spa: 1 Gutschein im Wert von 50 €

12) Bowling-Center: 4 Gutscheine für je 2 Bowlingbahnen mit Leihschuhen für 2 Stunden für max. 14 Personen

13) Physiotherapie Ide: 1Gymnastikset bestehend aus Pezziball, Theraband, Kleinhantel und Turnmatte

14) Podologie Laue: 1 Gutschein für eine Fußbehandlung