

# Alles für Gesundheit und Wohlbefinden

Auf der dritten Gesundheitsmesse „erding bleibt fit“ konnten sich Besucher rund um das Thema Gesundheit informieren

**Erding** – Über 5.000 Besucher nutzten das große Angebot der Aussteller auf der Gesundheitsmesse in Erding. Hier zeigten rund 35 Aussteller aus verschiedenen Bereichen des Gesundheitssektors, wie wichtig es ist, sich um die eigene Gesundheit zu kümmern. Angefangen bei Präventionsmaßnahmen, der wohl größte Bereich auf der Messe, bis hin zu gesunder Ernährung und Sport, war alles auf der Messe vertreten. So konnten die Besucher sich ausgiebig zu den Themen Gesundheit und Wohlbefinden beraten lassen.

Das Klinikum Landkreis Erding erläuterte den Besuchern verschiedene Behandlungsmöglichkeiten wie zum Beispiel bei Gelenkbeschwerden. Das BRK informierte die Besucher über ihre umfassende Ausstattung in der Notfallversorgung und verschiedene Aussteller kümmerten sich um das Thema gesunder Schlaf. Auch wer unter Rückenschmerzen leidet oder sich über Präventionsmaßnahmen informieren wollte war auf der Gesundheitsmesse genau richtig. Seeble Fußgesund versuchte mit Hilfe eines Fußscans Fehl-



Spannende Vorträge gaben den Besuchern Einblicke in verschiedenen Themen.

Foto: Mischke

stellungen festzustellen, um eine passende Einlage für den Schuh zu finden und so wiederum den Rücken zu schonen. Auch durch eine 3D Rückenvermessung konnten Fehlstellungen aufgespürt werden.

Das Netzwerk Gesundheit, ein Verein, der sich die Hilfe rund um Gesundheitsfragen auf die Fahne geschrieben hat, beriet die Messebesucher auf der „erding bleibt fit“. Die Apotheke im West Erding Park bot den Gästen eine kostenlose Handmassage zur Entspannung an. Wer sich über

Bluthochdruck informieren wollte, war ebenfalls am Stand der Apotheke richtig.

Die Vorträge auf der Gesundheitsmesse waren auch in diesem Jahr sehr vielfältig. Über Demenz, Homöopathie, Bewegung bis hin zur Schmerzbehandlung, konnten die Besucher Informationen erhalten. Experten berichteten über Methoden zur Gesundheitsverbesserung. Schließlich ist eine gesunde Lebensweise der Weg zu einem langen und glücklichem Leben.

im



## Wellness im Bayerischen Wald

Das Los fiel auf Agnes Sandner aus Zustorf. Sie war eine von 300 Gewinnspielteilnehmern auf der Gesundheitsmesse „erding bleibt fit“ und darf sich nun auf einen Aufenthalt über drei Nächte im Sporthotel Sonnenhof im Bayerischen Wald

freuen. Gemeinsam mit ihrem Mann Karl erwartet sie neben Halbpension ein ausgiebiges Wellnessangebot, Hallenbad und Sauna. Das Bild zeigt die glückliche Gewinnerin mit Franz Becker, Anzeigenverkaufsleiter des Hallo Erding.

Foto: Holzner

**20 JAHRE WILDCAT**

Webdesign  
Printdesign  
Foto und Video  
Hosting

[www.wildcat.media](http://www.wildcat.media)

**Kostenloser Abbau und Entsorgung der alten Küche!**  
(Beim Kauf einer neuen REDDY-Küche)

**REDDY KÜCHEN**  
neben Autohaus FORD EWALD  
Münchener Str. 53 · 85435 Erding  
Telefon 0 81 22 227 78 70 · [www.erding.reddy.de](http://www.erding.reddy.de)  
Öffnungszeiten: Montag-Freitag 10-19 Uhr  
Samstag 10-16 Uhr

## Speisenkarte!

Auch zum Mitnehmen

### Montag, 29. 2. 2016

Schinkennudeln, Spiegelei, Salat	€ 5,40
Makkaroni-Salami-Auflauf, Hackbällchen, Salat	€ 6,20
Schweinefiletspieß auf Curryreis, Salat	€ 7,50
Lendchenschnitzel, Pommes, Salat	€ 6,50

### Dienstag, 1. 3. 2016

Jungschweinebraten, Biersoße, Knödel, Salat	€ 6,50
Pichelsteiner Eintopf, Hausbrot	€ 5,70
Geräuchertes Wammerl, Knödel, Sauerkraut	€ 6,50
Cordon bleu, Pommes, Salat	€ 6,90

### Mittwoch, 2. 3. 2016

Topfen-Palatschinken, Kompott	€ 5,90
„Kalbsackerl“ in würziger Sahnesoße, Nudeln	€ 7,50
Krautwicklerl, Püree, Salat	€ 6,20
Minutenschnitzel, Pommes, Salat	€ 6,50

### Donnerstag, 3. 3. 2016

½ Hendl vom Grill, Kartoffelknödel, Salat	€ 6,90
Spaghetti-Bolognese, Salat	€ 5,90
Frische Schwammerl in Kräuterrahm, Knödel	€ 5,90
Milzwurst gebacken, Kartoffel-Gurkensalat	€ 5,90

### Freitag, 4. 3. 2016

Kalbsrahmgulasch, Spätzle, Salat	€ 7,50
Käsespatzen, Salat	€ 5,90
Schachlikfleisch, Nudeln, Salat	€ 6,30
Schnitzel Wiener Art, Pommes, Salat	€ 6,50

### Samstag, 5. 3. 2016

Curry-Wurst, Pommes, Salat	€ 6,20
Bratwürste, Püree, Sauerkraut oder Salat	€ 6,20
Schnitzel, Pommes, Salat	€ 6,50
Schweinebraten, Krustenbraten, Knödel, Salat	€ 6,50



## Familie Schachtl

Eigene Metzgerei – Ausbildungsbetrieb  
Mitglied der Metzger-Innung Erding  
85435 Erding – Am Gries 2 – 081 22/96 28 00

„Altbayerische Wurstwaren von Ihrem Metzgermeister Peter Schachtl“

Spitzenqualität von Ihrem Metzgermeister!

<b>Meister-Hackfleisch</b> gemischt von Rind und Schwein 100 g <b>-.79</b>	<b>Schachtl's Milzwurst</b> 100 g <b>-.79</b>
<b>Gyrosgeschnetzeltes</b> 100 g <b>-.99</b>	<b>Meisteraufschnitt</b> 100 g <b>1.20</b>
<b>Oberschalenschnitzel</b> 100 g <b>-.99</b>	<b>Kalbfleisch-Leberwurst</b> im Golddarm 100 g <b>1.39</b>
<b>Putenbrustfilet</b> 100 g <b>1.39</b>	<b>Erdinger Backschinken</b> 100 g <b>1.79</b>
<b>Rinderschulter</b> ideal zum Braten 100 g <b>1.39</b>	<b>Emmentaler</b> 45% Fett i. Tr. 100 g <b>-.99</b>

Markthaus-Spezialitäten

Panierte <b>Schnitzel</b> & <b>Cordon bleu</b> 100 g <b>1.20</b>
--

Ihr Einkauf wird belohnt!

Sammeln Sie bei jedem Einkauf in unserer Metzgerei und Bäckerei Stempel. Wenn Ihr Stempelheft voll ist, vergüten wir Ihren nächsten Einkauf mit **5,- Euro**. Nähere Infos erhalten Sie im Laden!

Bäckerei - Tel. 0 81 22/89 25 89

<b>Kartoffelbrot</b> 500 g <b>2.49</b>
Saftige <b>Apfelschnitte</b> 1 Stück <b>1.79</b>

Obst & Gemüse – Ibrahim Erbil  
Tel. 0 81 22/55 96 43

Jetzt Vitamine tanken:  
exot. Früchte, Moro-, Tarocco-, Navelorangen.  
Bitterorangen für Orangenmarmelade

Hummer & Harke  
Fischfeinkost ☎ 0 81 22/8 61 96

<b>Skrei-Filet</b> mit Haut 100 g <b>2.29</b>
--

täglich warmer Imbiss  
auch zum Mitnehmen  
Fr. + Sa. hausgem. Fischsuppe