

am 26. und 27. Oktober 2013
im Textilwerk-Spinnerei Bocholt
von 10.00 – 18.00 Uhr



» 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, Kosmetik, 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: Exklusive Modenschau, Lu Jong – tibetische Bewegungslehre zum Mitmachen, Tanzaufführungen

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