

Gesund Leben 2015 – Freitag, 06. - Sonntag, 08. November 2015, Messe Wels

Der Countdown läuft...am Freitag öffnet die Gesund Leben ihre Türen!

Die Gesund Leben bietet auch dieses Jahr vom **6. bis 8. November** alles zum Thema Gesundheit, Wellness, Beauty, Ernährung und Sport. Neben den rund 200 Ausstellern finden auch über 150 verschiedene Fachvorträge zu den jeweiligen Themen statt. Gesundheitsexperten wie **Prof. Hademar Bankhofer**, renommierte Ärzte und Bestsellerautoren, wie Psychologin **Prof. Dr. Leibovici-Mühlberger**, Kräutereexpertin **Karoline Postlmayr** oder Backprofi **Christian Ofner** sind zu Gast in Wels. **Landeshauptmann Dr. Josef Pühringer** diskutiert am Freitag mit Silvia Gürtenhofer und Mag. Martina Honsig von Gesundes Oberösterreich über die Gesundheit der Kinder in unserem Bundesland.

Natürlich kommt die eigene Gesundheit nicht zu kurz. Auf **Österreichs größter Gesundheitsstraße** können die Messebesucher diverse Vorsorgetests absolvieren und auf eine kompetente Fachberatung zurück greifen. Der Gesundheitsdienst der Stadt Wels bietet zudem eine kostenlose Impfberatung an. Hierzu ist die Impfkarte erforderlich.

Einmaliges Aktivprogramm

Das facettenreiche Rahmenprogramm bietet auch ein abwechslungsreiches Aktivprogramm. Rund 20 spannende **Sportstationen** der Welser Vereine laden zum Mitmachen und Ausprobieren ein. Von Klettern über Badminton, Tennis oder Fechten – für Klein und Groß ist alles dabei!

Bei sanfterer Fitness wie Yoga, Pilates, Qi Gong oder anderen Bewusstseinsaktivitäten können sowohl Erwachsene als auch Kinder in der **Body & Mind Area** entspannen und Stress abbauen. Für die Teilnahme sind keinerlei besondere Vorkenntnisse von Nöten.

Im **Kochstudio** zeigen Profis unter dem Deckmantel „Kochen & Genießen“ einfache Tipps und Tricks für eine gesunde Küche. Themen wie spezielle Ernährungsbedürfnisse, vegane Küche, Biogebäck oder sinnvolles Würzen stehen hier im Vordergrund. Für Besucher, die sich verändern wollen, ist die **kreativ-für-dich Bühne** der richtige Anlaufpunkt. Exklusive **Vorher-Nachher-Shows** bieten in Absprache mit Stylisten die perfekte Möglichkeit eines gänzlichen Umstylings. Diese Momente werden von professionellen Fotografen festgehalten.

Die Gesund Leben 2015 bietet allen Messebesuchern eine einmalige Gelegenheit, sich der Gesundheitsvorsorge zu widmen und das Wohlbefinden zu fördern. Die neuen Themenbereiche rund um **Beauty & Vital, Wellness & Wohnen, Bio & Fair** sowie **Körper, Geist und Seele** leisten ihr übriges dazu.

Alle Informationen und Vorverkaufstickets unter www.gesundheitsmesse.at

Gesund Leben

6. bis 8. November 2015

Freitag 10 – 18 Uhr

Samstag & Sonntag 9 – 18 Uhr

www.gesundheitsmesse.at