

Essen, 9. November 2019

Mode Heim Handwerk 2019

Tipps und Trends für ein gesundes und aktives Leben bis ins hohe Alter

Prävention, Vorsorge, gute Ernährung, Fitness, Sport und Gesundheit

Sportbegeistert und gesundheitsbewusst: Menschen, die Wert auf Bewegung und einen gesunden Lebensstil legen, sind auf der Mode Heim Handwerk vom 9. bis zum 17. November genau richtig. Auf NRW's größter Verbrauchermesse geht es zum 50. Jubiläum einmal mehr um Gesundheit, Wohlbefinden, Sport und die passende Ausstattung dazu. Der Essener Sportbund zeigt eine Auswahl seines Vereinsprogramms. Selbsthilfegruppen informieren über ihr Angebot. Mit der Veranstaltung „Gesund & Aktiv – Fokus Lebensqualität“ findet pünktlich zum Messestart an vier Tagen ein Forum für mehr Vitalität und den bewussten Umgang mit der eigenen Gesundheit statt.

In Halle 7 präsentiert sich der Essener Sportbund mit mehr als 80 Vereinen, die einen großen Teil des organisierten Sports in der Ruhrgebietsmetropole abdecken – darunter auch die Reha- und Gesundheitssparte.

Auf der zentralen Aktionsfläche wird getanzt, geturnt, gekickt und vieles mehr. Auf dem Programm steht unter anderem Inline-Skate-Hockey, Square Dance, Boxen, Handball, Judo und Fußball für die Kleinsten. Die Bogenschützen tragen während der Laufzeit einen Schau-Wettkampf aus. Besucher haben darüber hinaus die Möglichkeit, selbst aktiv zu werden und einzelne Sportarten zu testen – etwa Snooker oder Tischtennis. Am Mittwoch, dem 13. November, findet der Tag der Generationen statt mit Gymnastik und Tanz und einem speziellen Sportprogramm für Senioren.

Auf geht's zum Messespaziergang

Ab Samstag, dem 9. November, lädt die Initiative „Willst du mit mir gehen“ täglich zu Spaziergängen über das Messegelände ein. Bei dem Projekt, das 2012 ins Leben gerufen wurde, treffen sich Senioren und ihre Laufpaten in verschiedenen Essener Stadtteilen zu gemeinsamen Spaziergängen. Diesmal führt eine Runde über die Mode Heim Handwerk: Die Mitmachaktion beginnt am Treffpunkt in Halle 7, Stand



MESSE ESSEN GmbH
Messeplatz 1
45131 Essen | Germany
Presse-Kontakt | Press Contact
Viktoria Risthaus
Fon + 49.(0)201.72 44-466
viktoria.risthaus@messe-essen.de
Presse-Assistenz | Press Assistance
Claudia Brügger
Fon + 49.(0)201.72 44-244
Fax + 49.(0)201.72 44-249
presse@messe-essen.de
Presse-Fotoservice |
Press Photo Service
Rainer Schimm
Fon + 49.(0)201.72 44-247
rainer.schimm@messe-essen.de
www.messe-essen.de
www.die-urlaubswelt.de
Veröffentlichung kostenfrei –
Beleg erbeten
Publication free of charge –
Copy requested

GO3. Die Touren starten von Samstag (9. November) bis Dienstag (12. November) jeweils ab 14 Uhr, von Mittwoch (13. November) bis Sonntag (17. November) jeweils ab 10 Uhr.

Rundum wohler fühlen: Sonderschau „Gesund & Aktiv – Fokus Lebensqualität“

Die Sonderschau „Gesund & Aktiv – Fokus Lebensqualität“ findet vom 9. bis 12. November 2019 in Halle 2 statt und beinhaltet Tipps und Trends für ein gesundes und vitales Leben. Aussteller informieren zu Themen wie Diabetes, Zahnpflege oder einer vollwertigen Küche. Besucher können vor Ort den Blutdruck und Blutzuckerspiegel messen oder einen Hörtest machen. Es gibt Vorträge und Diskussionsrunden. Außerdem erklären Fachleute, worauf bei der Wahl eines Pflegedienstes zu achten ist.

Neben in der Galeria präsentieren sich zahlreiche Selbsthilfegruppen sowie der Verein WIESE, der als professionelle Einrichtung die Selbsthilfearbeit in Essen unterstützt. Die einzelnen Gruppen, die mit einem Stand auf der Mode Heim Handwerk vertreten sind, bieten einen ersten Erfahrungsaustausch zwischen Menschen, die die gleiche Krankheit oder ein ähnliches Thema beschäftigt, etwa Rheuma, Schlaganfall oder Sucht.

Weitere Informationen und Tickets unter www.mhh-essen.de

Bildmaterial und Videos unter: www.messe-essen-mediacyber.de