

Presseinformation, Frankfurt, 15.02.2024

## **Es reicht nicht nur ein Apfel am Tag. – Die gesund leben Messe bietet umfangreiche Einblicke in Gesundheit, Ernährung und Fitness**

Am 24. und 25. Februar 2024 dreht sich auf der Informations- und Erlebnismesse gesund leben in der Jahrhunderthalle Frankfurt wieder alles um die Gesundheit. Zwei Tage lang erwartet die Besuchenden ein vielfältiges und abwechslungsreiches Programm. Insgesamt sechs Themenwelten informieren über Gesundheit, Ernährung, Fitness, Lifestyle, Reisen sowie Wellness & Beauty und bieten dazu eine Vielzahl an Vorträgen, Gesundheitschecks, sportlichen Workouts sowie die Präsentation von über 80 Ausstellenden.

### **Geballtes Expertenwissen aus dem Rhein-Main-Gebiet**

In rund 60 Vorträgen von zahlreichen bekannten Ärztinnen und Ärzten aus dem Rhein-Main-Gebiet können sich Interessierte über verschiedene Krankheiten und Behandlungsmöglichkeiten informieren – von Arthrose und Brustkrebs bis hin zu Volkskrankheiten wie Rückenschmerzen, Fehlsichtigkeit und Reflux (<https://gesundleben-messe.de/vortragsprogramm/>). Im Anschluss an jeden Vortrag können sich die Zuhörenden an die Referentinnen und Referenten wenden, um offene Fragen zu klären. Erwartet werden unter anderem Chefärztinnen und Chefarzte der Kliniken Artemis, Bürgerhospital Frankfurt, DGD Hohe Mark sowie DGD Sachsenhausen, Liliu Klinik, dem varisano Klinikum Frankfurt Höchst und dem St. Vinzenz-Krankenhaus Hanau. Das breitgefächerte Angebot zog letztes Jahr über 4.000 Besucherinnen und Besucher an.

### **Kostenlose Gesundheitschecks nutzen**

Neben den bereits erwähnten Kliniken präsentieren sich ebenfalls Anbieter mit Gesundheitsprodukten und Dienstleistungen, die AOK Hessen, verschiedene Vereine, Betten Günther oder Step Forward. Erstmals dabei: Sissel – die schwedische Gesundheitsmarke mit mehr als 150 Produkten rund um gesundes Schlafen, Sitzen, Bewegen und Wohlfühlen. Und wer Informationen zum Thema Pflege sucht: bei Brinkmann Pflegevermittlung sowie dem Pflegedienst Domo 24 wird man fündig. Wertvolle Tipps zu Ernährung und Nahrungsergänzung gibt es ebenso wie Infos rund um Stressbewältigung sowie Hörberatung. Hinzu kommen insgesamt 24 weitestgehend kostenlose Gesundheitschecks, darunter Blutdruck- und Blutzuckermessung, Testosteronbestimmung, Hörtests oder Stoffwechselanalysen. Zusätzlich besteht die Möglichkeit, einen Rettungswagen des ASB zu besichtigen. Die Gesundheitschecks sind hier zu finden: <https://gesundleben-messe.de/wp-content/uploads/2024/02/Gesundheitschecks.png>

### **...oder gleich selbst aktiv werden**

Wer gleich selbst aktiv werden möchte, nutzt das zweitägige Fitnessprogramm. Ob Bootcamp, Rückenfit, Yoga & Meditation oder Laufschiule – auf der gesund leben können Besuchende vieles selbst ausprobieren. Die Kurse werden von lizenzierten Trainerinnen und Trainern sowie Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten durchgeführt. Hierzu benötigt es Sportkleidung; Umkleidemöglichkeiten stehen zur Verfügung und sind ausgeschildert. Informiert wird zudem über die besten Trainingsmethoden beim Laufen oder Gesundheitssport speziell für den Rücken, über Sportnahrung, Fitness-Studios und -Events. Weitere Details zu den Kursen, Zeiten und der erforderlichen Sportkleidung können auf <https://gesundleben-messe.de/fitnessprogramm/> nachgelesen werden.

Weiterführende Informationen zur Messe sind hier zu finden: <https://gesundleben-messe.de/>

Pressefoto: Pressebilder und das Messelogo sind zum Download verfügbar unter [www.gesundleben-messe.de/presse](http://www.gesundleben-messe.de/presse)

### Eckdaten gesund leben Messe

Ort: Jahrhunderthalle Frankfurt, Eingang Kasino  
Pfaﬀenwiese 301, 65929 Frankfurt am Main

Öﬀnungszeiten: Samstag, 24.2. bis Sonntag, 25.2.2024, jeweils 10 bis 18 Uhr

Zahlen & Eckdaten: 80 Ausstellende, 60 Expertenvorträge, 15h Fitnessprogramm und mehr

Tickets:

	Online	Tageskasse
Tageskarte pro Person	9,00 €	12,00 €
Tageskarte ermäßigt (Schüler, Auszubildende, Studenten, Schwerbehinderte ab GdB 50)	5,00 €	8,00 €
Kinder bis einschl. 14 Jahre und Begleitpersonen von Schwerbehinderten	kostenlos	kostenlos

Web: [www.gesundleben-messe.de](http://www.gesundleben-messe.de); [www.facebook.com/gesundlebenmesse/](https://www.facebook.com/gesundlebenmesse/);  
[www.instagram.com/gesundlebenmesse/](https://www.instagram.com/gesundlebenmesse/)

Veranstalter: Frankfurter Messe & Event GmbH

Akkreditierung: vorab online unter [www.gesundleben-messe.de/presse](http://www.gesundleben-messe.de/presse) oder direkt vor Ort

Pressekontakt: Bianca Haag, Leitung Unternehmenskommunikation & Messen  
Mediengruppe Frankfurt  
069/7501-4262  
[bianca.haag@mediengruppe-frankfurt.de](mailto:bianca.haag@mediengruppe-frankfurt.de)

Tickets zu Verlosungszwecken können unter [info@gesundleben-messe.de](mailto:info@gesundleben-messe.de) angefragt werden.