



Auf der Messe „gesund & aktiv“ können sich die Besucher an über 50 Messeständen und bei einem vielseitigen Vortrags- und Bühnenprogramm rund um das Thema Gesundheit informieren.

Fotos: Ramona Theiss

## Von Kopf bis Fuß alles für das Wohlbefinden

Nach mehr als zwei Jahren findet sie endlich wieder statt: Die Messe „gesund & aktiv“ öffnet am 21. und 22. Mai von 11 bis 18 Uhr ihre Pforten im Forum am Schlosspark. Mehr als 50 Aussteller liefern den Besuchern an diesen zwei Messetagen fundierte Informationen zu den Themen Gesundheit, Fitness, Entspannung und Ernährung.

Zwei Tage lang können sich Besucher im Forum am Schlosspark in Ludwigsburg an zahlreichen Messeständen rund um das Thema Gesundheit informieren. Bereits zum 12. Mal veranstaltet die Ludwigsburger Kreiszeitung gemeinsam mit dem Gesundheitszentrum Ludwigsburg und der AOK Ludwigsburg-Rems-Murr als Gesundheitspartner die Messe „gesund & aktiv“.

Interessierte aller Altersgruppen erwarten zwei abwechslungsreiche Messetage, an denen mehr als 50 Aussteller Informationen und Angebote aus den Bereichen Gesund-

heit, Vorsorge, Naturheilkunde, Ernährung, Fitness und Entspannung präsentieren. Neben Beratungsgesprächen und Angeboten, die zum Ausprobieren einladen gibt es für die Messebesucher zahlreiche weitere Angebote, mit denen sie den eigenen Körper besser kennenlernen und auf den Prüfstand stellen können. Darüber hinaus können sie eine Vielzahl von Produkten vor Ort käuflich erwerben und von günstigen Messepreisen profitieren.

Vertiefende Informationen bietet das breite Vortragsspektrum an beiden Messetagen, an denen Experten

unter anderem über „Schilddrüsenerkrankungen: Wann sollte operiert werden“, „Durch Behandlung von Muskelfaszien zur Schmerzfreiheit in Rücken und Gelenken“ und „Wie Sie trotz Arthrose wieder voll belastbar und schmerzfrei werden können“ sprechen.

### Vertiefende Informationen bei spannenden Expertenrunden

Des Weiteren werden sowohl am Samstag als auch am Sonntag spannende Expertenrunden angeboten. Am Samstag referieren um 11.45 Uhr Laura Glaser, leitende Physiotherapeutin bei Medikus GmbH - Physio & Reha im Gesundheitszentrum Ludwigsburg, und Dr. med. Steffen Jehmlich, Leitender Arzt Schulter-Elfenbogenchirurgie mit Schwerpunkt Schulterchirurgie in der Orthopädischen Klinik Markgröningen über das Thema „Die operative und konservativen Möglichkeiten der Schulterchir-

urgie“. Um 14 Uhr geht es weiter mit der Expertenrunde „Was tun bei Kniearthrose: Wie bekommt man die Schmerzen in den Griff? Welche Möglichkeiten gibt es eine Prothese zu vermeiden?“, in der Benjamin Feilmeier, leitender Physiotherapeut bei Medikus GmbH - Physio & Reha im Gesundheitszentrum Ludwigsburg und Dr. med. Jörg Richter, Ärztlicher Direktor der Orthopädischen Klinik Markgröningen ihr Expertenwissen mit dem Publikum teilen werden.

Am Sonntag sprechen um 14 Uhr Dr. med. Ullrich Höpner und Dr. med. Philipp Saur, die gemeinsam die gleichnamige Urologische Praxis führen, über das Thema „Alles was Mann über die Prostata wissen sollte“.

Außerdem wird es bei der „gesund & aktiv“ wieder ein Messespiel geben. Hier gilt es, verschiedene Fragen zum Thema Gesundheit zu beantworten. Und wer die Antworten nicht weiß, der findet sie bei genau-

em Hinsehen auf dem gesamten Messegelände. Die Teilnahmekarten sind am Eingang erhältlich und wer die Karte ausgefüllt hat, steckt sie einfach in die Gewinnspielbox. Die Teilnahme lohnt sich also nicht nur aufgrund der spannenden Informationen, sondern mit ein bisschen Glück gibt es tolle Preise zu gewinnen, wie zum Beispiel eine Halbjahresmitgliedschaft im Gesundheitszentrum Life. Für den kleinen und großen Hunger bietet das von Better Taste geführte Restaurant Danza verschiedene Speisen auf dem Messegelände an. (isg)

**INFO:** Die „gesund & aktiv“ findet am Samstag, 21., und Sonntag, 22. Mai, jeweils von 11 bis 18 Uhr im Forum am Schlosspark statt. Die Tageskarte kostet drei Euro und ist vor Ort an der Kasse erhältlich. Eine Übersicht über die Aussteller sowie das Vortrags- und Rahmenprogramm gibt es online auf [www.lkz.de/gesund](http://www.lkz.de/gesund).

### ZAHLEN UND FAKTEN

- Die Messe „gesund & aktiv“ findet in diesem Jahr zum 12. Mal statt.
- Über 50 Aussteller aus den Bereichen rund um Gesundheit und Wohlbefinden informieren die Besucher.
- 17 Bühnenprogrammunkte an den beiden Messetagen bieten den Besuchern Unterhaltung und Information.
- 5 spannende Expertenrunden und zahlreiche Vorträge bieten den Messebesuchern vertiefende Informationen.
- Beim Messespiel gibt es viele wertvolle Informationen und natürlich auch tolle Preise zu gewinnen.

#### Unsere Aussteller:

- 3S Treppenlifte
- AOK – Die Gesundheitskasse Ludwigsburg-Rems-Murr
- Aqualogik GmbH & Co. KG
- BÄR GmbH
- BEMER Michaela Wieland
- Bestattungen Ivancic
- BodyPlanet
- CERAMICO
- Charlottenklinik für Augenheilkunde
- Cochlea Implantat Baden-Württemberg e.V
- Coloplast GmbH

- ConHestia GmbH
- Denticus Praxisklinik
- der Hochgenuss
- Energetix-Magnetschmuck
- Fam. Bach
- Fitline
- Gesundheitsforum Zollernalb
- Gesundheitszentrum Ludwigsburg
- GIS Insektenschutz
- golden alpaca
- hairfree Institut
- Hansemühle
- Haus Edelberg Ambulante Pflegedienste & Seniorenzentren

- Hyla Handelsvertretung Catalano
- Intensivpflegedienst Lebenswert
- Junge Bestattungen
- Lifestyler – Andrea Grübel
- Modu-Wohl
- myline
- Mylius Apotheke
- NeGeS – Netzwerk Gesundheit und Selbsthilfe
- SHG Mobbing
- SHG Aphasie und Schlaganfall
- SHG Polio
- Kreisseniorenrat

- Stadtseniorenrat
- Pflegestützpunkt
- AK Sucht
- physioAesthetic
- Pudel – Einfach besser laufen
- Reichardt Coaching
- Restless-Legs-Selbsthilfegruppe
- Ringana Ralph + Cornelia Meyer
- Rockstroh Orthopädiestechnik
- Sandra Büchele – Beratung, Coaching, Therapie | Praxis für Hypnosetherapie
- Solid Rings

- Stadtwerke Ludwigsburg-Kornwestheim GmbH
- Sylvia Knorr Naturheilkunde
- Vorwerk Deutschland Petros Morfis
- Wenatex Handelsvertretung Günther
- WOTSUN® (Änderungen vorbehalten)

Eintritt 3 Euro  
[lkz.de/messen](http://lkz.de/messen)