

„Sprechstunde“ auf der preventiKA

Gesundheits-Experten stehen den Messebesuchern Rede und Antwort

- Über 30 Vorträge im Publikumsforum
- Gesprächstermine mit Medizinern auf der Messe
- Themen rund um Ernährung, Bewegung und Entspannung
- Termin: 25. bis 27. September 2009
- Ort: Messe Karlsruhe, Messeallee 1, 76287 Rheinstetten

Karlsruhe, 20. August 2009.

Wer es in Sachen Gesundheit genauer wissen will, ist auf der preventiKA – Messe für Gesundheit und Prävention – genau richtig. An drei Tagen informieren Mediziner und Experten in über 30 Vorträgen über aktuelle Gesundheitsthemen. Wem das nicht genügt, der kann auf der preventiKA das direkte Gespräch mit den Experten suchen. Viele Referenten des Publikumsforums stehen nach ihren Vorträgen, den Besuchern Rede und Antwort. Darüber hinaus können die Besucher erstmals bereits im Vorfeld Gesprächs-Termine mit Ärzten vereinbaren. An allen drei Tagen können sie mit einem Mediziner der Medizinakademie DRK – Kreisverband Karlsruhe sprechen. Die „Sprechstunde“ dauert 15 Minuten und wird in einer Beratungskabine auf der Messe durchgeführt, so dass Diskretion gewahrt werden kann. Es sind insgesamt neun Ärzte aus verschiedenen Bereichen wie Augenheilkunde, Innere Medizin, Kardiologie, Intensivmedizin, Impfungen, Allergologie, Schmerztherapie, Labormedizin, Hygiene- und Umweltmedizin, Mikrobiologie und mehr. Beratungstermine gibt es an allen drei Messetagen von 10.00 bis 17.45 Uhr, alle 15 Minuten. Termine können mit Johanna Flassak vom DRK ausgemacht werden. Telefon: 0721 955 95 181, Email: service@drk-karlsruhe.de.

Im Publikumsforum der preventiKA sprechen erfahrene Ärzte und Vertreter von Verbänden sowie Gesundheitseinrichtungen, darunter der Deutsche Diabetiker Bund, der Verband der Osteopathen Deutschland und das Deutsche Rote Kreuz. Mitgestaltet hat das Vortragsprogramm die AOK – die Gesundheitskasse Mittlerer Oberrhein. Zudem gibt es wieder die SWR4 Gesundheitsforen mit Baden Radio.

Die preventiKA öffnet vom **Freitag, 25. September, bis Sonntag, 27. September**, zum dritten Mal ihre Tore. Sie ist die größte Messe für Gesundheit und Prävention im Südwesten Deutschlands und die einzige Publikumsmesse, die ihren Schwerpunkt auf das Vermeiden von Krankheiten legt. Parallel dazu findet die ÄSTHETIK-KA, Messe für ästhetische Medizin, Schönheit und Wohlbefinden statt.

Thema Ernährung im Publikumsforum

Einen großen Einfluss auf unser körperliches und sogar psychisches Wohlbefinden hat unsere Ernährung. Das richtige Essen in der richtigen

25.-27. September 2009
Messe Karlsruhe

PRESSE

Kontakt:
Angela Hammer
Tel.: +49 (0) 721-3720-2305
Fax: +49 (0) 721-3720-2319
angela.hammer@kmsg.de

KONGRESSZENTRUM KARLSRUHE
Karlsruher Messe-
und Kongress-GmbH
Festplatz 9
76137 Karlsruhe
T +49 721 3720-0
F +49 721 3720-2116
E info@kmsg.de

MESSE KARLSRUHE
Messeallee 1
76287 Rheinstetten
T +49 721 3720-5000
F +49 721 3720-5494

GESCHÄFTSFÜHRUNG
Britta Wirtz (Sprecherin)
Klaus Hoffmann

VORSITZENDE DES AUFSICHTSRATS
Bürgermeisterin
Margret Mergen

Reg.-Ger. Mannheim
HRB 100147

MITGLIED
AUMA | FKM | GCB | IDFA | EVVC

www.messe-karlsruhe.de
www.preventika.de

Menge hält fit und hilft dem Körper Krankheiten abzuwehren. Schlechte, einseitige Ernährung macht hingegen langfristig weniger leistungsfähig oder sogar krank. Viele Vorträge im Publikumsforum thematisieren daher Ernährungsfragen: „Trinken Sie sich fit und schön“ ist der Titel eines Vortrags am Freitag, 25. September, um 11.30 Uhr. Am Samstag geht es um 11.30 Uhr um Power-Food für sportliche Leistung.

„Gesund zu sein bedarf es wenig, wer roh isst, ist ein König“ ist der vielversprechende Titel des ersten Vortrags am Sonntag um 10.30 Uhr. Am selben Tag findet um 14.30 Uhr ein Vortrag zum Thema „Küche und Esstisch als Ort der Prävention“ statt. Live gekocht wird auf der preventika zudem jeden Tag von 12.30 Uhr bis 13.00 Uhr.

Thema Bewegung im Publikumsforum

Der menschliche Körper ist auf Bewegung ausgerichtet. Die meisten Menschen verbringen jedoch viel Zeit sitzend im Büro oder zu Hause. Rückenschmerzen, Haltungsfehler und Übergewicht sind quasi vorprogrammiert. Zum Thema Bewegung wird es an allen drei Messetagen Vorträge sowie Mitmach- und Bewegungsangebote geben. Ein Highlight ist der Vortrag „Nordic Walking aber richtig“ am Freitag, 25. September um 15.30 Uhr. Am gleichen Tag um 17 Uhr gibt es für alle Lauf-Fans den Beitrag „Laufen mit Köpfchen – hier sind die Gesundheitstipps“. Am Samstag geht es um 13.30 Uhr um Bewegung und Diabetes und „Yoga – warum so viele darauf schwören“ ist um 15.30 Uhr angesagt.

Medizinische Themen

Wertvolles Fachwissen zur Vermeidung beziehungsweise Heilung von Krankheiten liefert eine Vielzahl der preventika Beiträge. So fragt SWR4 Baden-Württemberg Baden Radio am Freitag, 25. September, um 14 Uhr, nach den „Möglichkeiten und Grenzen der Traditionellen Chinesischen Medizin“. Am Freitag um 16 Uhr diskutieren dann beim zweiten SWR4 Gesundheitsforum Experten über die „Möglichkeiten und Grenzen der plastisch-ästhetischen Chirurgie“.

Weitere Highlights sind die Vorträge „Verhinderung von Herzinfarkt und Schlaganfall“ am Sonntag, 27. September, 15.30 Uhr, und „Wie sinnvoll ist vorbeugender Impfschutz?“ am Sonntag, 27. September, 16.30 Uhr.

presentika – Bewegungsangebote zum Mitmachen

Auf der Präsentationsfläche presentika führen Vereine Tanz- und Bewegungsangebote vor und laden zum Mitmachen ein. Die Vereinsinitiative Gesundheitssport e. V. stellt in Kooperation mit der AOK am Freitag, 25. September, um 14.45 Uhr Pilates vor. Pilates ist ein Krafttraining das ohne Geräte ausgeführt wird und vor allem die Körperhaltung verbessern soll. Um etwa 15.15 Uhr können die Besucherinnen und Besucher Geist und Körper mit Qi Gong und Tai Chi in Einklang bringen. Qi Gong und Tai Chi sind Konzentrations-, Atem- und Bewegungsübungen, die in China entstanden sind. Sie steigern das Wohlbefinden und können Krankheiten vermeiden.

Bereits zum zweiten Mal finden die Karlsruher Gesundheitstage im Rahmen der preventika statt. Veranstalter ist MOUGEY Beratung & Service für die Gesundheit. Die Karlsruher Gesundheitstage wollen Menschen motivieren, sich aktiv für die eigene Gesundheit einzusetzen und somit einen wertvollen Beitrag für das eigene Wohlbefinden zu leisten.

KONGRESSZENTRUM KARLSRUHE

Karlsruher Messe-
und Kongress-GmbH
Festplatz 9
76137 Karlsruhe
T +49 721 3720-0
F +49 721 3720-2116
E info@kmg.de

MESSE KARLSRUHE

Messeallee 1
76287 Rheinstetten
T +49 721 3720-5000
F +49 721 3720-5494

GESCHÄFTSFÜHRUNG

Britta Wirtz (Sprecherin)
Klaus Hoffmann

VORSITZENDE DES AUFSICHTSRATS

Bürgermeisterin
Margret Mergen

Reg.-Ger. Mannheim
HRB 100147

MITGLIED

AUMA | FKM | GCB | IDFA | EVVC

www.messe-karlsruhe.de
www.preventika.de

Weitere Informationen, Bilder und einen Film über die preventika finden Sie unter www.preventika.de.

Informationen zur parallel stattfindenden ÄSTHETIK-KA – Messe für ästhetische Medizin, Schönheit und Wohlbefinden sind im Internet unter www.aesthetik-ka.de zu finden.

KONGRESSZENTRUM KARLSRUHE

Karlsruher Messe-
und Kongress-GmbH
Festplatz 9
76137 Karlsruhe
T +49 721 3720-0
F +49 721 3720-2116
E info@kmsg.de

MESSE KARLSRUHE

Messeallee 1
76287 Rheinstetten
T +49 721 3720-5000
F +49 721 3720-5494

GESCHÄFTSFÜHRUNG

Britta Wirtz (Sprecherin)
Klaus Hoffmann

VORSITZENDE DES AUFSICHTSRATS

Bürgermeisterin
Margret Mergen

Reg.-Ger. Mannheim
HRB 100147

MITGLIED

AUMA | FKM | GCB | IDFA | EVVC

www.messe-karlsruhe.de
www.preventika.de