

## MEDIEN-INFORMATIONEN

### **RUHR MEDICINALE . Essen 2019 / Spezialthemen**

*Für Groß und Klein, Jung und Alt gibt es auf der RUHR MEDICINALE auch einiges zu entdecken. Aktionen und Mitmachangebote der Aussteller an ihren Ständen oder einfach nur der Genuß leckerer Speisen aus regionalen Produkten.*

#### **Yoga -gesund - Es ist nie zu spät!**

Für einen abwechslungsreichen Yoga-Nachmittag sorgt auf der RUHR MEDICINALE Eun Mie Anne Thile. Die Liste ihrer Qualifikationen ist lang, und mit ihrem Team bringt die Yoga-Lehrerin Anfängern wie fortgeschrittenen Yogis gleichermaßen den Spaß an gedehnten Bewegungen bei.

#### **Kinderspaß mit Spiel- und Sportangeboten**

Während sich die Erwachsenen um die Gesundheit der Familie kümmern, genießen die Kinder die Zeit bei der RUHR MEDICINALE mit betreuten Spiel-, Sport und Erlebnis-Aktionen, die der ESPO anbietet.

#### **An apple every day ... gesund, regional und lecker**

Eine gesunde Küche, mit regionalen Produkten zubereitet: Bei der RUHR MEDICINALE bilden die Gastronomie „Essbar - gesund essen“ und der „Oberschuirshof“ ein Tandem und zaubern leckere Überraschungen rund um den Apfel! „Und der gesunde Apfelsaft wird frisch auf der Messe gepresst. Außerdem präsentieren sich die „Feldfreunde“, die am Oberschuirshof in der Freizeit ihr eigenes Gemüse anbauen, und beim Projekt „Miethühner“ lernen wir das sonst oft so wild flatternde Federvieh mal von einer ganz anderen, therapeutischen Seite kennen.