

((Titel))

precura 2023 im HB Zürich: Kostenlose Check-ups

((Teaser))

Nie zuvor gab es so viele kostenlose Gesundheitschecks, wie an der diesjährigen Präventionsmesse precura, welche vom 3. – 5. November 2023 im HB Zürich stattfindet. Die Veranstaltung ist täglich von 11.00 bis 19.00 Uhr geöffnet. Der Eintritt ist kostenlos.

((Text))

Seit mehr als siebzehn Jahren ist die Publikumsmesse precura mit der parallel stattfindenden expo-50plus eine wichtige Informationsquelle im HB Zürich. Die Messegäste profitieren diesmal von noch mehr Gesundheits- und Präventionstests als in den Jahren zuvor. An der Veranstaltung werden unter anderem Lungenfunktionstests, Blutdruckmessungen, urologische Beratungen, Haaranalysen, Reaktionstests, Ernährungsberatungen und viele mehr angeboten. Unter anderem ist die Krebsliga mit einem begehbaren Brustmodell vor Ort, KIND Hörzentralen AG empfängt die Messegäste im eindrücklichen Hörmobil, Pro Senectute bietet vielfältige Dienstleistungen und Beratungen für Seniorinnen und Senioren an, Alzheimer Zürich berät Angehörige von demenzerkrankten Personen, EXIT bietet Hilfe bei Patientenverfügungen an und Diabetes Zürich steht für alle Fragen rund um "Diabetes" zur Verfügung.

Neu mit Gesundheitsparcours

Erstmals findet im Messegelände ein Gesundheitsparcours statt. Dieser bietet zusätzliche Beratungen in einer ungestörten Atmosphäre. Pro Gesundheitsthema steht eine private Kabine zur Verfügung und die Ärztinnen und Ärzte vor Ort nehmen sich viel Zeit um auf die einzelnen Beschwerden einzugehen. Unter anderem werden Allergietests, Hörtests, Blutzuckermessungen, Fitnessberatungen, Check-ups für Rücken- und Nackenleiden, Sehtests, Hautanalysen und weitere Gesundheitstests angeboten. Auch Fragen zu Organ- oder Gewebespenden können in einem persönlichen Gespräch beantwortet werden. Der grosse Vorteil im Gesundheitsparcours liegt darin, dass die Privatsphäre jedes Messegastes gewahrt wird. Nicht alle Krankheitsbilder lassen sich in der Öffentlichkeit besprechen. Der Eintritt in den Gesundheitsparcours ist wie bei der Gesamtveranstaltung kostenlos. Im Gesundheitsparcours sind folgende Organisationen und Firmen vertreten: Neuroth AG, Apothekennetz Zürich & Axapharm, IZZ Immunologie-Zentrum Zürich, Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich, Wirbelsäulen- und Schmerz Clinic, Swisstransplant und Zeiss Vision Center Zürich.

Fitness, Wellness und Vorsorge

Wer sich über neue Fitnessmethoden informieren möchte, ist im HB Zürich genau richtig. Verschiedene Anbieter wie Kieser Training AG, Bellicon, Stewafitness und Fit4Life zeigen auf wie man seinen Körper gezielt trainieren und so auch mit über Fünfzig fit bleiben kann. Die Messebesucher:innen kommen auch in den Genuss von diversen Wellness- und Freizeitangeboten, Anti-Aging- und Lifestyle-Beratungen, Tipps für Haus und Garten und Angebote von Publikums- und Fachzeitschriften. Wer sich über seine Vorsorge Gedanken macht, ist ebenfalls genau am richtigen Ort an der precura.

An der Messe findet wiederum ein Messe-Forum statt. Verschiedene Referent:innen informieren anschaulich über wichtige Themen rund um Prävention, Gesundheit und Herausforderungen im Alter. Alle Messebesucher:innen erhalten eine Tüte Gratis-Marroni (solange Vorrat reicht). Der grosse Vorteil eines Messebesuchs besteht darin, an Ort und Stelle umfassend über teils sensible Anliegen, Ratschläge einzuholen und von der Fachkompetenz der jeweiligen Institutionen zu profitieren. Im persönlichen und kostenlosen Gespräch an der Messe können sich die Fachleute mehr Zeit nehmen, als dies bei einer telefonischen oder virtuellen Beratung möglich wäre.

Die 17. precura findet vom 3. – 5. November 2023 jeweils von 11.00 bis 19.00 Uhr in der Haupthalle vom Hauptbahnhof Zürich statt. Der Eintritt an die Veranstaltung ist kostenlos.

Weitere Informationen und Gutscheine für eine Portion Gratis-Marroni:
www.precura.ch