

Von Gesundheitschecks bis zum Generationentheater: SENaktiv und KREATIVMESSE Innsbruck eröffnet

Die 46. SENaktiv und 6. KREATIVMESSE Innsbruck wurden heute Mittag auf der Messe Innsbruck feierlich eröffnet. In den kommenden drei Tagen steht ein generationenübergreifendes Angebot von erstklassigen Produkten und Dienstleistungen über altersgerechte Beratung, informative Vorträge, berührende Theatervorführungen, stimmungsvolle Konzerte, aktives Tanzvergnügen, Nähkurse, Frosten, das Gestalten von weihnachtlichen Verpackungen und Karten, Malen bis hin zum Keksebacken im Mittelpunkt. Die öffentliche Anreise aus ganz Tirol ist im Messeticket inbegriffen.

Innsbruck, 22.11.2024. „Freiwilligentätigkeit im Alter“ lautete der thematische Schwerpunkt der 25. Enquete des Landes Tirol, die heute Vormittag einen erfolgreichen Startschuss für Westösterreichs größte Seniorenmesse gab. Die 46. SENaktiv und die zeitgleich stattfindende 6. KREATIVMESSE Innsbruck wurden anschließend durch Tirols Landesrätin Astrid Mair offiziell im Beisein von Vertretern aus Politik, Wirtschaft, Wissenschaft und den wesentlichen Verbänden und Institutionen eröffnet. Bereits am ersten Messetag erfreuten sich die Angebote, Vorträge und Programmpunkte beider Messeformate einer starken Nachfrage. „Hochwertige Beratungs- und Produktangebote, ein informatives Vortrags- und kreatives Workshopprogramm, Tanzen, Zusammenkommen und sich kulinarisch verwöhnen lassen: Das steht bis Sonntagabend im Mittelpunkt des generationenübergreifenden Messewochenendes mit der SENaktiv und der KREATIVMESSE Innsbruck“, berichtet **Christian Mayerhofer**, Geschäftsführer der Congress Messe Innsbruck (CMI).

Schwerpunkt Gesundheit: Infos, Vorträge und Checks

Fit und gesund im Alter: Hierzu liefert die SENaktiv eine Vielzahl an Beratungs- und Informationsangeboten, angeführt von der beliebten Gesundheitsstraße, auf der sich Besucherinnen und Besucher kostenlosen Gesundheitschecks, von Blutzucker- über Blutdruckmessungen bis hin zu Seh- und Hörtests, unterziehen können. Vorträge wie „Kletter bis ins hohe Alter“, „Aktiv im Alter“ oder „Freude und Spaß an der Bewegung“ beleuchten am Samstag und Sonntag die gesundheitlichen Vorteile von regelmäßigen Übungen für Beweglichkeit, Ausdauer und Kraft und laden dazu ein, mit einem aktiven Lebensstil das Älterwerden als erfüllte Lebensphase zu gestalten.

Treffpunkte für alle: Seniorenkongress und Generationentheater

Der Tiroler Seniorenbund lädt am Samstag zum jährlichen Tiroler Seniorenkongress ab 10 Uhr im Forum 2. Der Organisation gehören landesweit 23.000 Mitglieder an, rund 1.000 ehrenamtliche Funktionäre kümmern sich ganzjährig um die Anliegen der Tiroler Seniorinnen und Senioren. Der Seniorenkongress auf der SENaktiv gehört zu den Fixterminen in der Jahresplanung und bietet alljährlich einen beliebten Treffpunkt. Zu den Programmpunkten des Seniorenkongresses zählen der Vortrag „Glück und Zufriedenheit“ von Gesundheitspsychologe Stefan Höfer, die Ehrung verdienter Mitglieder und die Präsentation der großen Frühjahrsreise 2025.

Lustig bis tragikomisch geht es beim Generationentheater zu, das am Samstag und Sonntag um jeweils 14 Uhr auf der Vortragsbühne in der Halle A auftritt. Mit dem Stück „Toleranz als Fernsehabend“ liefern die 12 Spielerinnen und Spieler im Alter von 9 bis

60 Jahren eine Vorführung aus unterschiedlichen Szenen rund um das Thema Toleranz, die zum Schmunzeln und Nachdenken anregen.

Kreative Workshops: Schneiderkurs und Keksebacken

Die KREATIVMESSE Innsbruck bietet zeitgleich neben zahlreichen Bastelutensilien, Geräten wie Nähmaschinen, unterschiedlichen Materialien und Zubehör ein umfangreiches Workshopprogramm. So lädt etwa der Tiroler Kochverband zum Keksebacken ein. Im Kurs „Der Goldene Schnitt“ lernen Besucherinnen und Besucher, wie Sie in 15 Minuten ihre eigene Maß-Kleidung zuschneiden und anfertigen können. Die Projektleiterin **Nadine Mühlburger** gibt einen Einblick: „Die Aussteller der KREATIVMESSE Innsbruck bieten zahlreiche Workshops an, bei denen sich die Besucherinnen und Besucher kreativ ausleben können, etwa beim Malen, Nähen und Gestalten von unterschiedlichen Kreativprojekten. Die Workshops finden laufend sowie an den Ständen der Aussteller statt, die Besucherinnen und Besucher sind herzlich eingeladen, sich direkt bei den Ausstellern zu informieren.“

Die beiden Messen sind bis Sonntag täglich von 10 bis 17 Uhr geöffnet. Mit dem Messticket können Besucherinnen und Besucher kostenlos mit dem öffentlichen Nahverkehr von und zur Messe Innsbruck an- und abreisen. Mehr Informationen zu den Messen gibt es auf www.senaktiv.at und www.kreativmesse-innsbruck.at.

Für Rückfragen stehe ich gerne zur Verfügung. Wir freuen uns über Ihre Berichterstattung!

Julia Zachenhofer, BA

Communication & PR

congress messe innsbruck



Messe Innsbruck

Kapuzinergasse 11, 6020 Innsbruck, Austria

☎ +43 (0) 512 5383 2178

✉ j.zachenhofer@cmi.at

www.cmi.at