

## Information und Inspiration auf der 46. SENaktiv und der 6. KREATIVMESSE Innsbruck

*Vom 22. bis 24. November laden die 46. SENaktiv und die 6. KREATIVMESSE Innsbruck zum vital-kreativen Messewochenende auf die Messe Innsbruck. Auf Westösterreichs größter Seniorenmesse erwartet Besucherinnen und Besucher ein breitgefächertes Informations-, Beratungs- und Produktangebot rund um aktives Älterwerden, Gesundheit, Bewegung, Ernährung, Vorsorge, Reisen und Wohnen. Neben der SENaktiv bietet die KREATIVMESSE Innsbruck eine bunte Welt für Bastel-, Handarbeits- und Kreativbegeisterte. Rund 135 Aussteller laden zu einem Messewochenende für Jung und Alt voller Information, Wissen, Inspiration und Unterhaltung für alle Generationen.*

**Innsbruck, 19.11.2024.** Mit einer breiten Palette an Beratungen und Angeboten für ein erfülltes und aktives Älterwerden, einem schwungvollen Unterhaltungsprogramm und jeder Menge Produkten und Programmpunkten zum Ausprobieren und Mitmachen stellt die SENaktiv die größte Informations- und Serviceplattform für Seniorinnen und Senioren in Tirol dar. Die KREATIVMESSE Innsbruck lässt die Herzen von Kreativbegeisterten mit einem vielfältigen Angebot an Materialien und Zubehör für die nächsten Bastel- und Nähprojekte höherschlagen. Der Geschäftsführer der Congress Messe Innsbruck (CMI) **Christian Mayerhofer** lädt dazu ein, das vielfältige Messeduo zu erleben: „Die 46. SENaktiv und die 6. KREATIVMESSE Innsbruck bieten gemeinsam ein vielseitiges und generationenübergreifendes Programm. Ich lade alle Tirolerinnen und Tiroler herzlich ein, vom 22. bis 24. November informative, inspirierende und gesellige Tage auf der Messe Innsbruck zu verbringen und das reichhaltige Angebot voll auszukosten.“

Die Messepräsidentin der Wirtschaftskammer Tirol **Sebiye Cara** betont den Treffpunkt für alle Altersgruppen und den direkten Kontakt zwischen Ausstellern und Besuchern: „Mit der SENaktiv und der KREATIVMESSE gelingt es einmal mehr, attraktive und maßgeschneiderte Formate für verschiedenste Zielgruppen am Messestandort Innsbruck anzubieten – und das auch noch generationenübergreifend. Die beiden Messen bieten Jung und Alt einen lebendigen Treffpunkt mit professionellen Lösungen und Informationen für ihre Bedürfnisse. Die SENaktiv und die KREATIVMESSE zeigen einmal mehr: Messen sorgen gerade in Zeiten des Onlineshoppings für persönliche und wohltuend ‚analoge‘ Erlebnisse.“

### **Soziales Engagement im Fokus: Seniorenenquête**

Zum Auftakt der SENaktiv widmet sich die 25. Enquete des Landes Tirol dem Thema „Freiwilligentätigkeit im Alter“ mit einem Fachvortrag von Christoph Angster, Politischer Referent für Menschenrechte für ältere Menschen und Freiwilligenpolitik im Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz. Im Anschluss laden die „Tiroler Gespräche“ zur Podiumsdiskussion, gefolgt von den Generationengesprächen, die die Möglichkeit zum Austausch zwischen Jung und Alt bieten. Wie wichtig das Thema soziales Engagement für die mentale und physische Gesundheit sowie für ein gemeinschaftliches Miteinander sind, beschreibt **Astrid Mair**, Landesrätin für Generationen: „Mit der SENaktiv 2024 und der vorangehenden Seniorenenquête des Landes Tirol wird viel Information und Gelegenheit für einen persönlichen Austausch geboten – in einer Zeit, in der ältere Personen oft von Einsamkeit betroffen sind, stellen solche Veranstaltungen eine wohltuende Möglichkeit für mehr Miteinander dar. Dazu passt auch der Titel unserer Seniorenenquête ‚Freiwilligentätigkeit im Alter‘. Denn das

Engagement unserer Seniorinnen und Senioren ist für unsere Gesellschaft unverzichtbar und gibt vielen älteren Menschen eine sinnstiftende Aufgabe. Es ist mir auch ein besonderes Anliegen, ein Zusammentreffen der Generationen zu fördern und zu ermöglichen. Das generationenübergreifende Miteinander steht insbesondere im Rahmen der Generationengespräche auf unserer Seniorenenquête im Mittelpunkt. Der Dialog, die gemeinsame Reflexion und das gegenseitige Kennenlernen fördern das Verständnis und die Gemeinschaft über alle Altersgruppen hinweg.“

### ***Fit und vital im Alter: Gesundheit, Ernährung und Vorsorge***

Einen besonderen Schwerpunkt bilden auf der SENaktiv die Themen Gesundheit und Prävention. In der beliebten Gesundheitsstraße können Besucherinnen und Besucher verschiedene Gesundheitschecks durchführen lassen, darunter Blutdruck- und Blutzuckermessungen sowie Seh- und Hörtests. Unterstützt werden sie dabei vom Roten Kreuz, den Gesundheitskassen, dem Verein Selbsthilfe Tirol und weiteren Institutionen und Vereinen. Darüber hinaus bieten diese ein umfangreiches Vortragsangebot zu Themen wie Polyneuropathie, dem Zusammenspiel von Darm und Gehirn, PNP-Erkrankungen, Monitoring von Prostatakrebs oder gesunde Ernährung. Das Land Tirol bietet direkt auf der Messe kostenlose Grippe- und Coronaimpfungen an.

Die Selbsthilfe Tirol widmet sich insbesondere dem Tinnitus, erklärt **Karin Nail**, Präsident-Stellvertreterin der Selbsthilfe Tirol: „Diesmal setzen wir mit dem Tinnitus-Informationstag im Rahmen der SENaktiv am Samstag, 23. November, einen speziellen Tinnitus-Schwerpunkt. Als Gruppensprecherin von TINNITUS TIROL darf ich gemeinsam mit meiner Selbsthilfegruppe ein Ausstellungsstück vom Audioversum, dem Museum rund ums Hören, präsentieren. Die Besucher können an unserem Stand interaktiv verschiedene Gegenstände zum Thema ‚Hören und Tinnitus‘ ausprobieren. Ergänzt wird unser Informationsprogramm durch Vorträge von zwei hochkarätigen Vortragenden, die im Laufe ihrer Tätigkeit an der Universitätsklinik für Hör-, Stimm- und Sprachstörungen in Innsbruck sehr viel Erfahrung mit Tinnitus-Betroffenen sammeln konnten.“

### ***Alle machen mit: Bewegung, Tanz und Rahmenprogramm***

Dass das aktive Altern einen besonderen Stellenwert auf der Messe hat, betont Projektleiterin **Nadine Mühlburger**: „Das Thema Aktivität im Alter wird auf der SENaktiv nicht nur im Angebot der Aussteller und im Vortragsprogramm abgebildet, sondern aktiv erlebbar gemacht. Das ORF Radio Tirol Tanzcafé lädt täglich ab 14 Uhr zu schwungvollen Runden über das Parkett ein. Der Verein Tanzen ab der Lebensmitte und der Seniorentanz Tirol vermitteln die Lebensfreude, die das Tanzen versprüht.“ Musikalische Einlagen sorgen ebenfalls für gute Laune, so etwa Mr. Piper’s Fabulous Evergreens mit den besten Hits von Peter Alexander oder Franz Posch und seine Innbrügler, die am Sonntag zum zünftigen Frühschoppen einladen. Das weitere Rahmenprogramm umfasst Vorträge zum Aufdecken von Betrugsmaschen, zu Künstlicher Intelligenz für die ältere Generation oder zum digitalen Rathaus. Der Seniorenkongress des Tiroler Seniorenbundes am Samstag liefert einen inspirierenden Vortrag zum Thema „Glück und Zufriedenheit.“ Eine unterhaltsame Vorführung bietet das Generationentheater am Samstag um Sonntag. Weitere Themen auf der SENaktiv sind Ehrenamt und Freiwilligenarbeit, Pflege und Hilfsmittel, Wohlbefinden, Recht und Sicherheit, Mode sowie Wohnen und Einrichten.

### ***Basteln, Nähen und kreative Ideen: KREATIVMESSE Innsbruck***

Auf der KREATIVMESSE Innsbruck dreht sich alles rund um das kreative Gestalten: Von Basteln, Nähen und Stricken bis Dekorieren finden alle Altersgruppen hier ein breites Angebot. Aussteller präsentieren Zubehör von Ausstechformen über Textilien bis hin zu Werkzeugen wie Nähmaschinen, Plottern und Stanzern. Materialien, wie Keramik, Filz und

Holz, laden dazu ein, Neues auszuprobieren. Die Messe bietet zudem zahlreiche Workshops, in denen Besucherinnen und Besucher Grußkarten, Windlichter oder Emaillebecher gestalten, Produkte testen oder Taschen nähen können – ideal für die Vorweihnachtszeit. **Michael Griesser**, Direktor der Ferrarischule Innsbruck, gibt Einblick in die Angebote der Ferrarischule auf der Messe: „Die Modeferrari und Kreativferrari präsentieren auf der KREATIVMESSE Innsbruck eine Vielzahl an handgefertigten Produkten, kreativen Ideen und modischen Accessoires. Besucher können die Arbeitsschritte in der Herstellung von Handtaschen aus recycelten Stoffresten hautnah auf der Messe erleben und sich Weihnachts- und Glückwunschkarten nach individuellen Wünschen gestalten lassen. Ein weiterer spannender Beitrag kommt von der Junior Company ‚Parasuit‘ aus dem 4. Jahrgang der Modeferrarischule, die gemäß dem Konzept der Kreislaufwirtschaft ausgediente Paragleitschirme zu stilvollen Windjacken, Taschen und Schlüsselanhänger designed und verarbeitet. Bastelangebote, Kinderschminken und Luftballontiere runden das Angebot ab.“

Mehr Informationen zu den Messen gibt es auf [www.senaktiv.at](http://www.senaktiv.at) und [www.kreativmesse-innsbruck.at](http://www.kreativmesse-innsbruck.at).

Wichtiger Hinweis zur Anreise: Mit dem Messticket können die öffentlichen Verkehrsmittel auf den Linien der VVT (REX-Züge, S-Bahnen, Cityjet, Regionalbusse) und IVB (Stadtverkehr Innsbruck und Straßenbahnen) tirolweit kostenlos für die An- und Abreise zur und von der Messe Innsbruck genutzt werden.

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

**Julia Zachenhofer, BA**  
Communication & PR



**Messe Innsbruck**  
Kapuzinergasse 11, 6020 Innsbruck, Austria  
☎ +43 (0) 512 5383 2178  
✉ [j.zachenhofer@cmi.at](mailto:j.zachenhofer@cmi.at)  
[www.cmi.at](http://www.cmi.at)