

Inspiration, Gesundheit und Gemeinschaft: 47. SENaktiv mit Kreativbereich

Zu einem kreativ-vitalen Messewochenende lädt vom 14. bis 16. November 2025 die 47. SENaktiv mit Kreativbereich auf die Messe Innsbruck ein. Westösterreichs größte Seniorenmesse steht ganz im Zeichen von Lebensfreude, Gesundheit und Aktivität im Alter und bildet mit einem vielseitigen Informations-, Beratungs- und Produktangebot die Themen und Bedürfnisse der Tirolerinnen und Tiroler im dritten Lebensabschnitt umfassend ab. Der Kreativbereich bietet kreative Erlebnisse, vielfältige Workshops und bunte DIY-Inspiration. Ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm mit Musikcafé, Tanz und Vorweihnachtsstimmung mit Adventkranzbinden, Krippenausstellung oder Keksebacken rundet das generationenübergreifende Messeangebot ab.

Innsbruck, 07.11.2025. Als größte Informations- und Serviceplattform für alle Seniorinnen und Senioren in Tirol lädt die SENaktiv mit Kreativbereich vom 14. bis 16. November auf die Messe Innsbruck. Die Messebesucher erwartet ein vielfältiges Angebot: Rund 140 Aussteller präsentieren praxisnahe Lösungen, hilfreiche Dienstleistungen und inspirierende Produkte rund um die Themen Gesundheit, Vorsorge, Ernährung, Bewegung, Pflege, Wohnen, Finanzen, Freizeit, Reisen, Ehrenamt, Bildung, Sicherheit, Mode oder digitale Kompetenzen. Der Kreativbereich auf der SENaktiv lädt zum inspirierenden Stöbern und Ausprobieren ein, mit zahlreichen Workshops und Mitmach-Angeboten. Der Geschäftsführer der Congress Messe Innsbruck (CMI) **Christian Mayerhofer** freut sich auf ein lebhaftes Messewochenende: „Die SENaktiv mit Kreativbereich vereint Information, Beratung, Inspiration und Lebensfreude auf einzigartige Weise. Wir laden alle Tirolerinnen und Tiroler herzlich ein, die Messe zu besuchen und das vielseitige Programm auszuschöpfen.“

Altersgerechtes Themenangebot mit vielen Highlights

Den traditionellen Auftakt der SENaktiv bildet die 26. Seniorenenquête des Landes Tirol am Freitag ab 10 Uhr. „Einhergehend mit der Seniorenmesse SENaktiv organisiert das Land Tirol im Vorlauf wieder eine Seniorenenquête – heuer zum Thema ‚Sexualität im Alter‘. Als Hauptvortragenden konnten wir Germar-Michael Pinggera, Oberarzt an der Universitätsklinik für Urologie Innsbruck und Vorstand des Arbeitskreises für Andrologie und sexuelle Funktionsstörung der Österreichischen Gesellschaft für Urologie und Andrologie, gewinnen. Aktuelle Erkenntnisse bestätigen, dass Zuneigung und intime Beziehungen auch im Alter einen wichtigen Stellenwert einnehmen können. Deshalb stößt dieses Thema bei Seniorinnen und Senioren auf besondere Aufmerksamkeit und ich möchte alle Interessierten herzlich zur Seniorenenquête einladen, die kostenlos besucht werden kann“, betont Seniorenlandesrätin **Astrid Mair** und ersucht um Voranmeldung unter gesellschaft.arbeit@tirol.gv.at. „Die Seniorenenquête des Landes bildet den Auftakt zur SENaktiv – ein besonderes Wochenende für die Seniorinnen und Senioren mit viel Information und der Möglichkeit für neue Begegnungen sowie einer erlebnisreichen Zeit auf der Messe Innsbruck.“ Daneben bietet das Land Tirol erneut ein kostenloses Impfangebot für Besucherinnen und Besucher. Direkt vor Ort im Foyer können Impfungen gegen Influenza und Covid-19 in Anspruch genommen werden.

Die 2. Bürgermeister-Stellvertreterin **Elisabeth Mayr** betont das Beratungsangebot und die einzigartige Atmosphäre auf der Messe: „Die SENaktiv ist eine echte Institution, auf der unsere älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger bei rund 140 Ausstellern ein tolles Beratungsangebot zu den Themen Gesundheit, Wohnen, Sicherheit und Freizeit vorfinden. In entspannter Atmosphäre kommt auch die Geselligkeit nicht zu kurz und gerade für den kreativen Bereich gibt es zahlreiche tolle Mitmachangebote, die vom gemeinsamen Adventkranzbinden bis hin zum flotten Seniorentanzen im Musikcafé reichen. Praktische Tipps für ein gesundes und aktives Älterwerden können mit nach Hause genommen werden. Als Stadt Innsbruck sehen wir uns als Partner der älteren Generation und unterstützen daher mit unserem gerade neu gegründeten, eigenständigen Referat Generationenförderung und Projekte zahlreiche Initiativen und Angebote für Seniorinnen und Senioren.“

Die Messepräsidentin der Wirtschaftskammer Tirol **Sebiye Cara** geht auf das zielgerichtete Angebot auf der Messe ein: „Die SENaktiv vereint Information, Beratung, Erlebnis und Begegnung – und das auf eine Weise, die genau den Bedürfnissen und Interessen der Zielgruppe 60+ entspricht. Damit belebt die Messe den Konsum, stärkt den stationären Handel und bringt Anbieter mit Kundinnen und Kunden persönlich zusammen.“

Von Gesundheitschecks bis Prävention

Im Zentrum der Themen Gesundheit und Vorsorge steht die beliebte Gesundheitsstraße auf der SENaktiv, wo Besucherinnen und Besucher kostenlose Gesundheitschecks wie Blutdruck-, Blutzucker-, Seh- oder Hörtests durchführen lassen können. Darüber hinaus informieren zahlreiche Gesundheitsorganisationen über Pflege, Hilfsmittel, Mobilität, Unfallprävention, Ernährung oder mentale Fitness. Ein weiterer wichtiger Beitrag zur Prävention kommt von der Wanderausstellung „HALT! Keine Gewalt im Alter“ des Vereins ProSenectute, die erstmals auf der SENaktiv gezeigt wird. Sie verdeutlicht, wie vielfältig Gewalt gegen ältere Menschen aussehen kann – von körperlicher und seelischer bis hin zu finanzieller und struktureller Gewalt – und regt zum Nachdenken und Hinschauen an. Rund um das Thema Bewegung dreht sich der Seniorenkongress des Tiroler Seniorenbundes am Samstag. Ein Vortrag der Sportmedizinerin Anne Hecksteden und eine anschließende Diskussionsrunde beleuchten, wie regelmäßige Bewegung Gesundheit, Lebensqualität und Lebensfreude fördert.

Die Selbsthilfe Tirol ist auf der Messe mit einem Informations- und Beratungsangebot zahlreicher Gruppen vertreten. Vorträge beleuchten insbesondere die Themen Darm-Hirn-Achse bei chronischen Erkrankungen sowie COPD. Darüber hinaus können direkt auf der Messe kostenlose Prostata-Antigen-Tests sowie Lungenfunktionskontrollen durchgeführt werden. Der Präsident des Dachverbandes der Selbsthilfe Tirol **Franz Xaver Gruber** gibt einen Ausblick: „Unsere Selbsthilfegruppen geben ihre Erfahrungen weiter und bieten Hilfestellung an. Dabei bietet die Selbsthilfegruppe nicht nur seelische Unterstützung, sondern auch fachliche Vernetzung. Seit mehr als 10 Jahren informieren der Dachverband und zahlreiche Gruppen die Besucher der Seniorenmesse in Innsbruck zu verschiedensten Themen der Selbsthilfe. Die Besucher haben die Möglichkeit, direkt mit den Gruppensprechern ein Gespräch zu führen oder Informationsmaterialien mitzunehmen.“

Inspiration pur im Kreativbereich

Der Kreativbereich auf der SENaktiv bietet eine bunte Plattform für alle, die Freude am Gestalten, Handarbeiten und Selbermachen haben. Von Nähmaschinen, Häkel- und Bastelprodukten über Papier- und Textilkunst, handgefertigten Schmuck, Kunstwerke und Mode bis hin zu Backideen reicht die Vielfalt des Angebots. Der Krippenverein Innsbruck bringt Tiroler Handwerkskunst auf die Messe, während der Kochverband zum süßen Keksebacken einlädt. Workshops und Live-Demonstrationen laden zum Mitmachen ein. Der Verband der Tiroler Obst- und Gartenbauvereine „Grünes Tirol“ ist erstmals auf der Messe vertreten, unter anderem mit einem stimmungsvollen Workshop rund ums Adventkranzbinden. Landesobmann **Josef Stocker** gibt einen Einblick: „Der Landesverband der Tiroler Obst- und Gartenbauvereine ‚Grünes Tirol‘ präsentiert auf der SENaktiv mit Kreativbereich 2025 einen Workshop zum Adventkranzbinden und informiert darüber hinaus über die vielfältigen Tätigkeiten des Verbandes sowie des Tiroler Baumwärterverbandes.“

Unterhaltung, Bewegung und Gemeinschaft

Auch die Geselligkeit kommt auf der SENaktiv nicht zu kurz: Im U1 Musikcafé erwartet die Besucherinnen und Besucher an allen Messetagen ein buntes Musikprogramm mit Live-Sendungen, traditionellen Klängen und schwungvoller Unterhaltung. Am Sonntag sorgt der beliebte Frühschoppen mit Franz Posch und seinen Innbrügglern für zünftige Stimmung. Zeitgleich lädt der VM1 Buschenschank auf der Messe mit regionalen Schmankerln, Weinverkostungen und musikalischer Begleitung zum gemütlichen Verweilen ein. „Tanzen ab der Lebensmitte“ lädt die Besucher ein, aktiv zu werden, während die Clowns Frieda und Tante Olga mit Humor und Herz für unbeschwerte Momente sorgen. Zahlreiche Vereine und Institutionen informieren zudem über Freizeitangebote, Ehrenamt und Weiterbildungsmöglichkeiten. Die Projektleiterin Anna-Theresa Fuisz fasst zusammen: „Die SENaktiv steht für Lebensfreude, Begegnung und Aktivität in jeder Lebensphase. Hier treffen sich Menschen, die das Leben genießen, Neues entdecken und in Bewegung bleiben wollen. Es ist dieser besondere Mix aus Information, Inspiration und Gemeinschaft, der die Messe zu einem Erlebnis macht.“

Mehr Informationen zur SENaktiv mit Kreativbereich gibt es auf www.senaktiv.at.

Anreise: Mit dem Messeticket 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

congress messe innsbruck


Messe Innsbruck
Kapuzinergasse 11, 6020 Innsbruck, Austria
☎ +43 (0) 512 5383 2178

PRESSEINFORMATION



✉ j.zachenhofer@cmi.at
www.cmi.at