

## Doppeltes Messehighlight an der Messe Innsbruck: 45. SENaktiv und 5. KREATIVMESSE Innsbruck

*Die 45. SENaktiv und die 5. KREATIVMESSE Innsbruck laden vom 17. bis 19. November zum Messehighlight im Doppelpack. Die SENaktiv ist die Anlaufstelle für Tirolerinnen und Tiroler, die sich zu vielfältigen Themen von Gesundheit über Vorsorge, Ernährung, Wohnen bis hin zu Technik informieren, neue Trends entdecken und sich rundum wohlfühlen möchten. Der Fokus der KREATIVMESSE Innsbruck liegt auf dem Selbermachen, was die zahlreichen Workshops rund ums Basteln, Nähen, Dekorieren und Backen direkt auf der Messe aufgreifen und gleich zum Mitmachen motivieren. Insgesamt stellen rund 160 Aussteller auf der SENaktiv und KREATIVMESSE Innsbruck ihre Produkte vor, informieren zu aktuellen Themen und bieten eine breite Palette an Beratungen, Aufklärung, Dienstleistungen und Kostproben. Ein aktives Messewochenende für Jung und Alt!*

**Innsbruck, 14.11.2023.** Gute Neuigkeiten für alle Strickliebhaber, Backfans und Tanzbegeisterten allen Alters: Ein vielfältiges Messeerlebnis für alle Generationen wartet vom 17. bis 19. November auf alle Besucher von Westösterreichs größter Seniorenmesse SENaktiv und der beliebten Plattform rund ums kreative Gestalten KREATIVMESSE. Mit zunehmendem Alter steigt das Bedürfnis, körperlich in Schwung zu bleiben und den wichtigen Fragen nachzugehen: Wie bleibe ich aktiv und beweglich? Wie ernähre ich mich gesund? Wie Sorge ich am besten vor? Kreativbegeisterte sind immer auf der Suche nach Inspiration, neuen Mustern, Materialien und Anleitungen. All diese Fragen, Wünsche und Bedürfnisse bedient dieses besondere Messeduo.

Die SENaktiv liefert ein vielfältiges und altersgerechtes Beratungsangebot rund um die Themen Aktivität im Alter, Vorsorge, Bewegung und Gesundheit. Die KREATIVMESSE Innsbruck begeistert mit Angeboten und Workshops zu den Themen Stricken, Malen, Dekorieren, Upcycling oder Backen. „Die SENaktiv und die Kreativmesse sind Messen für alle Generationen und eine gelungene Kombination für alle Kreativfans und Tirolerinnen und Tiroler im dritten Lebensabschnitt“, fasst **Christian Mayerhofer**, Geschäftsführer der Veranstalterin Congress Messe Innsbruck (CMI), die Konzepte zusammen.

**Astrid Mair**, Landesrätin für Generationen, liegen die älteren Bürger am Herzen: „Mit der SENaktiv 2023 setzt das Land Tirol wiederum einen besonderen Jahres-Schwerpunkt für die Seniorinnen und Senioren. Im Vorlauf zur Messeeröffnung lädt das Land Tirol zur Seniorenenquête ein, die sich heuer mit der digitalen (Schein-)Welt beschäftigt. Als Seniorenlandesrätin ist es mir ein großes Anliegen, bei allen Aktivitäten für unsere Seniorinnen und Senioren den Dialog, die Reflexion und das gegenseitige Kennenlernen zu fördern und die ältere Generation mit den für sie nötigen Informations- und Beratungsangeboten zu erreichen.“

**Markus Lassenberger**, Vizebürgermeister der Landeshauptstadt Innsbruck, betont die stimmige Kombination der beiden Messen: „Nicht nur kreativ sein, sondern im hohen Alter aktiv und fit zu bleiben, sind einzelne Themen, welche die SENaktiv und die KREATIVMESSE Innsbruck allen Besuchern näherbringen. Die beiden Messen, vereint unter einem Dach, garantieren somit viel Information für Jung und Alt.“

**Veronika Biebel**, Referentin für Gesundheit & Soziale Dienste beim Roten Kreuz Innsbruck, verweist auf die vielfältigen Angebote zu Gesundheit und Prävention auf der SENaktiv: „Wir als Rotes Kreuz Innsbruck freuen uns, dass wir bei der SENaktiv dabei sein können. Das Gesundheits- und Sicherheitsbewusstsein der Seniorinnen und Senioren hat sich in den letzten Jahren immer mehr erhöht. Mit unseren Angeboten können wir die Besucherinnen und Besucher in der Gesundheitsstraße der SENaktiv bestens beraten und ihnen entsprechende weitere Möglichkeiten aufzeigen.“

**Michael Griesser**, Direktor der Ferrarischule, gibt einen kleinen Einblick auf die Tätigkeiten seiner Schüler und Schülerinnen auf der KREATIVMESSE Innsbruck: „Mit der KREATIVMESSE Innsbruck können die Schüler und Schülerinnen Selbstständigkeit und Kreativität in der Praxis lernen. Der Fokus der Workshops liegt auf Weihnachtsdeko, Nachhaltigkeit und Upcycling – dafür

wurden beispielsweise Kaffeekapseln und Schwemmh Holz gesammelt, die gemeinsam mit den Teilnehmenden auf der Messe unter anderem zu Weihnachtsengeln gebastelt werden.“

### ***Kernthema digitale Welt: Seniorenenquête und Medienkompetenz***

Traditionell startet die SENaktiv am ersten Messevormittag mit der Seniorenenquête. Die 24. Enquête des Landes Tirol steht ganz im Zeichen der Digitalisierung und Medienbildung. In ihrem Fachvortrag mit dem Titel „Leben wir in einer (digitalen) Schein-Welt? Hausverstand vs. Künstliche Intelligenz“ widmet sich Edith Simöl, Leiterin der Servicestelle Digitale Senior:innen am Österreichischen Institut für angewandte Telekommunikation, den neuesten Entwicklungen in der digitalen Welt. Im Vortrag werden einerseits die Vor- und Nachteile von KI beleuchtet, andererseits wird ein kritischer Umgang mit digitalen Fälschungen angeregt. In der anschließenden Podiumsdiskussion kommen Experten zu Wort, danach folgen die ebenfalls traditionell im Zuge der Enquête stattfindenden Generationengespräche, bei denen Menschen unterschiedlichen Alters in den Dialog treten können.

### ***Schwerpunkt Gesundheit: Fit bis ins hohe Alter***

Einen großen Stellenwert haben auf der SENaktiv auch die Themen Gesundheit und Prävention. Auf der beliebten Gesundheitsstraße können sich Besucherinnen und Besucher nach Wunsch Gesundheitschecks unterziehen, wie beispielsweise Blutdruck- oder Blutzuckerspiegelmessungen, Seh- oder Hörtests. Dabei stehen insbesondere das Rote Kreuz, die Gesundheitskassen, der Verein Selbsthilfe Tirol und viele weitere Institutionen und Vereine mit Rat und Tat zur Seite. Die Seniorenlandesrätin Astrid Mair verweist auf einen weiteren Service im Gesundheitsangebot auf der SENaktiv: „Das Land Tirol bietet bei der SENaktiv eine öffentliche Corona-Impfmöglichkeit in der Messehalle A, Foyer Haupteingang (Ingenieur-Etzel-Straße) an. Das Nationale Impfgremium empfiehlt unter anderem Personen über 60 Jahren sowie Risikopersonen eine einmalige Auffrischungsimpfung mit einem an die XBB-Varianten angepassten Impfstoff.“

### ***Lebensfreude pur mit Tanz und Reisen***

Projektleiterin **Anna-Theresa Fuisz** betont das bunte Programm rund um das Thema des aktiven Alterns: „Bewegung und Aktivität werden nicht nur an den unterschiedlichen Ständen thematisiert, sondern auf der Messe auch gelebt. Das ORF Tanzcafé lädt täglich ab 14 Uhr dazu ein, bei gemütlicher Atmosphäre und zu stimmungsvoller Musik das Tanzbein zu schwingen. Beim Seniorentanz können Schritte geübt und neue Kombinationen im Paartanz einstudiert werden. Tanzen ab der Lebensmitte stellt die Freude an der Bewegung in den Vordergrund. Tanzen ist nicht nur eine tolle Möglichkeit, auch im Alter fit und koordiniert zu bleiben, sondern hebt noch dazu unmittelbar die Stimmung – es macht einfach glücklich.“ Der Schwerpunkt Reisen wird in Vorträgen behandelt und von den Ausstellern präsentiert, die Informationen liefern zu Urlaubsvarianten von Busreisen über Wellnessurlaube bis zu Kuraufenthalten.

### ***Vielfältige Beratungsangebote für die Bedürfnisse im dritten Lebensabschnitt***

Weitere Themen der SENaktiv sind Ehrenamt und Freiwilligenarbeit, Pflege und Hilfsmittel, Wohlbefinden, Recht und Sicherheit, Mode sowie Wohnen und Einrichten. Hierzu liefern rund 110 Aussteller Informationen, sei es zu Barrierefreiheit im Wohnbereich, Versicherungen, Vereinsmitarbeit, Therapie, Naturkosmetik oder Massagegeräten. Zahlreiche Vorträge informieren zu technischen Fragen, Sport und Selbstständigkeit im Alter, Pflegegeldbezug, Einbruchschutz oder Gehirntraining. Auch im Messeshoppingbereich darf wieder fleißig gestöbert, probiert und gekauft werden.

### ***Zusammenkommen bei Musik, Unterhaltung oder dem beliebten Frühshoppen***

Für beste Unterhaltung ist nicht nur während der Tanzveranstaltungen gesorgt, auch zahlreiche weitere musikalische Einlagen runden das Programm ab. So sorgt etwa „Charlie Oskar“, die Drehorgel mit über 600 Liedern von Klassik über Balladen, Weihnachtslieder, Chansons bis Swing und Schlager, täglich für beschwingte Atmosphäre. Am Samstagnachmittag erreicht die Stimmung während Mr. Piper's Fabulous Evergreens mit den besten Hits von Österreichs bekanntestem Entertainer Peter Alexander den Höhepunkt. Der Sonntagvormittag startet dann rustikal mit dem klassischen Frühshoppen mit „Mei liabste Weis“-Stargast Franz Posch und seinen Innbrügglern und läutet den letzten Messetag zünftig ein.

***Kreativmesse: Wo DIY-Träume wahr werden***

Während Handwerk und Kreativität auch im Zuge der SENaktiv thematisiert werden, wird ihnen auf der Kreativmesse so richtig der rote Teppich ausgerollt. Hier dreht sich alles ums kreative Gestalten, ob Basteln, Nähen, Stricken, Häkeln, Malen, Zeichnen, Schnitzen, Upcycling, Dekorieren oder Backen. Dabei spielt es keine Rolle, ob man Anfänger mit Nadel und Faden oder Profi im Pinselschwingen ist: Bei der KREATIVMESSE Innsbruck gibt es ein kunterbuntes Angebot an Produkten und Beratungen für alle Könnertufen und für alle Altersklassen.

Die knapp 50 Aussteller bieten Ausstattung und Zubehör von Ausstechformen über Klebstoffe, Schnittmuster, Nähwaren bis Textilien an und stellen Werkzeuge und Geräte, wie Nähmaschinen, Stanzer, Plotter und Co., vor. Darüber hinaus liefern sie jede Menge Tipps zu Techniken und Methoden. Auch in Sachen Materialien sind keine Grenzen gesetzt: Keramik, Filz, Holz, Gips, Ton – all das ist auf der KREATIVMESSE Innsbruck vertreten. „Sei es Stempeln, Scrapbooking, Handlettering, Journaling, Modellieren, Resin Art oder Kerzengestaltung – hier werden alle fündig, die sich gerne kreativ austoben oder schon immer einmal vorhatten, ihre künstlerische Ader zum Vorschein zu bringen“, beschreibt Projektleiterin Anna-Theresa Fuisz das Informations- und Inspirationsangebot auf der KREATIVMESSE Innsbruck.

***Direkt auf der Messe das neue Kreativprojekt starten: Workshops***

Die Anleitungen der Aussteller können direkt auf der Messe gleich in die Tat umgesetzt werden. Die Kunsthandwerker bieten zahlreiche Workshops, bei der die Besucherinnen und Besucher eigene Schmuckstücke basteln und diese direkt mit nach Hause nehmen können. Da wären etwa die Workshops zum Fertigen von Grußkarten zu unterschiedlichen Themen, solche zur Gestaltung von Windlichtern, zu Stickmustern oder zur eigenen Seifenherstellung. Der Zeitpunkt ist ideal, denn fast alles kann direkt in der Vorweihnachtszeit und an den Feiertagen eingesetzt werden.

Daneben sind auf der KREATIVMESSE Innsbruck zahlreiche Vereine vertreten, die sich und ihr Tun vorstellen, zu Basteltreffs einladen, für wohltätige Zwecke werkeln oder Umweltschutz fördern und Ressourcenverschwendung eindämmen möchten. Speziell auf Kinder und Jugendliche zugeschnitten sind das Programm des Jugendlands mit Glücksrad, Kinderschminken, Malstraße und Bastelstation oder auch die Angebote der Ferrarischiule mit spannenden Workshops für Kinder.

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](mailto:j.zachenhofer@cmi.at)

[www.cmi.at](http://www.cmi.at)