

Vital und lebensfroh im Alter

Erste Seniorenmesse am Mönnesee

MÖHNESEE-KÖRBECKE. Neuigkeiten aus erster Hand, Informationen und vieles zum Ausprobieren für die Generation „60 Plus“ - das bietet die erste Seniorenmesse am Mönnesee. An rund 30 Ständen finden Besucherinnen und Besucher vieles, was das Älterwerden schöner, leichter und (noch) besser macht. Alle Interessenten sind am Samstag, 17. November, in das Haus des Gastes, Kürbiker Straße 1, nach Mönnesee-Körbecke (11-16 Uhr) eingeladen. „Vital und lebensfroh im Alter“ ist der Titel der Veranstaltung.

Die Angebote sind speziell auf die Bedürfnisse der Generation „60 Plus“ zugeschnitten: Sie reichen von Senioreneinrichtungen über Verbänden, Kliniken, Dienstleistungsbetrieben, verschiedenen Organisationen, Pflegediensten, Reise- und Tourismusunternehmen, Bürgerbus, Versicherungsagenturen, Praxen und Polizei bis hin zu Sanitätshäusern oder Optikern.

Persönlicher Austausch steht bei dieser Messe ganz klar im Vordergrund. An den Ständen sind individuelle Gespräche und Fragen ausdrücklich erwünscht! Die Besucher erwartet zudem Information, Interaktion und Unterhaltung zu vielen Themen wie Gesundheit, Fitness, Reisen, Recht und soziales Leben im Alter. Vorträge von Ärzten, Praxen und der Polizei runden den kommunikativen Austausch ab.

Ganz nach dem Motto dieser Veranstaltung „Vital und lebensfroh ins Alter“ können die Besucher vor Ort aktiv ins Geschehen eintauchen: Mitmachaktionen wie Sitztanz, E-Bikesimulator, Rolltortanz, Gedächtnistraining und Beckenbodengymnastik geben Gelegenheit, einiges einmal selbst auszuprobieren und (neu) für sich zu entdecken. Ganz kompakt erhalten die so genannten „Best-Ager“ bei der Seniorenmesse eine Fülle von Anregungen, Tipps und Informationen, um das Leben unbeschwert und mit Freude genießen zu können. Zur Stärkung werden eine deftige Erbsensuppe, Kaffee, Kuchen, Waffeln und kalte Getränke angeboten.

Der Eintritt sowie die Teilnahme an Vorträgen und Aktionen sind für die Besucher frei. Es wird empfohlen, die Parkplätze am Haus des Gastes, hinter dem Rathaus oder an der Schützenhalle zu nutzen. Organisiert wurde die Messe von der Initiative „Gut leben im Alter“, mit dem Ziel: Unsere Region ist (auch für Ältere) lebenswert.