

Vorträge

SAMSTAG

- 10.30 ■ Barrierefreies Planen und Bauen, Treppenlifte, Hamburg Lifte
- 11.00 ■ bellicon® Minitrampolin, Nutzen und Wirkung
- 11.30 ■ Mobiles Notrufsystem, „Johanniter-Begleiter“
- 12.00 ■ „Sicher mit Bus und Bahn“, HVV-Mobilitätsberatung für Senioren
- 12.30 ■ Gesund und schmerzfrei schlafen ohne Rückenschmerzen, Ihr Schlafberater
- 13.00 ■ Bewusst bewegen mit nur einem Stock, Woodstocking®
- 13.30 ■ Ernährung: Leichte Küche für zu Hause und im Beruf, DIÄKO
- 14.00 ■ Vorstellung der eBikes von FLYER, Veloman
- 14.30 ■ Kräutertee und Nahrungsergänzung, Immunko Tee
- 15.00 ■ An die Zukunft denken: Die Haspa Ruhestandsplanung
- 15.30 ■ LV Hamburg e.V., Seniorentanz auf der Fläche und Tanz im Sitzen
- 16.00 ■ Alsterschlepper, Umzugsservice für Senioren/Haushaltsauflösungen
- 16.30 ■ Fit bis ins hohe Alter, Schmuggel Ladies
- 17.00 ■ Moor- und Kräuterprodukte von SonnenMoor, Moorgesundheit
- 17.30 ■ Gehirnjogging „Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr?“, Anette Brandau

SONNTAG

- 10.30 ■ „Schmerz ade, Heilpraktikerin Maryam Kasraei
- 11.00 ■ Sporternährung und Nahrungsergänzungsmittel, APOrtha
- 11.30 ■ The Power of networking women-Mode im Direktvertrieb
- 12.00 ■ Die Kraft der Selbstheilung, Lavylites Spray, Marlies Graack
- 12.30 ■ Fit, geschickt und gerüstet bis 100 Jahre, HIS e.V. Uni Hamburg
- 13.00 ■ Der Malkurs als entspannendes Hobby, the Seasons Art Clas
- 13.30 ■ Yoga für Späteinsteiger – Yoga im Sitzen, Prana Yogaschule
- 14.00 ■ Carlo von Tiedemann „Ü 60 – na und?!“
- 15.30 ■ Dr. Jochen Plutat, Chefarzt HELIOS-Klinik, „Arthrose in den großen Gelenken und Ihre Behandlungsmöglichkeiten“
- 16.00 ■ Walking in your shoes. „Was will ich noch erreichen?“, Tor zur Balance
- 16.30 ■ Vitalität und Nahrungsergänzung von Herbalife, Dr. Silke Böger



Anfahrt

- Adresse für Ihr Navi:
Rathaus Norderstedt, Rathausallee 50,
22846 Norderstedt
- Autobahn A7 – Abfahrt Schnelsen Nord:
Oldesloer Straße, Richtung Norderstedt
über Niendorfer Straße, Friedrichsgaber Weg,
in die Rathausallee, das Rathaus befindet
sich auf der linken Seite.
- Autobahn A7 – Abfahrt Quickborn/Norderstedt-Nord:
Richtung Norderstedt über
die Schleswig-Holstein-Straße,
rechts abbiegen in die Stormarnstraße,
Richtung Norderstedt-Mitte/TriBühne,
am Kreisel 2. Ausfahrt auf Stonsdorfer Weg
über Alter Kirchenweg in die Rathausallee,
das Rathaus befindet sich auf der rechten Seite.
- Öffentlicher Nahverkehr:
U1 und AKN 1, Norderstedt-Mitte (barrierefrei)
Diverse Buslinien

lifeAGE Generation 50+
MESSE



im Rathaus Norderstedt

Sa. 29.10.16 von 10-18 Uhr

So. 30.10.16 von 10-17 Uhr

2 Tage voller Informationen und Anregungen für die Generation 50+

Eintritt € 3,-
Wochenendticket € 5,-
Parken frei!



www.lifeage-messe.de

Veranstalter:

SeMa Senioren Magazin Hamburg GmbH

atw agentur thomas will – Eventmanagement und Marketing

Medienpartner: **Wochenblatt**

„lifeAGE“ – die Messe für die Generation 50+.

Am 29. und 30.10.2016 findet erstmals die innovative Messe lifeAGE im Rathaus Norderstedt statt.

Für die Messe-Besucher gibt es auf rund 3.000 m² Fläche eine Menge an informativen und spannenden Dingen zu entdecken. Die Liste der Aussteller ist umfassend und abwechslungsreich. Über 75 lokale, regionale und überregionale Firmen, Institutionen und Vereine präsentieren sich.

Die Themen sprechen die Generation 50+ und ihre Familien an. Von Gesundheit, Ernährung über Sport und Bewegung, Reisen und Mode, Malkurse und Kultur, Wellness und Kosmetik, Pflege-, Wohn- und Betreuungsformen bis zu Mobilität im Alter u.s.w., es ist für jeden etwas dabei.

Wer sich zu solchen und weiteren Themen, speziell für Personen über 50 informieren möchte, der sollte sich also das Wochenende 29./30. Oktober 2016 vormerken.

Das Rathaus Norderstedt ist mit dem Bus und der barrierefreien U-Bahn/AKN-Haltestelle Norderstedt-Mitte perfekt erreichbar. Auch dem Autofahrer stehen genügend Parkplätze zur Verfügung.

An beiden Tagen, Samstag 10 bis 18 Uhr und Sonntag 10 bis 17 Uhr, sind das Erdgeschoss, das Foyer der TriBühne sowie das erste Obergeschoss (Aufzug vorhanden) geöffnet. Im Plenarsaal des Rathauses finden an beiden Tagen, also während der gesamten Messezeit, interessante Vorträge statt. Rein- bzw. Zuhören lohnt sich.

Ein Höhepunkt ist mit Sicherheit der Auftritt von Carlo von Tiedemann. Die beliebte NDR-Legende wird, unter anderem, Auszüge aus seinem Buch „Ü60 na und?!“ vortragen und sich Fragen aus dem Publikum stellen. Im Anschluss findet eine Signierstunde statt.

Für das leibliche Wohl sorgt der Gastronomiestand mit Sitzgelegenheiten im Foyer der TriBühne.

Weitere Information unter www.lifeage-messe.de

Wir freuen uns auf Sie. Ihre Veranstalter

Silke Wiederhold

Thomas Will

SeMa

SeMa Senioren Magazin Hamburg GmbH,
Georg-Clasen-Weg 28,
22415 Hamburg

atw
event - marketing

atw agentur thomas will,
An der Schulkoppel 23,
22844 Norderstedt



EG-Passage

- **Annette Brandau**
Coaching + Klopftechnik
- **Captain Tortue**
Designermode aus Frankreich
- **CRM Alsterschlepper Haushaltsauflösungen UG**
Umzugsservice für Senioren
- **DIÄKO GmbH**
Diätprogramm, Beratung + Verkostung
- **Die rosarote Brille**
Sonnenbrillen, Brillengestelle, Sehtest
- **Deutsches Rotes Kreuz, Ortsverein Norderstedt e. V.**
Selbsthilfegruppen, Gesundheitsbereich + Hausnotruf
- **ENERGETIX**
Design-Magnetschmuck, Wellness-Tools
- **FriedWald GmbH**
Bestattungen in der Natur
- **FTI Cruises GmbH**
Kreuzfahrten
- **Hairfree Institut Norderstedt**
Dauerhafte Haarentfernung durch Licht
- **Hoffmann Immobilien GmbH & Co. KG**
Verkauf und Vermietung von Immobilien
- **Immunko Tee**
Kräutertee und Nahrungsergänzungsmittel
- **Katjas Zweithaarstudio GmbH**
Perücken, Haarteile, Toupets/Lavylites
- **Martens GbR**
Park Lane Jewellery, Schmuck
- **Messe-Info-Point**
- **Schmuggel Ladies**
Fitness + Wellness für Frauen
- **SeMa – Senioren Magazin Hamburg**
Das Magazin für die Generation 50+
- **Veloman eBike-Center**
Hochwertige eBikes, individuelle Fahrräder
- **Weingut Edelfhof, German König**
Frankenweine
- **Woodstocking®, Dr. med. Bettina Rippel**
Bewusst bewegen

Foyer

- **AK Touristik GmbH**
Hochwertige Reisen, Hochsee- und Flusskreuzfahrten
- **bellicon® Deutschland GmbH**
Minitrampolin, beweglich bleiben bis ins hohe Alter
- **Der Pöhlshof**
Seniorengerecht wohnen im Alter
- **Dr. Silke Böger, Herbalife**
Beratung zu Vitalität, Wohlbefinden
- **Emma Plambeck Haus**
Seniorengerechte Service-Wohnungen
- **GBI Großhamburger Bestattungsinstitut rV**
Bestattungsvorsorge, neue Friedhofsformen
- **G & S Fitness GmbH**
Gesundheits- und Sportpark Norderstedt
- **Hamburg-Lifte, Arne Buchholz**
Treppen-, Rollstuhl-, Hublifte
- **Hamburgs Verkehrsverbund**
Mobilitätsberatung für Senioren
- **HELIOS ENDO-Klinik Hamburg GmbH**
Spezialklinik für Knochen, Gelenk- und Wirbelsäulenchirurgie
- **Ihr Schlafberater**
Maßgeschneiderte Schlafsysteme
- **LIFEKINETIK, Franz Hagelstein**
Bewegung und Demenzprävention
- **Michael Friedrich Gartenbau**
Terrassen, Gartenbau, Winterdienst
- **Neubauer Touristik GmbH**
Städtereisen, Schiffsreisen, Aktivreisen, Kurzurlaub
- **Tagespflege Glashütte, Stefani Hotz**
Seniorentagespflege, Infos über Pflegekassenanträge
- **Türen Vertriebs Nord KG Schmidt GmbH & Co.**
PortaMatic Türantrieb
- **Vereinigte Hamburger Wohnungsbaugenossenschaft eG**
Wohnen im Alter
- **Vitakustik GmbH**
Moderne Hörgeräte und professionelle Beratung

Obergeschoss und Wappenraum

- **ADAC Schleswig-Holstein e. V.**
Automobilclub
- **APOrtha Deutschland GmbH**
Nahrungsergänzungsmittel + Sporternährung
- **Besser-Leben-ja, Arndt & Kasraei GbR**
Gesundheitsschuhe, Komfort-Schuhgeschäft
- **BIG BAU – Unternehmensgruppe**
Eigentumswohnungen + Reihenhäuser
- **Chorverein B-Note e. V.**
Rockende Senioren
- **Dieu Thin,**
Vietnamesische Massage
- **Eben im Leben e. V.**
Aufklärung zum Thema Demenz
- **Freunde alter Menschen e. V.**
Verein für soziale Kontakte und Begegnungen
- **Genoveva Reck-Thomas**
Körpertherapeutin
- **Golf for heart**
Golfkurse und Gruppen für Herzpatienten
- **Hamburger Wochenblatt**
Hamburgs größte kostenlose Wochenzeitung
- **HASPA Hamburger Sparkasse**
Vorstellung der Haspa Ruhestandsplanung
- **Heike Paßnecker**
Heilarbeit, Clearings, Besprechen, Jafra Kosmetik
- **Herrlich Grün – Melanie Hamdorff-Hager**
Nahrungsergänzungsmittel
- **Herz InForm**
Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- **HIS e. V. Uni Hamburg**
Fit ab 50 - geschickt bis 100! Inline-Skating + Rollsport
- **HörSysteme Franz**
HörSysteme – revolutionäres Hören ohne Batterie
- **Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.**
Hausnotrufsysteme und ambulanter Pflegedienst
- **Kraftwerk Fitness- und Gesundheitsstudio GmbH**
Rehasport und Präventionssport in Norderstedt
- **Landesverband Hamburg Seniorentanz im BVST e. V.**
Seniorentanz/Tanz im Sitzen
- **Lass Dir helfen e. V. Hamburg**
Sozial-/Seniorenberatung/Rentnerhilfe/Unterstützung
- **Martin Ullrich Immobilien**
Immobilien im Alter
- **Moorgesundheit, Edda Graf**
SonnenMoor Produkte, Kuren
- **NAKLAR! Verlag und Sprachwerkstatt für Französisch**
Kurse ab 50+ in Französisch
- **Natascha Moderau**
Aloevera + Düfte, Parfum von Guido Maria Kretschmar
- **Naturheilpraxis am Moordamm**
Naturheilkundliche Therapien,
Elke Kramper & Angelika Höringer
- **OMEGA – Mit dem Sterben leben e. V.**
Abulanter Hospizdienst
- **PRANA YOGASCHULE, Ane Königsbaum**
Yogaschule für Senioren
- **Sabine Ochota**
Kurena-Ernährung/Sterling-Silber-Schmuck
- **Seniorenbeirat Norderstedt**
Älter werden in Schleswig-Holstein
- **SKE-Reisen**
Kurreisen in die Slowakei und nach Tschechien,
betreute Safarireisen in Kenia
- **Sozialwerk Norderstedt e. V.**
Nachbarschaftsprojekte von NeNo, Netzwerk Norderstedt
- **Tastenzentrum Deutschland**
Wir machen Musik – mach mit. Elektronische Orgeln
- **Tango für Senioren, Helmut Fuchs**
Tango-Unterricht, Tanzveranstaltungen
- **the Seasons Art Class, Michael Piplack**
Malkurse für Senioren
- **Tor zur Balance**
Orientierungs- und Selbstmotivationsmethoden
- **tomute, Ute Köglmeier**
Handgemachte Taschen, Geldbörsen und Kissen
- **Wege aus der Einsamkeit e.V.**
Verbesserung der Lebensumstände älterer Menschen
- **WGP Produktdesign**
Alltagshilfen, Ess- und Trinkhilfen,
Pflegetextilien Tischwäsche und mehr