



UNSERE THEMEN

FIT & AKTIV IM ALTER

Informieren Sie sich am 18. und 19. September bei der InVita über aktuelle Angebote rund um die Themen Gesundheit, Freizeit, Reisen, Bildung, Finanzen, Bauen, Wohnen, Technik und vieles mehr. Für aktive Senioren und Personen, die sich stellvertretend für ihre Eltern, Verwandten und Bekannten informieren möchten, stehen zahlreiche Aussteller für Fragen bereit und stellen Dienstleistungen und Produkte vor, die das Leben im Alter einfacher und schöner machen. Zusätzlich erwartet Sie auf der Haupt- und Aktivbühne ein buntes Rahmenprogramm aus Vorträgen, Gesang und vielem mehr. Lassen Sie sich mitreißen und bleiben Sie aktiv!

BRIDGE FÜR ANFÄNGER & KÖNNER

Während Neulinge ganztägig in das Thema Bridge reinschnuppern können, gibt es für die Fortgeschrittenen jeweils um 14 Uhr ein kleines Turnier am Stand 7 G 10.

Informationen und Anmeldung unter:
0421 3649635 oder m.fastenau@arcor.de

**SONDERTHEMA
2018**
*Bauen, Wohnen &
Gestalten im Alter*

Ob Seniorenwohngemeinschaft,
eine eigene barrierefrei
gestaltete Wohnung oder ein
kompletter Neubau:
Damit Sie so lange wie
möglich ein selbstbestimmtes
Leben in vertrauter Umgebung
führen können, stehen Ihnen
unsere Experten beratend zur Seite.

GRUSSWORT

Liebe Besucherinnen
und Besucher,

seit vielen Jahren präsentiert
Ihnen die Bremer Seniorenmesse InVita jeweils an zwei
Tagen vielfältige Informationen
und Angebote rund um das
Thema älter werden in Bremen.
Sie hat sich damit zu einer
wichtigen Anlaufstelle für Menschen im fort-
geschrittenen Alter sowie für deren Angehörige
und Fachkräfte in Bremen und seinem Umland
entwickelt.

Auch in diesem Jahr wird die InVita Ihnen wiederum
für Ihren weiteren Lebensweg interessante
Anregungen, Informationen und Lösungsansätze bei
rund 100 Ausstellern und in einem umfassenden
Bühnenprogramm bieten, die es Ihnen ermöglichen
sollen, Ihren Alltag langfristig und weitgehend
selbstständig, sorgenfrei sowie in Ihrem gewohnten
Umfeld verbleibend zu gestalten.

Nutzen Sie die Chance, die sich Ihnen auf der InVita
bietet. Informieren Sie sich und kommen Sie
dabei zwanglos mit den Akteuren ins Gespräch.
Ich wünsche Ihnen einen interessanten,
erfolgreichen Messebesuch.

Ihre Anja Stahmann,
Anja Stahmann

Senatorin für Soziales, Jugend, Frauen, Integration
und Sport der Freien Hansestadt Bremen
Schirmherrin der InVita



Über den Eingang der Findorffstraße gelangen Sie auf direktem Weg zu der InVita. Sie können jedoch auch die beiden anderen Eingänge der HanseLife nutzen.

Unsere Eintrittspreise und eine Anfahrtsbeschreibung
finden Sie auf www.hanselife.de.

ÖFFNUNGSZEITEN

Dienstag, 18.9., und Mittwoch, 19.9., 10 – 18 Uhr

VERANSTALTER

**MESSE
BREMEN**

MESSE BREMEN & ÖVB-Arena
M3B GmbH
Findorffstraße 101 • 28215 Bremen
T 0421 3505-394 • F 0421 3505-437
info@hanselife.de • hanselife.de

Service-Telefon
0421/30 800 10
Touristische Informationen, Hotels,
Tickets, Reiseangebote und mehr.
BTZ
BREMER TOURISTIK-ZENTRALE

Bildnachweis: MESSE BREMEN / Jan Rathke



**18.+19. SEPT.
INVITA**
FIT & AKTIV IM ALTER

INKLUSIVE
HANSE
LIFE



Medienpartner
**WESER
KURIER** **bremen
Reins**

invita-bremen.de

HAUPTBÜHNE

Programm am Dienstag, 18.9.2018

- 10.30** Potpourri – stimmungsvoll in die InVita!
Chor aus Stuhr, Chorleitung: Anna Koch
- 11.00** Zukunft braucht Erfahrung Hans Wedekind, Senior Experten Service, Bonn
- 11.30** Schwerbehindertenausweis – wann und wie bekomme ich ihn? Frank Wallbaum, Amt für Versorgung und Integration Bremen
- 12.00** Potpourri – mit frischen Liedern auf der InVita!
Chor aus Stuhr, Chorleitung: Anna Koch
- 12.30** Dienstleistungszentren – Beratung und Nachbarschaftshilfe vor Ort Beate Brokmann, die Dienstleistungszentren in Bremen
- 13.00** PAUSE
- 13.30** In Bewegung bleiben – Monika Buss und ihre Gymnastikgruppe Aktive Menschen Bremen e.V., Senioren-Zentrum Am Siek
- 14.00** Grußwort Dr. Carsten Sieling Bürgermeister und Präsident des Senats der Freien Hansestadt Bremen
- 14.30** Zuhause wohnen bleiben – gut beraten – altersgerecht modernisieren
Meike Austermann-Frenz, kom.fort e.V. – Beratung für barrierefreies Bauen und Wohnen, Bremen
- 15.00** Ihre Entscheidung zur Organspende Sonja Schäfer, Organspendeaufklärung, Bremen/Bremerhaven
- 15.30** Demografischer Wandel – Risiko oder Chance für den Einzelnen Uwe-Matthias Müller, Bundesverband Initiative 50Plus, Berlin/Lauringen
- 16.00** Zärtlichkeit und Sexualität – Gestaltungsspielräume im Alter Ursula Reker-Blunk, Sexualberatung, Bremen
- 16.30** Nicht jede Vergesslichkeit ist gleich Demenz Tanja Meier, Demenz Informations- und Koordinationsstelle Bremen e.V. (DIKS)
- 17.00** Die Paradisos – Schlagerrevue der 50er und 60er Jahre Anselmo DiCaprio und Aldo Regozani, Bremen

Programm am Mittwoch, 19.9.2018

- 10.30** An die Segel – und rein in die InVita Capstan-Shanty-Chor e.V., Bremen, Chorleitung: Anna Koch
- 11.00** Unser Haus – energieeffizient, komfortabel, sicher Ulrich Pollkläsener, Klimaschutzagentur Energiekonsens, Bremen
- 11.30** Sprossen und Keimlinge – gesunde Vitamine von der Fensterbank Dr. Silke Mai, Chemikerin, u. Maike Kratschmer, Heilpraktikerin, TwoTwins
- 12.00** Volle Brise – von der Waterkant Capstan-Shanty-Chor e.V., Bremen, Chorleitung: Anna Koch
- 12.30** Vorsorge durch Vollmacht und Betreuungs-verfügung Dagmar Theilkühl, Betreuungsrecht und Soziale Hilfen, DRK Bremen
- 13.00** PAUSE
- 13.30** Grußwort Anja Stahmann Senatorin für Soziales, Jugend, Frauen, Integration und Sport der Freien Hansestadt Bremen
- 14.00** www.Seniorenlotse.Bremen.de Dr. Dirk Mittermeier, SeniorenVertretung Bremen
- 14.30** Das schwache Herz – Prävention, Diagnose und Therapie Dr. med. Manju Guha, Chefärztin Kardiologie, Reha-Klinik am Sendesaal, Bremen
- 15.00** Gestatten – wir sind es – vielfältig aufgestellt! Die Senioren-Zentren und -Treffs in Bremen
- 15.30** Nahrungsergänzungsmittel – Wundermittel oder Flops Gertraud Huiszinga, Verbraucherzentrale Bremen
- 16.00** Die Patientenverfügung Christian Woiwode, Hospiz Horn e.V., Bremen
- 16.30** The Blue Flames – Schlager und Rock'n'Roll Reiner Paul und Jan Olaf Rodt, Bremen

Moderation: Susanne Schlauss, Düsseldorf

AKTIVBÜHNE

Programm am Dienstag, 18.9.2018

- 10.30** Erste Hilfe live! ASB Bremen
- 11.00** Bessere Beweglichkeit, Aufrichtung und Haltung durch Faszienfitness! Das flutscht! BalancePRO
- 11.30** bellicon® – schwingend glücklich und gesund bellicon Deutschland GmbH
- 12.00** Lachend in den Messetag Die Lachschule Bremen
- 12.30** Erkenne die Hilferufe deines Körpers und bring ihn wieder in Balance Dein Health Concept
- 13.30** Rehasport und Funktionstraining Reha-Klinik am Sendesaal
- 14.00** Seniorentanzen auf den Füßen Bundesverband Seniorentanz
- 14.30** Niemals Altersheim Sport Lounge Munte GmbH
- 15.00** Die Kraft von Falun Dafa erleben: Gesundheit und Harmonie für Körper & Geist Deutscher Falun Dafa Verein e.V.
- 15.30** MOVITA® Tanzschule Tanzarena
- 16.00** Kutara Stability Tanzschule Cordero López GbR
- 16.30** Lachyoga Die Lachschule Bremen
- 17.00** Seniorentanzen im Sitzen Bundesverband Seniorentanz

STAND
7 G 42



Programm am Mittwoch, 19.9.2018

- 10.30** Erste Hilfe live! ASB Bremen
- 11.00** Die Kraft von Falun Dafa erleben: Gesundheit und Harmonie für Körper & Geist Deutscher Falun Dafa Verein e.V.
- 11.30** Seniorentanzen im Sitzen Bundesverband Seniorentanz
- 12.00** Spagat ins Alter Sport Lounge Munte GmbH
- 12.30** Erkenne die Hilferufe deines Körpers und bring ihn wieder in Balance Dein Health Concept
- 13.30** bellicon® – schwingend glücklich & gesund bellicon Deutschland GmbH
- 14.00** MOVITA® Tanzschule Tanzarena
- 14.30** Bessere Beweglichkeit, Aufrichtung und Haltung durch Faszienfitness! Das flutscht! BalancePRO
- 15.00** Rehasport und Funktionstraining Reha-Klinik am Sendesaal
- 15.30** Kutara Stability Tanzschule Cordero López GbR
- 16.00** Seniorentanzen auf den Füßen Bundesverband Seniorentanz

Das Programm finden Sie auch auf www.invita-bremen.de. Weitere Vorträge und abwechslungsreiche Unterhaltung bietet Ihnen auch die HanseLife-Bühne im Foyer der ÖVB-Arena. Programmänderungen vorbehalten.



VIELFALT ENTDECKEN

Mit Ihrer Eintrittskarte können Sie am selben Tag die HanseLife, die größte Verbrauchermesse im Nordwesten, in den Hallen 1 bis 6 inklusive Freigelände besuchen.



MARKTPLATZ BREMEN
Wohnartikel, Dekoration, Mode und Schmuck
→ Halle 1+2



LAND & NATUR
Konventionelle Landwirtschaft und Lebensmittel
→ Halle 3



HAUS, WOHNEN & EINRICHTEN
Hausbau, Inneneinrichtung und Bauelemente
→ Halle 4



AUTO & ZUBEHÖR
Accessoires, Kleidungsstücke und Dekoartikel
→ Halle 5



GESUNDHEIT, SPORT & LEBEN
Angebote rund um Körper, Geist und Seele
→ Halle 5



KUNSTHANDWERKERMARKT
Accessoires, Kleidungsstücke und Dekoartikel
→ Halle 5



AUTOMODELLE, PROBEFAHREN UND ZUBEHÖR
Automodelle, Probefahrten und Zubehör
→ Halle 5



GAMES FOR FAMILIES
Digitale und analoge Spiele für Jung und Alt
→ Halle 5



BEAUTY, STYLING & MORE
Kosmetik, Frisurenrends und mehr
→ Halle 5



KÜCHE & HAUSHALT
Leckereien und Spezialitäten aus aller Welt
→ Halle 6

