

# Aktiv Leben!

## Die Messe für die Generation 55plus

Alles, was Menschen der Generation 55plus interessiert

Aktiv bleiben und neue Ideen und Pläne entwickeln

Accessoires, Automobile, Bildung, Ehrenamt, Ernährung,  
Finanzen, Fitness, Foto, Genießen, Gesundheit, Immobilien,  
Mobilität im Alter, Recht, Reisen, Sicherheit, Sport, Wohnen

Ausstellung  
und Vorträge



# Ahrensburg

Schulzentrum am Heimgarten

Reesenbüttler Redder 4-10, 22926 Ahrensburg

Sonntag, 11.11.2018, 11 bis 17 Uhr

*Eintritt frei*

Organisator: Stiftung Mensch und Zukunft in Kooperation mit BürgerStiftung Region Ahrensburg

[www.aktivleben-55plus.de](http://www.aktivleben-55plus.de)

## Das Messe-Angebot

### 11 bis 17 Uhr Ausstellung

Alles, was Menschen der Generation 55plus interessiert

**Das Catering-Team** bietet Kaffee, Kuchen, Snacks und kalte Getränke.

### Vorträge

**11.30 Uhr** Durch gezieltes Kraft-Ausdauertraining fit in jedem Alter  
*Physio Zentrum Ahrensburg*

**12.00 Uhr** 24-Stunden-Betreuung aus Osteuropa – Worauf Sie achten sollten  
*Die Perspektive GmbH*

**12.30 Uhr** Wege zur optimalen Proteinversorgung - Vorbeugung von Mangel- und Fehlernährung im Alter  
*APOrtha Deutschland GmbH*

**13.00 Uhr** Anlagekonzepte unter Berücksichtigung der steuerlichen Situation in der Rentenphase  
*Marco John e.Kfm., Direktion für Deutsche Vermögensberatung*

**13.30 Uhr** 10 Dinge, die Sie über Rückenschmerzen nicht wussten  
*PARADOR Ahrensburg GmbH*

**14.00 Uhr** Unterstützungsmöglichkeiten für ältere Menschen im Alltag  
*Gesundheits- und Krankenpflege zu Hause Anke Schäddel*

**14.30 Uhr** Der Hörverlust und seine Folgen  
*Hörgeräte Kersten*

**15.00 Uhr** Gutes Geld – geht das? Nachhaltige Kapitalanlagen  
*DYAS Beratungsgesellschaft mbH*

**15.30 Uhr** Wie kann ich meine Beweglichkeit verbessern?  
*Physio Zentrum Ahrensburg*

**16.00 Uhr** Absicherung des Vermögens durch Vorsorgevollmacht & Co.  
*finanz-center AG*

**16.30 Uhr** Ätherische Öle - kraftvolle und therapeutische Essenzen  
*Dufte Welt*

## Die Aussteller der Messe in Ahrensburg

Ahrensburger Schützengilde e.V.

ATSV von 1874 e. V.

Ahrensburger Zentralheizungsbau

APOrtha Deutschland GmbH

brand GmbH

Betreuungsbüro Gabriele Bubert

Betreuungsverein Stormarn e.V.

Birkenhauer & Neubert GbR

Blinden- und Sehbehindertenverein

Brillenmode Johann-to-Settel

BürgerStiftung Region Ahrensburg

Bürger für Sicherheit e.V.

Cellagon Beratung Thomas Eckroth

Claas Lüders Computerschulung

Der Schuh Paulig GmbH

Deutscher Senioren-ComputerClub

Die Perspektive GmbH

Domicil-Seniorenpflegeheim

Hamburger Straße GmbH

Dräger & Pakatzki GbR

Dufte Welt

DYAS Beratungsgesellschaft mbH

Elektro- und Gebäudetechnik

Ahrensburg GbR

Ernst Kretzschmann GmbH

e-Bike Welt Ahrensburg GmbH

Edvardsson DIE Tanzschule am

Schloss GbR

finanz-center AG

FreundesKreis für Flüchtlinge

Ahrensburg e.V.

gate for travel Andrea Schäfer

Gesundheits- und Krankenpflege

zu Hause Anke Schäddel

Goedecke Bestattungen

Gödeke - Der Goldschmied GmbH

Grossmann & Berger GmbH

H. Antonioli Terrazzo- & Naturstein  
GmbH

Himalaya Institut

Hörgeräte Kersten Süd GmbH

Hospiz Ahrensburg e.V.

HSW Hanseatische Schutz- und  
Wachdienst GmbH

Ihr Reisezentrum

Immobilienvertrieb Nord GmbH

KIND Hörgeräte GmbH & Co. KG

Kosmetik Insel Marion Linda

Kreidenberg GmbH

kunstforum matthäus e.V.

Malteser Hilfsdienst e.V.

Marco John e.Kfm., DVAG

MEBO Sicherheit GmbH

mit-Reisen Touristik GmbH

Paasch Immobilien

PARADOR Ahrensburg GmbH

Park-Klinik Manhagen

Physioteam Ahrensburg

Physiotherapie Kraft

Physio Zentrum Ahrensburg

Pfizer Pharma GmbH

RA und Notar Stefan Dehns

REISEBERATER 24

Rieckhoffs Optik

Rosenhof Großhansdorf 2

Sanitätshaus M. Buder & Co. KG

Schmelzer Hörsysteme GmbH

Seniorenbeirat Ahrensburg

Sozialagentur Nord GmbH

STADAC GmbH & Co. KG

Stadtbücherei Ahrensburg

STADTHOUSE IMMOBILIEN

Stadtwerke Ahrensburg GmbH

Stiftung Mensch und Zukunft

STOLLE Sanitätshaus GmbH & Co. KG

Tai Chi Schule

Theater und Musik e.V.

UNION Reiseteam Ahrensburg e.V.

UTR Umzug Transport Renovierung

Verbraucherzentrale S.-H. e.V.

VEREIN JORDSAND e. V.

Versehrtensportgemeinschaft

von Poll Immobilien

Vorwerk Kundenvertretung

Wanderfreunde Stormarn e.V.

Wohnen im Alter Gabriele Petersen