

**AUSSTELLER:****Vereine, Verbände und Institutionen:**

- AG der Gleichstellungsbeauftragten Heidekreis, Soltau
- Ambulanter Hospizdienst, Walsrode
- „Anders Wohnen im Alter“, Walsrode
- DRK, Kreisverband Soltau e. V., Soltau
- Golf Club Tietlingen e. V.
- Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft Heidekreis
- Onkologischer Gesprächskreis, Bad Fallingbostel
- Schlaganfall SHG, Walsrode
- SHG Morbus-Bechterew, Walsrode
- „Soltauer Wohnmosaik“, Soltau
- Sozialverband VdK, Ortsverein Bomlitz
- Tauchfreunde SFA e.V.
- Überbetrieblicher Verbund Familie & Beruf e. V.

**Gewerbtreibende:**

- AOK Niedersachsen
- Architekturbüro Bosselmann, Munster
- careconcept Riethagenhof GmbH, Hodenhagen
- Energetix-Bingen, Magnetic Jewellery & Wellness, Bad Fallingbostel
- Feldenkrais, Soltau
- Institut für Gesundheitsförderung, Rotenburg
- Lipinski GmbH, Heizung - Sanitär
- Seniorenbetreuung mit Herz, Bomlitz
- U-Netz Heidekreis e. V.
- 2-Rad-Irmer, Bad Fallingbostel
- 24 Stunden Seniorenbetreuung, Walsrode

**Wir möchten  
interessierte Menschen**

- ◆ informieren
- ◆ beraten
- ◆ unterstützen
- ◆ junge Menschen sensibilisieren

**Sie können**

- ◆ anfassen
- ◆ ausprobieren
- ◆ und sich kompetent beraten lassen!

**Veranstalter:**Koordinierungsstelle  
Frau & Wirtschaft HeidekreisÜberbetrieblicher Verbund  
Familie & Beruf e. V., WalsrodeAutohaus Finke & Meckert KG,  
WalsrodeEUROPÄISCHE UNION  
Europäischer Fonds für  
regionale Entwicklung

Mitten in Niedersachsen - mitten im Leben.

**Nähere Informationen:****Koordinierungsstelle  
Frau & Wirtschaft Heidekreis**Feldstraße 7 - 9 · 29614 Soltau  
Telefon (051 91) 927 48 70 · Fax (051 91) 927 48 81  
E-Mail koostelle@heidekreis.de  
www.uebv-heidekreis.de  
www.koostelle-heidekreis.de

# Messe

**Samstag, 6. April 2013  
von 10.00 bis 18.00 Uhr****Autohaus  
Finke & Meckert KG  
Werner-von-Siemens-Straße 6  
29664 Walsrode**

## Mitten im Leben

Lebensqualität für die Generation plus

**Arbeiten · Bauen  
Leben · Wohnen****Beratungs- und  
Unterstützungsangebote im Heidekreis****Eintritt frei!****Kostenlose Parkmöglichkeit  
vor Ort****Shuttle-Service Gern holen wir Sie ab.  
Rufen Sie uns an unter  
(051 61) 98 99-44**

## GRUSSWORT

Schirmherr

**Manfred Ostermann**, Landrat

Liebe Mitbürgerinnen  
und Mitbürger,

der Anteil älterer Menschen in  
unserer Gesellschaft wächst – auch  
im Heidekreis. Rund ein Viertel der Be-  
völkerung ist 60 Jahre und älter. Die „Gene-  
ration plus“ nimmt damit eine immer wichtigere Rolle in  
unserer Gesellschaft ein. Deswegen müssen gerade ihre  
Bedürfnisse angemessen berücksichtigt werden.

Wie die Statistiken belegen, steigt der Anteil der Menschen,  
die bereits aus dem Arbeitsleben ausgeschieden sind, aber  
längst nicht zum „alten Eisen“ gehören. Industrie und Unter-  
nehmen haben diesen Trend erkannt und sich hinsichtlich  
ihrer Angebote auch darauf ausgerichtet.

Die Seniorenmesse „Mitten im Leben – Lebensqualität  
für die Generation plus“ ist nicht ausschließlich auf die  
Bedürfnisse der älteren Generation ausgerichtet, auch jün-  
gere Besucherinnen und Besucher finden hier vielseitige  
Informationen, ebenso Menschen mit Behinderung und  
pflegende Angehörige.

Die Seniorenmesse „Mitten im Leben – Lebensqualität  
für die Generation plus“ ist nicht ausschließlich auf die  
Bedürfnisse der älteren Generation ausgerichtet, auch jün-  
gere Besucherinnen und Besucher finden hier vielseitige  
Informationen, ebenso Menschen mit Behinderung und  
pflegende Angehörige.

Ich wünsche den Organisatoren und Veranstaltern der Aus-  
stellung viel Erfolg und den Besucherinnen und Besuchern  
interessante und unterhaltsame Stunden.

Nehmen Sie viele Anregungen für  
die Gestaltung Ihres weiteren  
Lebensweges mit und nutzen  
Sie diese Zeit „Mitten im  
Leben“ als eine glück-  
liche und aktive Phase.

Ihr  
**Manfred Ostermann**  
Landrat



## SAMSTAG, 6. APRIL 2013

### Eröffnung

**10.00 Uhr**

**Grußwort Helma Spöring**, Erste Kreisrätin

### Podiumsdiskussion:

### „Mitten im Leben – Lebensqualität für die Generation plus“

**10.15 Uhr**

**Dieter Heitmann**, stellvertr. Bürgermeister Walsrode

**Margret Hibbe**, ehem. Bürgermeisterin Walsrode

**Dr. Antje Ernst**, MehrgenerationenWohnen Soltau

**Karin Thorey**, Leiterin der  
Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft Heidekreis

**Michael Meckert**, Geschäftsführer  
Autohaus Finke & Meckert, Walsrode

**Rolf-Eberhard Irrgang**, Seniorenbeirat Walsrode

**Moderation Antje Diller-Wolff**,  
Journalistin, Moderatorin

### Vorträge

**11.00 – 11.30 Uhr**

**Vorbereitung auf die späten Jahre –  
macht Lust auf den Ruhestand!**

Dr. med. Petra Feind-Zehr

**12.00 – 12.30 Uhr**

**Aktiv im Alter – trotz Arthrose  
Aktuelle Behandlungsmöglichkeiten**

Priv.-Doz. Dr. med. Fritz Thorey

**15.30 Uhr**  
Sitztanzen – Tanzen  
steigert die  
Lebensqualität  
Claudia Hensel

**11.45 – 16.00 Uhr**

## Der Age-Explorer

Das Alter schon in jungen Jahren erleben.  
„Steigen“ Sie in unseren Age-Explorer und  
probieren Sie aus: Hören – Sehen – Fühlen

**13.00 – 13.30 Uhr**

**Schöner Reisen im besten Alter!**

„Initiative 50 plus“

Ersin Kocabas, Magical Travel

**14.00 – 14.30 Uhr**

**Mehr Beweglichkeit durch Feldenkrais**

**Vortrag mit kleinen praktischen Übungen**

Birgit Sauermüller

**15.00 – 15.30 Uhr**

**Musizieren mit demenzkranken Menschen**

Anke Feierabend

**16.00 – 16.30 Uhr**

**Ein bisschen Sonne gefällig?**

Betreutes Reisen mit dem DRK, Frau Sternowsky

**17.00 – 17.30 Uhr**

**Vorsorgeverfügungen – Selbstbestimmte  
Entscheidungen statt gesetzlicher Betreuung**

Nordmann & Redinger, Rechtsanwältinnen und  
Mediatorinnen – Carola Nordmann

**18.00 Uhr**

**Ende der Veranstaltung**

**10.00 – 18.00 Uhr**

**Jugend- und Kulturzentrum Walsrode**

für die Kinderbetreuung

**Bringen Sie bei Ihrem Besuch gern Ihre Kinder  
oder Enkelkinder mit!**

