

21. Februar 2019

Presseinformation

## Aktiv in jedem Alter mit der inviva!

Die inviva ist die Erlebnismesse für alle „Mitten im Leben“ und begleitet die Freizeit Messe 2019 erstmals an allen fünf Messetagen, vom 27. Februar bis 3. März. Die inviva liefert Angebote und Informationen für ein Leben – gesund, fit und selbstbestimmt. Partner der inviva sind unter anderen das Seniorenamt der Stadt Nürnberg, das Klinikum Nürnberg, der Sozialverband VdK sowie das Franken Fernsehen.

**Nürnberg** – Das Wohlbefinden in jedem Alter steht bei der inviva im Mittelpunkt, mit den Themenwelten „Gesundheit erhalten“, „Selbst bestimmen“ und „Zeit gestalten“. Rund 150 Aussteller darunter Kliniken, soziale Einrichtungen, Verbände, Vereine, Initiativen und Dienstleistungsunternehmen, präsentieren ein vielfältiges Angebot und geben Antworten und Lösungen für alle Lebensbereiche.

### Gesundheit erhalten

Prävention, Fitness und Gesundheit sind wichtige Themen auf der inviva. Dabei geht es um medizinische Vorsorge, alternative Heilmethoden, Rehabilitation und Betreuung aber auch um Fitness und Bewegung. Das Gesundheits-Forum stellt verschiedene Gesundheitsthemen vor und gibt den Besuchern die Möglichkeit, sich zu informieren und Experten um Rat zu fragen.

### Selbst bestimmen

Wo möchte ich wohnen und wie möchte ich leben? Die inviva stellt verschiedene Wohnkonzepte vor und präsentiert Möglichkeiten die eigenen vier Wände barrierefrei zu gestalten. In der Sonderschau „Barrierefreies Wohnen“ werden Hürden im Wohnumfeld, zum

Veranstalter:



AFAG Messen und  
Ausstellungen GmbH  
[www.afag.de](http://www.afag.de)

Projektleitung:

Messe inviva  
Messezentrum 1  
90471 Nürnberg  
☎ +49(0)911-9 88 33-520  
☎ +49(0)911-9 88 33-529  
[www.inviva.de](http://www.inviva.de)  
info@inviva.de



Mitglied im Fachverband  
Messen und Ausstellungen

Register-Gericht Nürnberg HRB 651  
Geschäftsführer:  
Henning und Thilo Könicke

Programmpartner:



Amt für Senioren und  
Generationenfragen -  
Seniorenamt



SOZIALVERBAND



Medienpartner:



Beispiel in Bad, abgebaut. Aber auch individuelle Schlafsysteme, Massagesessel und ergonomische Möbel sind auf der inviva zu finden.

### **Zeit gestalten**

Besucher, die auf der Suche nach neuen Hobbys und Freizeitpartnern sind, werden auf der inviva fündig. Verschiedene Vereine und Organisationen stellen sich den Besuchern vor und Tourismusorganisationen zeigen Möglichkeiten, um Franken in jedem Alter aktiv zu erleben. Wer sich gerne ehrenamtlich engagieren möchte, findet bei der Freiwilligenbörse der Stadt Nürnberg die richtigen Ansprechpartner. In Sachen Bewegung, Tanz und Sport lädt die inviva zum Erleben und Entdecken ein. Zum Wohlbefinden tragen auch Kosmetik- und Wellnessangebote sowie Mode und Schmuck bei. Nur wer sich sicher fühlt, fühlt sich auch wohl, daher gibt es verschiedene Beratungsangebote rund um das Thema Sicherheit auf der inviva. Das Polizeipräsidium Mittelfranken informiert auf der inviva zu Kriminalprävention und gibt Tipps für das richtige Verhalten, um sich vor Betrügern zu schützen. Im Rollator-Parcours steht die Verkehrssicherheit im Mittelpunkt.

### **Unterhaltsame Vorträge und sportliche Mitmachaktionen**

Auf der inviva-Aktionsfläche gibt es an allen Messetagen ein abwechslungsreiches Programm. An den ersten beiden Tagen (27. und 28. Februar) informiert das Klinikum Nürnberg zu verschiedenen Gesundheitsthemen. Auch gesunder Schlaf, seelische Gesundheit und die Themen Demenz und Gedächtnis stehen dabei im Fokus. Das Seniorenamt der Stadt Nürnberg stellt am 1. und 2. März die Themen „Rente, Freiheit und Digitales“ in den Mittelpunkt. So diskutiert zum Beispiel Ulrike Mascher, die Vorsitzende vom VdK Bayern, mit weiteren Experten die Frage „Rente: Welches Konzept hat Zukunft?“. Darüber hinaus geht es um Themen, wie „gesünder leben mit Apps“ oder um die Frage, ob man es erlernen kann, zufrieden älter zu werden. Am 3. März bringt das Franken Fernsehen ein unterhaltsames Programm auf die inviva-Bühne: Zwischen einer Kindertanzgruppe, Fränkischem Kabarett und einer Pommerschen Folkloretanzgruppe sind auch die Besucher zum Mitmachen aufgerufen, zum Beispiel beim Tai Chi Workshop. Beim Sport-Talk kommen regionale Sport-Größen zu Wort.

Der Bayerische Landes-Sportverband BLSV bringt ein sportliches Programm auf die Aktionsfläche der inviva: An allen Tagen steht Bewegung für alle Altersklassen im Mittelpunkt. So gibt es Judo

oder Säbel-Fechten für Senioren, Gymnastik-Mitmachaktionen, Sport zum Entspannen sowie Informationen rund um Leistungssport im Alter.

### **Freizeit Messe Nürnberg**

Wer das Reisen liebt, seinen Garten oder Balkon mit Liebe pflegt oder gerne sportlich im Freien aktiv ist, kann der Freizeit Messe Nürnberg einen Besuch abstatten. Die „Freizeit, Touristik & Garten“ läuft parallel zur inviva und kann mit der gleichen Eintrittskarte besucht werden. Am Wochenende (2. und 3. März) läuft die Whisk(e)y-Messe THE VILLAGE (Eintritt ab 18 Jahren) ebenfalls parallel zur Freizeit Messe. Weitere Informationen und Tickets unter [www.freizeitmesse.de](http://www.freizeitmesse.de) und [www.inviva.de](http://www.inviva.de).