

SENaktiv mit Kreativbereich eröffnet

Im Beisein von hochrangigen Vertretern aus Politik und Wirtschaft sowie zahlreichen interessierten Besuchern wurde heute Mittag die 47. SENaktiv mit Kreativbereich auf der Messe Innsbruck eröffnet. Westösterreichs größte Seniorenmesse ist zentraler Treffpunkt der Tirolerinnen und Tiroler im dritten Lebensabschnitt und bietet eine einmalige Plattform für Beratung, Service, Information und Unterhaltung. Wer sich zu altersgerechten Themen von Gesundheit über Bewegung bis hin zu Finanzen oder digitalen Lösungen informieren möchte, sich von Qualitätsausstellern beraten lassen oder einfach eine gute Zeit zusammen verbringen und das Tanzbein schwingen möchte, ist hier bestens aufgehoben.

Innsbruck, 14.11.2025. Startschuss für ein vital-kreatives Wochenende voller Gemeinschaft, Inspiration und Information: Unter kräftigem Applaus eröffnete Landesrat Mario Gerber am Freitag Mittag Westösterreichs größte Seniorenmesse SENaktiv mit Kreativbereich. Wie die Eröffnungsredner in ihren Grußreden festhielten, geht es auf der SENaktiv um das gute Leben im Alter, um Bewegung, Lebenslust, Eigenständigkeit und um die Freude daran, Neues auszuprobieren. Ob Gesundheitsberatung, kreative Workshops, gemeinsames Tanzen oder anregende Gespräche: Die Messe zeigt, wie vielfältig und aktiv der dritte Lebensabschnitt gestaltet werden kann.

Seniorenenquête eröffnet Messewochenende

Den Auftakt zur SENaktiv lieferte die Seniorenenquête des Landes Tirol. In ihrer 26. Auflage widmete sie sich heuer dem Thema „Sexualität im Alter“ und damit einem Lebensbereich, der eng mit Wohlbefinden, Nähe und Selbstbestimmung verbunden ist, aber oft mit Tabus belegt bleibt. In seinem Fachvortrag „Graue Haare, große Gefühle: Sexualität kennt kein Alter – Intimität und Sexualität im höheren Lebensalter“ beleuchtete Oberarzt Germar-Michael Pinggera der Universitätsklinik für Urologie Innsbruck: „Das Bedürfnis nach Nähe, Geborgenheit und Zuneigung bleibt ein Leben lang bestehen. Sexualität ist bis ins hohe Alter ein selbstbestimmter Ausdruck von Würde und Wohlbefinden. Achtsam und respektvoll zu lieben und sich gemeinsam nah zu bleiben, trägt wesentlich zur Lebensqualität bei.“ Die anschließende Diskussion zeigte deutlich, wie sehr respektvolle Beziehungen, körperliche Verbundenheit und emotionale Nähe auch im späteren Leben zum seelischen Wohl beitragen. Die Enquête regte zum offenen Austausch an und fand beim Publikum großen Zuspruch.

Ein Messewochenende, das zum Entdecken einlädt

Neben den Service- und Beratungsangeboten der Aussteller oder auf der Gesundheitsstraße erwartet die Besucherinnen und Besucher ein abwechslungsreiches Programm. Auf den Vortragsbühne in der Halle A bzw. Halle A Foyer informieren Experten rund um Ernährung, digitale Bildung, KI für den Alltag, Sturzprävention oder Lymphdrainage. Das Landeskriminalamt der Landespolizeidirektion Tirol hält täglich Vorträge zu aktuellen Betrugsformen bei Senioren. Die Entwicklungspsychologin Dorothea Hämmerer gibt am Sonntag um 11:00 Uhr wertvolle Tipps rund um gesundes Altern. Ins Forum 2 lädt am Samstag der Seniorenkongress des Tiroler Seniorenbundes unter dem Motto „Bewegung ist Medizin“ zu spannenden Einblicken in die Gesundheitsförderung durch

Sport und Aktivität. Darüber hinaus gibt es im Kreativbereich das Handwerken und kreative Gestalten zu entdecken mit einem vielfältigen Workshopangebot wie Adventkranzbinden, Keksebacken, das Gestalten von Grußkarten, Emaille-Bechern, Windlichtern oder das Nähen von Lunchbags, Wärmekissen und Geldbörsen, Quilten und Plotten oder viele weitere Bastelarbeiten. Wer gerne das Tanzbein schwingt, findet bei „Tanzen ab der Lebensmitte“ oder beim U1 Musikcafé den perfekten Rahmen für gesellige Stunden, etwa mit den Schuhplattlern des Trachtenvereins Mils, beim Musikantenstammtisch oder beim zünftigen Frühschoppen mit Franz Posch und seinen Innbrügglern am Sonntag ab 11:00 Uhr.

Lebensfreude, Begegnung und Inspiration

„Die SENaktiv mit Kreativbereich ist ein Ort, an dem Beratung, Wissen und ein vielfältiges Leistungsangebot auf Begeisterung treffen. Sie zeigt, wie lebendig, aktiv und am Puls der Zeit die Tirolerinnen und Tiroler auch im Alter sind“, fasst **Christian Mayerhofer**, Geschäftsführer der Congress Messe Innsbruck (CMI), zusammen. Auch Projektleiterin **Anna-Theresa Fuisz** betont den besonderen Charakter der Messe: „Es ist schön zu sehen, wie viel Offenheit, Energie und Neugier unsere Besucherinnen und Besucher mitbringen. Die SENaktiv steht für Lebensfreude, Gemeinschaft und dafür, das Alter als lebendige, kreative Lebensphase zu begreifen.“

Die SENaktiv mit Kreativbereich ist von Freitag bis Sonntag, 14. bis 16. November 2025, jeweils von 10 bis 17 Uhr geöffnet.

Der Eintritt inkludiert die kostenlose An- und Abreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln in ganz Tirol.

Mehr Informationen unter www.senaktiv.at.

Für Rückfragen stehe ich gerne zur Verfügung. Wir freuen uns über Ihre Berichterstattung!

Julia Zachenhofer, BA
Communication & PR



Messe Innsbruck
Kapuzinergasse 11, 6020 Innsbruck, Austria
☎ +43 (0) 512 5383 2178
✉ j.zachenhofer@cmi.at
www.cmi.at