

# 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

mehr als 60 Aussteller  
– ab 12 Uhr Vorträge



# Ahrensburg

# Das Messe-Programm

Organisator: BürgerStiftung Region Ahrensburg, Förderer: AK Touristik, Stifter-Service Ahrensburg

[www.buergerstiftung-region-ahrensburg.de](http://www.buergerstiftung-region-ahrensburg.de)

Ahrensburg, 05.11.2017

## Unser Informationsangebot heute für Sie

11.00 - **Ausstellung**  
17.00

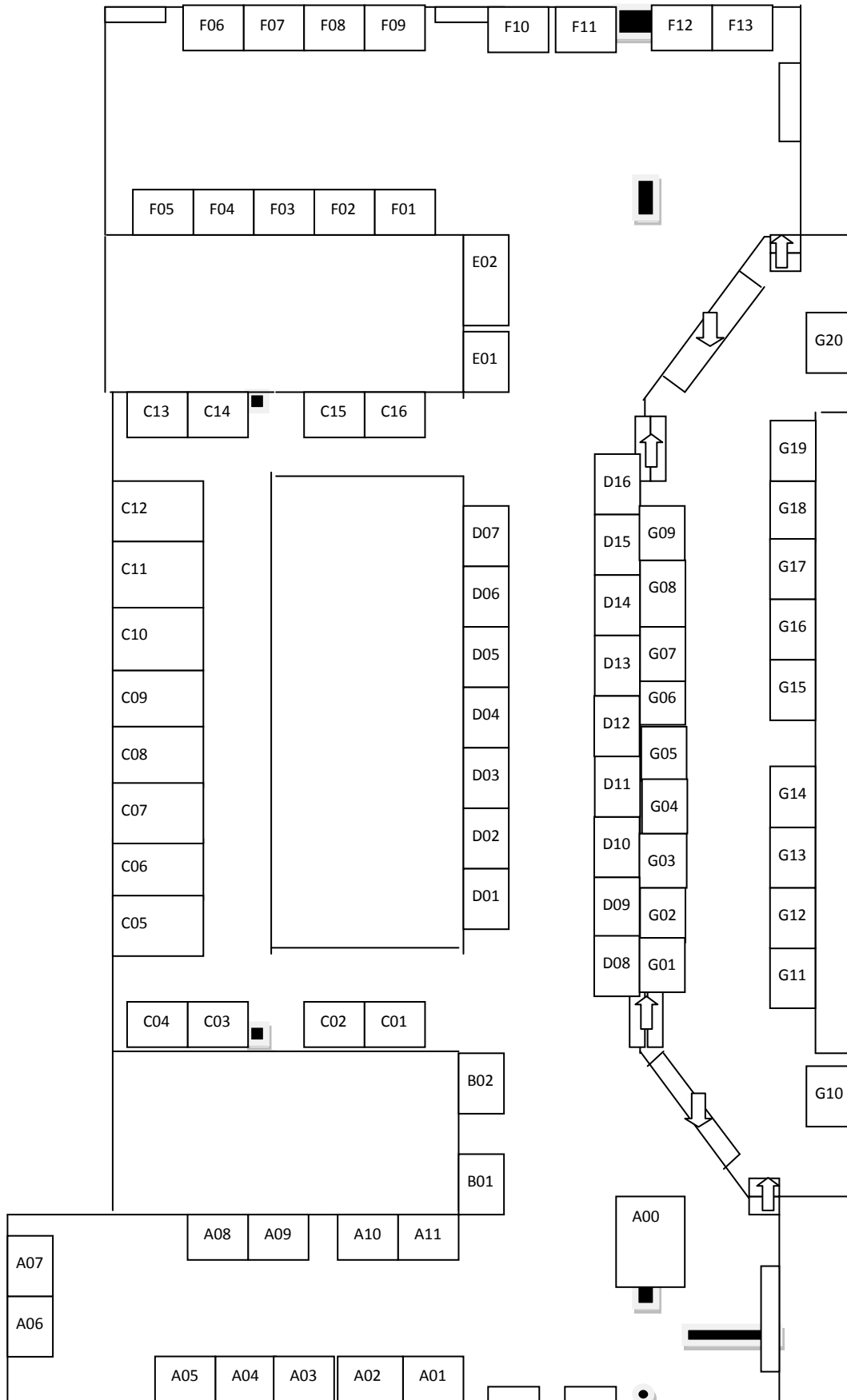
Alles, was Menschen der Generation 55plus interessiert rund um die Themen: Aktiv bleiben und neue Ideen und Pläne entwickeln, insbesondere Accessoires, Automobile, Bildung, Ehrenamt, Ernährung, Finanzen, Fitness, Foto, Genießen, Gesundheit, Immobilien, Kleidung, Mobilität im Alter, Recht, Reisen, Sicherheit, Sport, Wohnen.

Das Cafeteria-Team der Schule sorgt für Ihr leibliches Wohl.

### Vorträge

12.00	<b>Meine Immobilie im Alter</b> Immobilien Consulting Großhansdorf
12.30	<b>Wege zur optimalen Proteinversorgung - Vorbeugung von Mangel- und Fehlernährung im Alter</b> APOrtha Deutschland GmbH
13.00	<b>Niedrigzinsen – Wege aus der Not sowie Absicherung des Vermögens durch Vorsorgevollmacht &amp; Co.</b> finanz-center AG
13.30	<b>Ursachen der Arthrose und Möglichkeiten der Linderung</b> Physioteam Ahrensburg Inken Wilde Thomas Glogau
14.00	<b>Überblick über den Immobilienmarkt</b> Grossmann und Berger GmbH
14.30	<b>Dank schöner Bäder und moderner Heizung möglichst lange in den eigenen vier Wänden wohnen</b> Ahrensburger Zentralheizungsbau GmbH
15.00	<b>Gesund und fit bis ins hohe Alter durch gezieltes Muskeltraining</b> Physio Zentrum Ahrensburg
15.30	<b>Pflegebedürftigkeit aber dennoch aktiv leben und keinem zur Last fallen</b> Heinz Schindler Generalvertretung der Allianz
16.00	<b>Yoga bis ins hohe Alter</b> Himalaya Institut, Yogaschule Ahrensburg e.V.
16.30	<b>Ätherische Öle - kraftvolle und therapeutische Essenzen</b> Duft Welt

# Messe Aktiv Leben 05.11.2017 Belegungsplan



AKTIV LEBEN 05.11.2017

Aussteller	Stand Nummer	Aussteller	Stand Nummer
20Wines	G15	Kräuterhaus Lübeck	G14
A. Johnsen Zimmerei & Hausbau GmbH & Co.KG	D09	Kreisverkehrswacht Stormarn e.V.	G08
Ahrensburger Schützengilde e.V.	G18	Kulturzentrum Marstall am Schloß e.V.	G16
Ahrensburger Zentralheizungsbau GmbH	F05	Kunst- und Antiquitätenhandel Peter Schmidt	D10
AK Touristik GmbH	Außengelände	Malteser Hilfsdienst e.V.	G06 und außen
Amplifon Deutschland GmbH	G20	Marlies Elisabeth Graack	G12
APOrtha Deutschland GmbH	C16	MEBO Sicherheit GmbH	G13
AWO Ahrensburg e.V.	G02	Paasch Immobilien	G10
basefood coaching und Gesundheitsberatung	D04	Parkklinik Manhagen	F09
Betreuungsbüro Gabriele Bubert	D08	Physio Zentrum Ahrensburg	B02
Birkenhauer & Neubert GbR	A08	Physioteam Ahrensburg Inken Wilde Thomas Glogau	G04
Bürger für Sicherheit e.V. Ahrensburg	G07	Physiotherapie Kraft	D03
BürgerStiftung Region Ahrensburg	A00	Polizeidirektion Ratzeburg, Präventionsstelle	G09
Claas Lüders Computerschulung	D07	ProShop Sean D. FitzGerald	G11
Domicil - Seniorenpflegeheim Hamburger Straße GmbH	D05	Provinzial Versicherungen Kai Drews und Christian Gerber e.K.	C07 und C08
Dräger & Pakatzki GbR	A06 und A07	Raiffeisenbank Südstormarn Mölln eG	G01
DUE Damen- und Herrenmode	A02	Rieckhoffs Optik	C03
Dufte Welt	F01 und F02	Rohde Optik	A09
DYAS Beratungsgesellschaft mbH	A05	Rosenhof Großhansdorf 2 Seniorenwohnanlage	C09 und C10
Ernst Kretzschmann Eisen- und Haushaltswaren- und Fahrrad-GmbH	C15	Sanitätshaus M. Buder & Co. KG	D02
Finanzberatung Rollinger	A03	Schmelzer Hörsysteme GmbH	C05 / C06 und außen
finanz-center AG	C02	Schmerztherapeut Patrick C. Nehmzow	C13 und C14
Fotostudio am Schloss Cornelia Hansen	D14	Seniorenbeirat der Stadt Ahrensburg	B01
gate for travel Andrea Schäfer	F08	Senioren-Union Ahrensburg	F10
Gesundheitszirkel Management Thomas Büchner	F07	STADAC GmbH & Co. KG	D01 und außen
Glaserei Stefan Poslednik	D13	Stadtbücherei Ahrensburg	G05
Gödeke - Der Goldschmied GmbH	D11	Stadtwerke Ahrensburg GmbH	C11 und C12
Grossmann & Berger GmbH	A10 und A11	STOLLE Sanitätshaus GmbH & Co. KG	F03 und F04
Hapag-Lloyd-Reisebüro Ahrensburg Kreuzfahrtberater GmbH	A01	Thomas Eckroth Cellagon Beratung	E01
Heinz Schindler Generalvertretung der Allianz	E02	Tischlerei Nagel	A04
Helbing Rabe Cafeteria GmbH	Cafeteria	Tours & Travel GmbH	D15
Himalaya Institut, Yogaschule Ahrensburg e.V.	G19	UNION Reisetem Ahrensburg e.V.	F11
HSW Hanseatische Schutz- und Wachdienst GmbH	C04	Volkshochschule Glinde	G17
Ihr Reisezentrum	C01	von Poll Immobilien	F06
Immobilien Consulting Großhansdorf	D12	Vorwerk Kundenvertretung	D06
Johanniter Unfall-Hilfe e.V.	G03	yourGreen	F12 und F13
KIND Hörgeräte GmbH & Co. KG	D16		

Aussteller	Angebote	Aktionen auf der Messe	Accessoires, Kleidung	Automobile, Fahrräder	Bildung	Ernährung	Finanzen	Foto	Gesundheit, Pflege	Immobilien, Wohnen	Rechtsfragen	Reisen	Sicherheit	Sport	Stand Nummer
20Wines	Weinhandel, Präsent- und Versandservice, Weinschulungen, Veranstaltungen, Webshop, Gastroservice					1									G15
A. Johnsen Zimmerei & Hausbau GmbH & Co.KG	Ökologischer Holzhausbau									1					D09
Ahrensburger Schützengilde e.V.	Schützenwesen = Sport und Tradition													1	G18
Ahrensburger Zentralheizungsbau GmbH	Altersgerechte Bäder und moderne Heizungssysteme	Vortrag: Dank schöner Bäder und moderner Heizung möglichst lange in den eigenen vier Wänden								1					F05
AK Touristik GmbH	Urlaubsreisen mit dem Bus	Panoramabus vor der Schule										1			Außengelände
Amplifon Deutschland GmbH	Hörgeräte zum Jungfühlen, Hörschutz								1						G20
APOrtha Deutschland GmbH	Nahrungsergänzungsmittel	Vortrag: Wege zur optimalen Proteinversorgung				1			1						C16
AWO Ahrensburg e.V.	Angebote für Freizeit, Kultur, Gesundheit und Beratung der Leitstelle Älter werden				1				1						G02
basefood coaching und Gesundheitsberatung	Ernährungs- und Gesundheitscoaching					1			1						D04
Betreuungsbüro Gabriele Bubert	Vorsorge - Betreuung- Nachlassbetreuung								1						D08
Birkenhauer & Neubert GbR	Physikalische Gefäßtherapie BEMER								1						A08

Aussteller	Angebote	Aktionen auf der Messe	Accessoires, Kleidung	Automobile, Fahrräder	Bildung	Ernährung	Finanzen	Foto	Gesundheit, Pflege	Immobilien, Wohnen	Rechtsfragen	Reisen	Sicherheit	Sport	Stand Nummer
Bürger für Sicherheit e.V. Ahrensburg	Informationen zur Vereinstätigkeit												1		G07
BürgerStiftung Region Ahrensburg	Ehrenamt, Erben und Vererben, Gemeinnützigkeit, Stiftungen				1						1				A00
Claas Lüders Computerschulung	Computerdienstleistungen für PC und Mac				1										D07
Domicil - Seniorenpflegeheim Hamburger Straße GmbH	Leben in einer Seniorenresidenz									1					D05
Dräger & Pakatzki GbR	kyBoot, der Schweizer Luftkissenschuh								1						A06 / A07
DUE Damen- und Herrenmode	Kleidung und Accessoires für Herbst und Winter		1												A02
Dufte Welt	Ätherische Öle und Produkte der Firma doTERRA	Vortrag: Ätherische Öle - kraftvolle und therapeutische Essenzen							1						F01 / F02
DYAS Beratungsgesellschaft mbH	Beratung für Senioren zu den Themen Erben, Vollmachten, Steuern, Immobilien, Finanzen						1			1	1				A05
Ernst Kretschmann Eisen- und Haushaltswaren- und Fahrrad-GmbH	E-Bikes			1											C15
Finanzberatung Rollinger	Generationenberatung, Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Unternehmensvollmacht, Testament						1				1				A03
finanz-center AG	Regelmäßige Kapitalerträge, Versicherung von Pflegeleistungen, Finanzierung von energetischen und altengerechten Umbauten	Vortrag: Niedrigzinsen – Wege aus der Not sowie Absicherung des Vermögens durch Vorsorgevollmacht & Co.					1			1					C02

Aussteller	Angebote	Aktionen auf der Messe	Accessoires, Kleidung	Automobile, Fahrräder	Bildung	Ernährung	Finanzen	Foto	Gesundheit, Pflege	Immobilien, Wohnen	Rechtsfragen	Reisen	Sicherheit	Sport	Stand Nummer
Fotostudio am Schloss Cornelia Hansen	Familienfotos und weitere Fotoarbeiten							1							D14
gate for travel Andrea Schäfer	Reiseangebote											1			F08
Gesundheitszirkel Management Thomas Büchner	Medizinisches Muskel-Kraft und Herz-Kreislauftraining am Premium milon Zirkel, Ernährungsberatung	Terminvereinbarung für kostenfreies Probetraining, 50€ Wertgutschein für Mitgliedschaft, Mitgliedschaft ohne Vertragsbindung oder flexible 10er Karte							1					1	F07
Glaserei Stefan Poslednik	Barrierefreie Duschen, Verglasungen für Einbruchs-, Sicherheits-, Schall- und Wärmeschutz									1					D13
Gödeke - Der Goldschmied GmbH	Schmuck: Einschätzung - Umarbeitung - Reparatur						1								D11
Grossmann & Berger GmbH	Aktuelle Immobilienangebote	Vortrag: Überblick über den Immobilienmarkt								1					A10 / A11
Hapag-Lloyd-Reisebüro Ahrensburg Kreuzfahrtberater GmbH	Busreisen, Pauschalreisen											1			A01
Heinz Schindler Generalvertretung der Allianz	Pflegevorsorge	Vortrag: Pflegebedürftigkeit aber dennoch aktiv leben und keinem zur Last fallen					1								E02
Helbing Rabe Cafeteria GmbH	Essen, Getränke, Kaffee und Kuchen in der Cafeteria					1									Cafeteria
Himalaya Institut, Yogaschule Ahrensburg e.V.	Yoga bis ins hohe Alter	Vortrag: Yoga bis ins hohe Alter							1						G19
HSW Hanseatische Schutz- und Wachdienst GmbH	Alarmanlagen, Schließanlagen, Sicherheitsdienst, Hausnotruf, Sicherheitsberatung									1			1		C04

Aussteller	Angebote	Aktionen auf der Messe	Accessoires, Kleidung	Automobile, Fahrräder	Bildung	Ernährung	Finanzen	Foto	Gesundheit, Pflege	Immobilien, Wohnen	Rechtsfragen	Reisen	Sicherheit	Sport	Stand Nummer
Ihr Reisezentrum	Studienreisen, Busreisen und Kreuzfahrten											1			C01
Immobilien Consulting Großhansdorf	Alles rund um die Immobilie - meine Immobilie im Alter	Vortrag: Meine Immobilie im Alter								1					D12
Johanniter Unfall-Hilfe e.V.	Informationen zur ambulanten Pflege, Hausnotruf								1	1					G03
KIND Hörgeräte GmbH & Co. KG	Hörgeräte zum Jungfühlen, Hörschutz, gutes Hören	Schnellhörtest, Glücksrad							1						D16
Kräuterhaus Lübeck	Selbstgefertigte Kräuter- und Naturkosmetik					1									G14
Kreisverkehrswacht Stormarn e.V.	Prävention für Senioren												1		G08
Kulturzentrum Marstall am Schloß e.V.	Verein, Programminhalte, Veranstaltungen				1										G16
Kunst- und Antiquitätenhandel Peter Schmidt	Kunst und Antiquitäten: Einschätzung - Ankauf - Verkauf						1								D10
Malteser Hilfsdienst e.V. Kreisgeschäftsstelle Stormarn	Sanitätsdienst	Rettungswagen											1		G06 und außen
Marlies Elisabeth Graack	Lavylites-Essenzen aus der Natur für Mensch und Tier					1			1						G12
MEBO Sicherheit GmbH	Hausnotrufgerät, Mobile Care und Notruf												1		G13
Paasch Immobilien	Immobilien-Angebote									1					G10



Aussteller	Angebote	Aktionen auf der Messe	Accessoires, Kleidung	Automobile, Fahrräder	Bildung	Ernährung	Finanzen	Foto	Gesundheit, Pflege	Immobilien, Wohnen	Rechtsfragen	Reisen	Sicherheit	Sport	Stand Nummer
Parkklinik Manhagen	Leistungsspektrum der Klink, u.a. Unfallambulanz								1						F09
Physio Zentrum Ahrensburg	Physiotherapie, Krankengymnastik, präventives Training an Gesundheitszirkel und Vibrationsplatte	Vortrag: Gesund und fit bis ins hohe Alter durch gezieltes Muskeltraining							1					1	B02
Physioteam Ahrensburg Inken Wilde Thomas Glogau	Physiotherapie, Fitness, Prävention	Vortrag: Ursachen der Arthrose und Möglichkeiten der Linderung							1						G04
Physiotherapie Kraft	Osteopathie, Physiotherapie, Training								1						D03
Polizeidirektion Ratzeburg, Präventionsstelle	Prävention für Senioren												1		G09
ProShop Sean D. FitzGerald	Golfschule im Golfclub Siek/Ahrensburg, 5 Schritte zur Platzreife: Equipment, Kosten													1	G11
Provinzial Versicherungen Kai Drews und Christian Gerber e.K.	Kapitalanlagen, Pflegeversicherung						1								C07 / C08
Raiffeisenbank Südstormarn Mölln eG	Sorglos im Alter - Habe ich alles geregelt? Rente - reicht das? Wohnen im Alter - Schenken oder Vererben? / Wie wohne ich? Online-Banking - Ja, ich will - doch wie? Angst-Thema?						1								G01
Rieckhoffs Optik	Sehtest und Beratung	Sehtest							1						C03
Rohde Optik	Vergrößernde Sehhilfen, Brillen-Kontaktlinsen								1						A09

Aussteller	Angebote	Aktionen auf der Messe	Accessoires, Kleidung	Automobile, Fahrräder	Bildung	Ernährung	Finanzen	Foto	Gesundheit, Pflege	Immobilien, Wohnen	Rechtsfragen	Reisen	Sicherheit	Sport	Stand Nummer
Rosenhof Großhansdorf 2 Seniorenwohnanlage	Individuell und unabhängig leben in netter Gesellschaft mit Service und Dienstleistung auf hohem Niveau	Gewinnen Sie ein Probewohnen für zwei Übernachtungen im Rosenhof Großhansdorf 2								1					C09 / C10
Sanitätshaus M. Buder & Co. KG	Reisestrümpfe, Kompressionsstrümpfe, Scooter, Rollatoren, Bandagenmessung	Venenmessung							1						D02
Schmelzer Hörsysteme GmbH	Hörsystemesimulator/ Klangfinder	Hörtest und Beratung							1						C05 / C06 und außen
Schmerztherapeut Patrick C. Nehmzow	Schmerzfrei durch das Leben gehen	Überprüfung der Körper-Statik							1						C13 / C14
Seniorenbeirat der Stadt Ahrensburg	Handeln und Aufgaben des Seniorenbeirates														B01
Senioren-Union Ahrensburg	Aufgaben und Aktivitäten der Senioren-Union														F10
STADAC GmbH & Co. KG	BMW 2 ACTIVE TOURER			1											D01 und außen
Stadtbücherei Ahrensburg	Services der Stadtbücherei				1										G05
Stadtwerke Ahrensburg GmbH	Strom- und Gasversorgung									1					C11 / C12
STOLLE Sanitätshaus GmbH & Co. KG	Kompression und Rollatoren, Gehstöcke, Haltegriffe für das Bad, Einlagen	Mobile Ganganalyse und Beratung zum Thema Sport							1					1	F03 / F04
Thomas Eckroth Cellagon Beratung	Cellagon Funktionelle Lebensmittel und Naturkosmetik					1			1						E01
Tischlerei Nagel	Einbruchsschutz									1			1		A04

Aussteller	Angebote	Aktionen auf der Messe	Accessoires, Kleidung	Automobile, Fahrräder	Bildung	Ernährung	Finanzen	Foto	Gesundheit, Pflege	Immobilien, Wohnen	Rechtsfragen	Reisen	Sicherheit	Sport	Stand Nummer
Tours & Travel GmbH	Natur- und Aktivreisen in Europa, Radreisen an Flüssen und Seen, Wanderreisen, Rad- und Schiffsreisen											1			D15
UNION Reisetem Ahrensburg e.V.	Reisen für und mit Senioren											1			F11
Volkshochschule Glinde	Gesundheitsprogramme der VHS				1				1						G17
von Poll Immobilien	Immobilien: Bewertung, Tipps und Beratung zu Kauf und Verkauf									1					F06
Vorwerk Kundenvertretung	Haushaltsreinigungssystem von Vorwerk, u.a. Staubsauger, Saugroboter									1					D06
yourGreen	Kunstrasen der neuesten Generation									1					F12 / F13