

Im Veranstaltungskalender fest etabliert

Die Aktivia ist eine Solinger Institution

Solingen (IT). »Aktivia - den Ruhestand genießen«, lautet der Titel der bewährten Messe für Menschen im besten Alter, die am 6. Oktober in der Sparkassenhauptstelle, Kölner Straße 68-72, stattfinden wird.

Und Genuss ist ein gutes Stichwort, dreht sich doch vieles von dem, was die 24 Aussteller dort präsentieren, um Dinge, die das Leben ab 55 lebens- und erlebnisreicher machen.

Fünf Bereiche werden abgedeckt: Fitness & Sport, Gesundheit & Wellness, Leben & Wohnen, Kultur & Reisen sowie Finanzen & Steuern.

Informiert die Sparkasse über Kreditkarten für Senioren, die gerne auf Reisen gehen, so vertritt der Seniorenbeirat Interessantes über die Taschengeldbörse, Handy- und Computerkurse sowie über die Aktion »Nette Toilette«, die für die Anschaf-

fung öffentlicher WCs plädiert. Gemeinsam mit dem Seniorenbeirat betreibt der Stadtdienst Soziales einen Stand an dem das Zusammenspiel der Generationen dargestellt werden soll. Die Solinger Freiwilligen Agentur offeriert ein breites Spektrum an ehrenamtlichen Aufgaben, die zeigen, dass Menschen im Ruhestand in der Gesellschaft immer noch dringend gebraucht werden.

Die Nordic Walking Schule Pöllmann bietet wieder kostenlose Schnupperkurse an. Man kann Stöcke ausprobieren, Längen testen und sich beraten lassen.

Am Stand der Naturheilpraxis Gudula Dickhut wird wieder die pneumatische Pulsationstherapie vorgeführt. Außerdem informiert die Praxis über das spannende Thema »Medizinische Heilhypnose«.

Marion Falke vom EnLiMa - Institut demonstriert das Taping und informiert Interessierte über die Vorteile von Shiatsu und Ayurvedabehandlungen.

Weniger exotisch, dafür aber ebenfalls effektiv ist die sportliche Betätigung im Alter. Der Solinger Stadtsportbund gibt hier wichtige Tipps.

Abgerundet werden die Aktivitäten der Aussteller durch ein attraktives Vortragsprogramm.

Samstag, 6. Oktober, 9.30 Uhr bis 16.00 Uhr in der Hauptstelle der Stadt-Sparkasse Solingen, Kölner Str. 68-72



Aktivita – die Messe für die schönste Lebensphase!

aktivia *Den Ruhestand genießen!*

Mit vielen Aktionen, Anregungen und Informationen für einen aktiven und sorgenfreien Lebensabend. Neugierig geworden? Wir freuen uns auf Ihren Besuch – der Eintritt ist frei!



www.enlima.de

**Fit werden
und bleiben,**

mit Shiatsu-Akupressur
Massage und Taping.

Marion Falke

Focher Str. 90

Tel.: 02 12 / 2 33 26 96

Mobil: 01 73 / 3 06 39 39

»Die Aktivia hat sich im Veranstaltungskalender der Stadt Solingen inzwischen fest etabliert. Etwa 2.000 Besucher kommen jedes Jahr. Das freut mich natürlich, weil es sich wirklich um eine sinnvolle und informative Veranstaltung handelt«, so Sparkassen-Vorstandsvorsitzender Lothar Heinemann, der davon ausgeht, dass man auch von den Besucherzahlen her noch lange nicht am Ende angekommen ist. Zeit: 9.30-16 Uhr.