

Inhalt

Das Organisationskomitee	2
Vorwort des OK-Präsidenten	3
Über unsern Verein	4
Was Sie erwartet	7
Der Hallenplan	8/9
Die Aussteller von A bis Z inkl. Stand-Nummern	10
Die Ausstellungs-Themen inkl. Stand-Nummern	13



Notruf-Nummern

Internationaler Notruf	112
Polizei	117
Feuerwehr	118
Sanität	144
REGA	1414

Das Organisationskomitee



Bernhard Grimm
Präsident OK
Marketing, Werbung



Jürg Preisig
Vizepräsident OK
Sponsoring



Simone Leutenegger
Besucher- und
Messekoordination



Susanne Strub
Besucher- und
Messekoordination



Joseph Schmidlin
Hallenorganisation



Benno Fehlmann
Restauration



Regula Gerber
Koordination und Administration

Diese Gemeinden unterstützen aktiv die *Aaretaler Info-Messe26*:



Patrick Linder
Allmendingen



Yanik Augstburger
Gerzensee



Patric Bigler
Jaberg



Toni Hossmann
Kiesen



Alex Röthlisberger
Kirchdorf



Bianca Lädach
Oppligen



Franziska Woodtli
Rubigen



Felix Kesselring
Wichtrach

Aktiv ins Alter

Herzlich willkommen!

Älterwerden und alt sein ist heutzutage weit mehr, als einfach nur ein Lebensabschnitt. Viele verbinden das Älterwerden mit Aktivität, Selbstbestimmung und Lebensfreude – zugleich entstehen neue Fragen rund um Gesundheit, Wohnen, Mobilität, Vorsorge und Unterstützung im Alltag.

An Bedeutung zugenommen haben auch soziale Kontakte, Sinnhaftigkeit und ein gutes Miteinander zwischen den Generationen. Die *Aaretaler Info-Messe* „Aktiv ins Alter“ richtet sich an Menschen, die informiert, neugierig und eigenständig in die kommenden Lebensjahre gehen möchten, ebenso wie an Angehörige und Familien, die sich orientieren und informieren wollen.

Die Messe zeigt auf, wie vielfältig die Möglichkeiten für ein erfülltes Leben im Alter sind und bietet Inspiration ebenso wie konkrete Lösungen. Zahlreiche regionale Ausstellerinnen und Aussteller präsentieren Angebote, Dienstleistungen und Hilfestellungen aus unterschiedlichen Lebensbereichen.

Persönliche Gespräche, fachliche Inputs und der Austausch stehen dabei im Mittelpunkt.

Ich lade Sie herzlich ein, sich Zeit zu nehmen, Neues zu entdecken, Fragen zu stellen und Kontakte zu knüpfen.

Im Namen des Organisationskomitees wünsche ich Ihnen einen informativen, bereichernden und rundum gelungenen Besuch an der *Aaretaler Info-Messe*.

Bernhard Grimm
OK-Präsident

Über uns

Der Verein 65+ Münsingen wurde im Herbst 2017 gegründet.



Der Vorstand, seines Zeichens der **Seniorenrat Münsingen**, hat mit der Einwohnergemeinde einen Leistungsvertrag abgeschlossen. Darin wird festgehalten, dass sich der Seniorenrat in seiner Tätigkeit am Altersleitbild 2016 der Gemeinde Münsingen orientiert. Er vertritt die Interessen und die Anliegen der Seniorinnen und Senioren gegenüber den Organen der Einwohnergemeinde Münsingen.

Er erfasst die Bedürfnisse und Anliegen der Generation 65+. Mit verschiedenen Angeboten und laufenden Veranstaltungen sowie Einzelprojekten wird – oft auch generationenübergreifend – eine gute Vernetzung in der Bevölkerung gefördert. Die Zusammenarbeit mit der Einwohnergemeinde Münsingen, mit Institutionen, Organisationen und Vereinen ist ein wichtiger Bestandteil zur Erreichung guter Lösungen.

Der Seniorenrat ist politisch und konfessionell neutral. Er ist als unabhängiges Gremium damit beauftragt, dafür Sorge zu tragen, dass den guten Vorsätzen, die im Leitbild festgehalten wurden, auch gute Ergebnisse bei der Umsetzung der fixierten Ziele folgen.

Verein 65+ Münsingen
p.A. Einwohnergemeinde Münsingen
Koordinationsstelle 65+
Neue Bahnhofstrasse 4
3110 Münsingen

Werden Sie Mitglied!



SIE...



*sind seit kurzem pensioniert
oder stehen kurz vor einer Neuorientierung.*



*überlegen sich, wie Sie Ihre frei gewordene Zeit
sinnvoll nutzen können.*



*möchten, dass aus Ihren Ideen konkrete Projekte entstehen
und dass sie verwirklicht werden.*



*wollen gemeinsam mit anderen Menschen diskutieren,
planen und Lösungen suchen.*



*wollen, dass heute die Weichen gestellt werden, damit auch
die nächsten Generationen in Münsingen gut aufgehoben sind.*

Dann...

Könnte sich eine Mitgliedschaft durchaus lohnen.
Mit Ihnen zusammen bewegen wir Münsingen!

Noch mehr erfahren Sie auf unserer Website
www.muensingen-65plus.ch
oder rufen Sie uns an unter 079 239 41 29.



SPONSOREN-BORD

Hauptsponsor

senevita
Dorfmat

Co-Sponsoren

BANKSLM

Überall für alle
SPITE
AareGürbeta

 **Dovida**
Mein Leben, mein Weg

daepp beton
Kieswerk Daegg AG


Stiftung für Betagte
Aus Liebe zum Alter

die Mobiliar


Reformierte
Kirchengemeinde
Münsingen


Katholische Kirche Region Ber
Pfarrei St. Johannes Münsingen

 **SPITEX DELTA**

Partner

 **ANA**
Alterssitz Neuhaus Aaret

CTA
Klima Kälte Wärme

InfraWerkeMünsingen
Energie Wasser Umwelt

 **self-fitness.ch**
life in motion



Frauenverein Münsingen

Sennweg 1, 3110 Münsingen
www.frauenverein-muensingen.ch

***Aus vielen ich wird ein WIR.
Gemeinsam füreinander aktiv.***

Was Sie erwartet

Auf der Reise in ein aktives Alter werden wir täglich mit einer Vielzahl von Veränderungen und Herausforderungen konfrontiert. Gleichzeitig haben wir ganz bestimmte Erwartungen und Wünsche an diesen so wertvollen Lebensabschnitt.

Mit dieser Messe wollen wir Ihnen die Möglichkeit bieten, konkrete Informationen, Angebote, Dienstleistungen und Hilfestellungen zu diesen Themenbereichen zu entdecken:

• Wohnen und Lebensstil



• Soziale Kontakte und Engagement

• Gesundheit und Wohlbefinden



• Leben in der Gemeinde

• Freizeit und kulturelle Angebote



• Technologie und digitaler Alltag

• Finanzen und Recht



• Bildung und Weiterbildung

• Mode und Schönheit




• Migration

Standeinteilung Aaretaler-Info-Messe26, Spor

Notausgänge Elektroanschluss bestehend

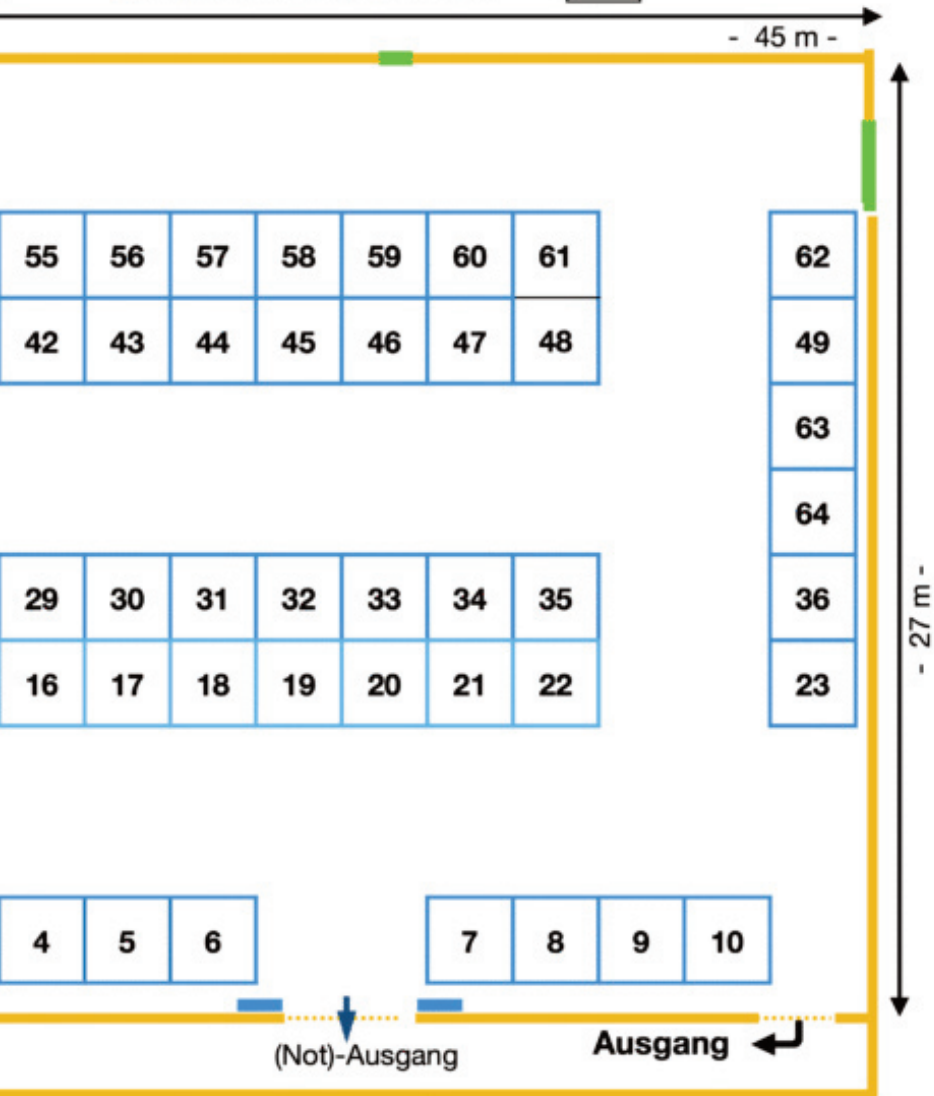


Sporthalle Schlossmatt, Version 16

 Elektroanschluss einzurichten



Stand 2,5 x 2,5 m



arderoben

JS/5.11.25

Übersicht der Aussteller A bis Z

<i>Aussteller</i>	<i>Ort</i>	<i>Stand</i>
Alterssitz Neuhaus Aaretal AG	Münsingen	16
Amplifon AG, Prof.Hörberatung	Münsingen	36
BLS AG, Reisezentrum	Münsingen	20+21
Cantaare Frauenchor	Münsingen	58
Care (at) Home Schweiz GmbH	Bern	28+29
Confiserie Berger AG	Münsingen	42
DigiHilfe Baumgartner	Bern	14
Dovida Seniorendienste Bern	Bern/Oberland	49
Emmentalerischer Notariatsverein	Konolfingen	63+64
Feuerwehr	Münsingen	59+60
Frauenverein Münsingen	Münsingen	41
Frauenverein Wichtrach	Wichtrach	33
Fussballclubs Gerzensee und Rubigen		56+57
Gemeinden: Gerzensee, Jaberg, Kiesen, Kirchdorf, Münsingen, Oppligen, Rubigen, Wichtrach		8+9
Generationentheater GT50 plus	Münsingen	53
Gesundheitspraxis Schlossmatte	Münsingen	55
Graue Panter	Bern	30
IMMO-ERBEN GmbH	Toffen	31
Karin Coaching für Resilienz u. Achtsamkeit	Münsingen	52
Kinder- und Jugendfachstelle Aaretal	Münsingen	13
Kirchgemeinde Münsingen	Münsingen	24
Kynologischer Verein Münsingen	Münsingen	26
Messermanufaktur Graf GmbH und Swiss-Knife-Academy	Münsingen	43+44
Museum Münsingen	Münsingen	62

Übersicht der Aussteller A bis Z

Aussteller	Ort	Stand
Musikschule Aaretal	Münsingen	22+35
Praxis GeMa	Münsingen	34
Pro Senectute Kanton Bern, Beratungsstelle	Konolfingen	19
RehaMediTec - STK Andereggen	Münsingen	23
Rheumaliga	Bern und Oberwallis	10
Ringana GmbH	Wichtrach	51
RS Hilfsmittel GmbH	Heimberg	54
Schlossstrasse 5	Münsingen	15
Schweizerisches Rotes Kreuz, Notruf	Bern Mittelland	7
self-fitness.ch	Münsingen	5+6
Senevita Dorfmat	Münsingen	3+4
Spitex AareGürbetal AG	Münsingen	37
Spitex Delta	Münsingen	17
Steiner Wichtrach Haustechnik AG	Wichtrach	50
Stiftung Christliches Zentrum Thalgut	Wichtrach	38
Stiftung für Betagte	Münsingen	1+2
Turnverein Münsingen	Münsingen	39+40
Verein 65+ / Seniorenrat	Münsingen	11+12
Verein Gegenseitige Hilfe	Münsingen	46+47+48
Verein Hindernisfrei durch Münsingen	Münsingen	27
Verein MisGmües	Münsingen	32
Verein Solawi Setzhouz	Münsingen	18
Verein Zeit ohne Grenzen	Münsingen	25
Vitaswiss Sektion Münsingen	Münsingen	45
Zivilschutzorganisation Aaretal	Münsingen	61

Übersicht nach Themenbereichen

Thema	Stand-Nummer
Soziale Kontakte und Engagement	
Soziale Plattformen, Seniorenclubs und Gemeinschaftstreffen	1, 2, 11, 12, 19, 24 30, 38, 46, 47, 48
Ehrenamtliche Tätigkeiten	1, 2, 11, 12, 16, 18, 19 24, 27, 33, 37, 38, 41 46, 47, 48, 56, 57, 62
Generationenübergreifende Projekte	1, 2, 11, 12, 13, 15, 18 24, 25, 27, 37, 38, 41, 46, 47, 48
Netzwerken und Freundschaften	1, 2, 8, 9, 11, 12, 18, 24, 25, 32, 33, 38, 39, 40, 46, 47, 48
Selbsthilfegruppen und soziale Unterstützung	10, 19, 24, 33, 46, 47, 48
Nachbarschaft	1, 2, 38, 46, 47, 48
Gesundheit und Wohlbefinden	
Medizinische Vorsorge und Check-ups	36, 37
Ernährungsberatung für Senioren	37
Bewegung und Fitness für Ältere	1, 2, 10, 18, 24, 38, 39, 40, 45, 46, 47, 48
Mobilität, Wellness und Entspannung	7, 34, 39, 40, 52
Unfall-Prävention	37, 39, 40

Übersicht nach Themenbereichen

Thema	Stand-Nummer
Wohnen und Lebensstil	
Altersgerechtes Wohnen und Umbauten, barrierefreies Wohnen	1, 2, 3, 4, 16, 19, 23, 27, 31, 54
Pflege- und/oder Betreuungsangebote	1, 2, 3, 4, 7, 16, 17, 19, 28, 29, 37, 49, 54
Gemeinschaftswohnen und Seniorenresidenzen	1, 2, 3, 4, 16,
Haushalt & Nützliches	17, 23, 28, 29, 31, 37, 43, 44, 46, 47, 48, 49, 50, 54
Gartenarbeit und Heimwerken	18, 28, 29, 32, 46, 47, 48
Freizeit und kulturelle Angebote	
Altersgerechte Reiseziele	20, 21, 24, 30, 38
Kulturreisen und Bildungsausflüge	24, 30, 38
Hobbys und Freizeitaktivitäten	8, 9, 10, 15, 18, 22, 24, 26, 30, 32, 35, 38, 39, 40, 46, 47, 48
Lokale Kultur- und Freizeitangebote, Ausflüge und Tagestrips	1, 2, 15, 22, 24, 25, 30, 35, 38, 43, 44, 46, 47, 48, 53, 58
Genuss & Kulinarik	1, 2, 3, 4, 24, 30, 38, 42, 46, 47, 48

Übersicht nach Themenbereichen

Thema	Stand-Nummer
<i>Bildung und Weiterbildung</i>	
Computer- und Internetkurse	14
Sprachkurse und kulturelle Bildung	22, 35
Persönliche Aus- und Weiterbildung	43, 44
Kurse, Workshops und Seminare	10, 15, 19, 24, 38
Bibliotheken und Lesekreise	24, 46, 47, 48
Mentale Fitness, Kreativität, Wissen	24, 46, 47, 48
Lebensgestaltung	19, 37, 52
<i>Finanzen und Recht</i>	
Rentenberatung und Altersvorsorge	8, 9, 19, 31, 63, 64
Testament und Erbschaftsplanung	19, 31, 63, 64
Steuerberatung für Senioren	19, 31
Versicherungen im Alter	19
Rechtliche Vorsorgevollmachten	19, 31, 63, 64
Patientenverfügung	19, 31, 37, 63, 64
<i>Migration</i>	
Integrationsangebote und soziale Aktivitäten	39, 40
Gesundheitsberatung	19, 37
Beratungen zu Pflege- und Betreuung	19, 37
Rechtliche und finanzielle Beratung	19

Übersicht nach Themenbereichen

Thema	Stand-Nummer
-------	--------------

Mode und Schönheit

Wellness- und Schönheitsbehandlungen	55
Pflege- & Wohnhäuser	37
Kosmetik- und Hautpflegeprodukte	51, 55
Frisuren und Haarpflege	3, 4
Beauty & Wellness & Kur	51

Technologie und digitaler Alltag

Einfache Technologien für den Alltag	14, 23
Umgang mit Smartphone, Tablet, Computer & Co.	14, 46, 47, 48
Umgang mit Apps, sms usw.	14, 20, 21, 46, 47, 48
Notrufsysteme und Sicherheit	7, 23, 37, 59, 60, 61
Barrierefreie Technologien	23, 27, 37

Übersicht nach Themenbereichen

Thema	Stand-Nummer								
-------	--------------	--	--	--	--	--	--	--	--

Leben in der Gemeinde

	Allmendingen	Gerzensee	Jaberg	Kiesen	Kirchdorf	Münsingen	Oppligen	Rubigen	Wichtrach
Unsere Gemeinde	8,9	8,9	8,9	8,9	8,9	27,42	8,9	8,9	8,9
Verbände, Institutionen & Vereine	10	10	10	10	10	*	10	10	10
*1, 2, 10, 11, 12, 13, 24, 25, 37, 39, 40, 45, 49									
Infrastrukturen						27			
Mobilität, Verkehr, ÖV						20,21,27			