

Informationen aus der ILE-Region WeinPanorama Steigerwald



Zukunft Daheim – Messe für gutes Leben und Altwerden in der Region

Jetzt vormerken: Samstag, 18. April, 10 bis 17 Uhr, Mittelschule Gerolzhofen

Wie wollen wir heute leben – und wie morgen? Das Leben in der Region bedeutet Heimat, Zusammenhalt und Vertrautheit. Doch mit den Jahren stellen sich neue Fragen: Wie bleibe ich gesund und selbstbestimmt? Wo finde ich Unterstützung, wenn ich sie brauche? Wie kann ich meine Zukunft aktiv gestalten – hier, wo ich zu Hause bin?

Die regionale Messe „Zukunft Daheim“ gibt Antworten. An einem Tag. Unter einem Dach. Mitten in unserer Region. Deshalb gibt es am Samstag, 18. April, einen Tag voller Perspektiven in der Mittelschule Gerolzhofen, Lültsfelder Weg 6. Veranstalter ist die ILE-Region WeinPanorama Steigerwald in Kooperation mit der Nachbarschaftshilfe Gerolzhofen und der Stadt Gerolzhofen.

Für wen ist dieser Tag?

- Für alle Ü60, die ihre Zeit vor und nach dem Renteneintritt aktiv gestalten und frühzeitig vorsorgen möchten.
- Für Seniorinnen und Senioren, die selbstbestimmt und vor Ort gut versorgt bleiben möchten.
- Für Familien und Angehörige, die gutes miteinander pflegen, Zusammenleben gestalten und Unterstützungen kennen möchten.
- Für alle, die vorausdenken: Wer sich frühzeitig informiert, kann bewusste Entscheidungen treffen – für sich selbst und für die, die einem wichtig sind.

Was erwartet die Besucherinnen und Besucher?

- Über 30 regionale Aussteller aus Gesundheit, Pflege, Wohnen, Vorsorge und Beratung
- Fachvorträge zu Themen wie Longevity, Aufbau von Wohngemeinschaften, Vorsorgevollmacht, Demenz und Pflege
- Workshops zum Mitmachen: Lachen lernen, Klaviereinheiten für Ü50, Trainings zur Gesundheitsförderung
- Interaktive Erlebnisse: Spezial-Fahrräder ausprobieren, E-Mobile testen, Demenz selbst erleben im Simulator
- Persönliche Beratung von Experten aus der Region – vertraulich, kompetent und auf Augenhöhe.



„Zukunft Daheim“ heißt die Messe für Senioren, bei der die ganze Familie willkommen ist. Foto: iStock

Generationen begegnen sich

Zukunft gestalten wir gemeinsam – jung und alt. Deshalb ist die Messe bewusst für die ganze Familie konzipiert. Ob Hausgemeinschaft, Großeltern-Talk, DigiCafé oder praktische Alltagshilfen: Der 18. April ist ein Tag, an dem Generationen voneinander lernen und miteinander planen.

Hier sind starke Partner für Sie da

- Mit dabei sind unter anderem:
- AWO Unterfranken
 - Beratungsstelle BlickpunktAuge (BBSB)

- Johanniter Unfall-Hilfe
- Klinik am Steigerwald
- Nachbarschaftshilfe Gerolzhofen
- PflegehilfePlus Franken
- Pflegestützpunkt Schweinfurt
- Sanitätshaus Otto Traub
- Seniorenbegegnung Gerolzhofen
- spezialbike-bayern.de
- StaBi-Geo
- Tastenkolleg
- VITALO Gesundheit
- Vitulus Gerolzhofen
- Wohnen im Alter – WG am Lindentreff
- Wohnberatung des Landkreises Schweinfurt
- und weitere Partner aus der Region

Sie sind nicht allein. Ob Vorsorge, Wohnberatung, Pflege oder Lebensfreude – auf der Messe finden Sie verlässliche Ansprechpartner aus Ihrer Region.

Die Veranstaltung lohnt sich für die ganze Familie. Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

i Das fortlaufend aktualisierte Programm und Ausstellerverzeichnis finden Sie unter: www.weinpanorama-steiger-wald.de/veranstaltungen/messe-zukunft-daheim/



Über diesen QR-Code erhalten Sie Informationen zur Messe.

Körper – Geist – Seele: Präventionskurse für Menschen ab 60 Jahren

Kostenfreie Kurse der Volkshochschulen zum Projekt „Mental gestärkt im Alter“ rund um die Messe

Rund um die Messe bieten das Projekt „Mental gestärkt im Alter“ über die Volkshochschulen kostenfreie Kurse. Sie sind gefördert durch die AOK Bayern.

Vhs Gerolzhofen

- 11. März, 14 bis 15.30 Uhr: Das Leben ist endlich – einen Umgang mit dem eigenen Tod finden.

- 14. April, 17 bis 18.30 Uhr: Im höheren Lebensalter in Bewegung kommen.
- 21. April, 17 bis 18.30 Uhr: Bewegung trotz Schmerzen.
- 28. April, 17 bis 18.30 Uhr: In Bewegung bleiben.
- 23. September, 15.30 bis 17 Uhr: Neue Kontakte aufbauen.
- 7. Oktober, 15.30 bis 17 Uhr: Den Alltag positiv (er)leben.

Vhs Schweinfurt

- 4. Februar, 14 bis 15.30 Uhr: Für Ihr Alter sehen Sie aber gut aus – Altersdiskriminierung erkennen.
- 15. April, 16.30 bis 18 Uhr: Genussvoll ernähren im Alter.
- 22. April, 16.30 bis 18 Uhr: Ernährungsumstellung fängt im Kopf an.

- 12. Mai, 16 bis 17.30 Uhr: Im höheren Lebensalter in Bewegung kommen.

- 26. Mai, 16 bis 17.30 Uhr: Bewegung trotz Schmerzen.

- 2. Juni, 16 bis 17.30 Uhr: In Bewegung bleiben.

i Die Kurse können über die jeweilige Volkshochschule gebucht werden.