

Samstag, 19. März

**11.00 Uhr
Eröffnung**

11.10 bis 11.50 Uhr – Vortragsraum 1

Schenken statt vererben

Hans-Oskar Jülicher,
Rechtsanwalt und Fachanwalt für Erbrecht,
Heinsberg, Vorstand Netzwerk Deutscher
Erbrechtsexperten



11.10 bis 11.50 Uhr – Vortragsraum 2

**Es kommt nicht darauf an wie alt man wird,
sondern wie man altert! - ageLOC**

Iwona Ring,
selbständige Vertriebspartnerin der
Firma NuSkin, Bocholt



12.00 bis 12.45 Uhr – Vortragsraum 1

**Fit von Kopf bis Knie mit Kinesiologie –
Gesundheit in die eigenen Hände nehmen**

Helmi Büscher,
begleitende Kinesiologin für Mensch
und Tier, Nettetal



12.00 bis 12.45 Uhr – Vortragsraum 2

**Mit Ergotherapie zurück ins Leben – Ein Weg zu
mehr Handlungsfreiheit, Selbstständigkeit und
Lebensqualität**

Franziska Bethge,
Staatl. anerkannte Ergotherapeutin und
fachliche Leitung der Praxis für Ergotherapie
Manfred Skibicki, Kempen
und



Andrea Kanters,
Ergotherapeutin, Praxis für Ergotherapie
Manfred Skibicki, Kempen



13.00 bis 13.45 Uhr – Vortragsraum 1

**Herausforderung der Geldanlagen in der Niedrig-
zinsphase im Hinblick auf die Kapitalmarktüber-
sichten Deutschland – Europa – Asien – weltweit**

Steffen Blaudszun,
Int. Diplom-Betriebswirt (IBS), Senior
Manager Marketing & Vertrieb Gothaer
Fonds, Gothaer Invest- und FinanzService
GmbH, im Auftrag der Gothaer Versiche-
rungen, Hauptgeschäftsstelle Maria Trösser,
Straelen



13.00 bis 13.45 Uhr – Vortragsraum 2

Blutegel: sauber – sensibel – saugstark
Anja Stammen,
Heilpraktikerin, Naturheilpraxis Anja
Stammen, Büschen 10, Nettetal



Samstag, 19. März

14.00 bis 14.45 Uhr – Vortragsraum 1

**Rechtzeitig vorsorgen: Patientenverfügung
und Vorsorgevollmacht**

Hans-Oskar Jülicher,
Rechtsanwalt und Fachanwalt für Erbrecht,
Heinsberg, Vorstand Netzwerk Deutscher
Erbrechtsexperten



14.00 bis 14.45 Uhr – Vortragsraum 2 – **Schnupperstunde**

Zumba für die Generation 50-Plus

Magdalena Bartkowiak,
Zumba-Trainerin im Theater des Sports,
Grefrath



15.00 bis 15.45 Uhr – Vortragsraum 1

**Mit neuen Medien kommunizieren:
Welches Gerät ist das Richtige? –
Apple-Geräte richtig nutzen**

Susanne Volk,
Dozentin der TEC-SAS GmbH & Co.KG,
Krefeld



15.00 bis 15.45 Uhr – Vortragsraum 2

**Stoffwechsel anregen leicht gemacht!
Das Erfolgsrezept: Mehr Muskeln,
weniger Fett**

Annika Görden,
qualifizierte Fitness-Trainerin bei
sporty woman in Kempen



16.00 bis 16.45 Uhr – Vortragsraum 1

**Gelenkverschleiß – Nicht-medikamentöse Behand-
lungsmöglichkeiten mit Mikronährstoffen**

Hans Walrafen,
Biologe, Referent im Gesundheitswesen,
Erkelenz



Sonntag, 20. März

11.00 bis 11.45 Uhr – Vortragsraum 1

**Rechtzeitig vorsorgen: Patientenverfügung
und Vorsorgevollmacht**

Hans-Oskar Jülicher,
Rechtsanwalt und Fachanwalt für Erbrecht,
Heinsberg, Vorstand Netzwerk Deutscher
Erbrechtsexperten



11.00 bis 11.45 Uhr – Vortragsraum 2 – **Schnupperstunde**

Zumba für die Generation 50-Plus

Magdalena Bartkowiak,
Zumba-Trainerin im Theater des Sports,
Grefrath



12.00 bis 12.45 Uhr – Vortragsraum 1

**Stoffwechsel anregen leicht gemacht!
Das Erfolgsrezept: Mehr Muskeln,
weniger Fett**

Annika Görden,
qualifizierte Fitness-Trainerin bei
sporty woman in Kempen



Sonntag, 20. März

13.00 bis 13.45 Uhr – Vortragsraum 1

**Mit neuen Medien kommunizieren:
Welches Gerät ist das Richtige? –
Apple-Geräte richtig nutzen**

Susanne Volk,
Dozentin der TEC-SAS GmbH & Co.KG,
Krefeld



13.00 bis 13.45 Uhr – Vortragsraum 2

**Fit von Kopf bis Knie mit Kinesiologie –
Gesundheit in die eigenen Hände nehmen**

Helmi Büscher,
begleitende Kinesiologin für Mensch
und Tier, Nettetal



14.00 bis 14.45 Uhr – Vortragsraum 1

Schenken statt vererben

Hans-Oskar Jülicher,
Rechtsanwalt und Fachanwalt für Erbrecht,
Heinsberg, Vorstand Netzwerk Deutscher
Erbrechtsexperten



14.00 bis 14.45 Uhr – Vortragsraum 1

**Gelenkverschleiß – Nicht-medikamentöse Behand-
lungsmöglichkeiten mit Mikronährstoffen**

Hans Walrafen,
Biologe, Referent im Gesundheitswesen,
Erkelenz



15.00 bis 15.45 Uhr – Vortragsraum 1

**Mit Ergotherapie zurück ins Leben – Ein Weg zu
mehr Handlungsfreiheit, Selbstständigkeit und Le-
bensqualität**

Franziska Bethge,
Staatl. anerkannte Ergotherapeutin und
fachliche Leitung der Praxis für Ergotherapie
Manfred Skibicki, Kempen
und



Andrea Kanters,
Ergotherapeutin, Praxis für Ergotherapie
Manfred Skibicki, Kempen



15.00 bis 15.45 Uhr – Vortragsraum 2

Blutegel: sauber – sensibel – saugstark

Anja Stammen,
Heilpraktikerin, Naturheilpraxis Anja
Stammen, Büschen 10, Nettetal



16.00 bis 16.45 Uhr – Vortragsraum 1

**Es kommt nicht darauf an wie alt man wird,
sondern wie man altert! - ageLOC**

Maria Opificius,
selbständige Vertriebspartnerin der
Firma NuSkin, Jüchen



**Messe ganz anders:
erleben · informieren · mitmachen**

**50 Plus
Freude am Leben**

Gesundheit/Ernährung | **Bauen/Renovieren**
Fitness/Freizeit | **Wohnen/Gestalten**
Vorsorge/Sicherheit | **Mobilität/Computer**
Leben im Alter | **Wellness/Beauty**



Regionale Kompetenz:

- Rund 50 Aussteller
- 21 Fachvorträge
- Mitmachaktionen

**Sa. 19.03. & So. 20.03.
Eissport & Eventpark
Grefrath**

**Stadionstr. 161
11 bis 17 Uhr**



**DAS Messeevent
für die Region**



Expertenrat ...

... im Stundentakt. Bei 21 Fachvorträgen informieren Experten zu wichtigen und aktuellen Themen und beantworten die Fragen der Zuhörer. Die Themenbereiche Gesundheit, Recht/Soziales und Pflege nehmen dabei herausragende Rollen ein.



Vorsorgen

Um das Leben heute unbeschwert, aber auch künftig mit Freude genießen zu können, ist es erforderlich – frühzeitig und individuell abgestimmt auf die eigenen Bedürfnisse –, Vorsorge zu treffen. Beste und individuelle Beratung garantieren die ausstellenden Experten.



Sicherheit

Ein guter Schutz des Hauses bzw. der Wohnung schützt nicht nur das Eigentum, sondern garantiert auch Sicherheit, die gut tut. Fachunternehmen beraten hier die Besucher und geben wertvolle und wichtige Tipps.



Tipp für Familien

Der Besuch der Messe garantiert auch den „Jüngeren“ interessante und aktuelle Themen, sodass sich ein generationsübergreifender Familienbesuch gleich doppelt lohnt.

Individuelle, persönliche und kompetente Beratung

Rund 50 Unternehmen, Handwerks- und Dienstleistungsbetriebe, Fitness- und Gesundheitszentren, Praxen sowie Einrichtungen aus der Region – Ihre kompetenten Partner vor Ort – beraten Sie bei der Messe ganz persönlich und individuell. Sie informieren über Trends und Neuheiten, geben Tipps für das ganz persönliche Anliegen. Im Fokus steht die Altersgruppe der 49- bis 65-Jährigen, doch wertvolle Tipps gibt es auch für die ältere sowie jüngere Generation. Die Besucher erwarten bei freiem

Eintritt Information und Interaktion zu den Themen, die laut Erhebungen den Best Agern besonders wichtig sind. In Euskirchen fand im Februar der bereits 60. Termin der erfolgreichen Messereihe statt. Ebenso wie zuvor bei der Messe in Ratingen in 2016 zählte auch dieser Messetermin einmal mehr als 5.000 Besucher. Die Verantwortlichen sind überaus optimistisch, dass die Messe im Grefrather Eissport & Eventpark ebenso ein Erfolg werden wird.



Gesund sein, gesund bleiben, gesund werden

Dem Themenbereich Gesundheit kommt bei der Messe eine wichtige Rolle zu. Gesund bleiben und vor allem wieder gesund werden, diese Leitgedanken bestimmen hier die Ausrichtung.

Ob klassische Schulmedizin – so ist die Fachklinik für Venenerkrankungen, die Capiro Klinik im Park aus Hilden als Aussteller dabei – oder alternative Heilmethoden, die Besucher erwarten kompetente Informationen und persönliche Beratung. Gleiches gilt auch

für die richtige Vorsorge rund um die Themen Gesundheit, Fitness und Ernährung. Natürlich nehmen diese Themenbereiche auch bei der ergänzenden Vortragsreihe eine wichtige Rolle ein.



Gestalten mit Blick in die Zukunft

Wertvolle Tipps und Anregungen garantieren die regionalen Aussteller in den Themenbereichen Renovieren/Umbauen sowie Wohnen/Gestalten/Einrichten. Vielfältig ist hier das Themenspektrum. Gleich, ob die Neugestaltung der Fassade oder Ihres Daches in Kürze ansteht oder ob Sie den Austausch alter Fenster und Türen gegen energiesparende und sichere Alternativen ins Auge gefasst haben – bei der Messe erhalten Sie individuelle

und kompetente Beratung von den Spezialisten aus der Region. Bei der Messe können Sie z. B. bei Vorlage eines digitalen Bildes Ihrer Hausfassade mit bisheriger Haustür sich per Computer zeigen lassen, wie sich die Optik der Fassade mit der neuen Traumhaustür (und Fenstern) ändern/verschönern würde. Ein wichtiges Thema stellt der Bereich Wohnen und Einrichten dar. Vielfältige Tipps und wertvolle Anregungen halten hier die Aussteller für Sie bereit.

Entspannt ausruhen

Einen Großteil seines Lebens widmet der Mensch dem Schlaf. Ein erholsamer Schlaf im richtigen, auf den jeweiligen Körper abgestimmten Bett dient der Gesundheit. Gleiches gilt für die Ruhephase tagsüber und abends: Hier garantieren hochwertige Sessel für die wohltuende Entspannung. Mehrere führende Anbieter beraten Sie bei der Messe vor Ort.



Voll im Trend ...

... sind hochwertige E-Bikes. Bei der Messe können Sie gleich zur kostenfreien Probefahrt starten. Der beliebte E-Bike-Testtag des E-Bike-Spezialisten Adriano Bikes aus Grefrath findet in 2016 im Rahmen der Messe statt und somit in 2016 an zwei Tagen.



Fitness

Individuelle Beratung, abgestimmt auf die jeweils körperliche Konstitution, ist erforderlich, wenn es um die Festlegung des Trainingsplanes geht. Hier ist die Kompetenz erfahrener und geschulter Trainerinnen und Trainer gefordert.



So finden Sie uns: Eissport & Eventpark Stadionstr. 161, Grefrath

Ausreichend Parkflächen stehen bereit
Anfahrt ÖPNV: Direkt vor dem Eissport & Eventpark befindet sich die Bushaltestelle „Eissportzentrum“. Zu erreichen über Buslinie 062: von Tönisvorst und Buslinie 019: von Rheydt über MG und Viersen.



Ihre Aussteller, die sich auf Ihren Besuch freuen!

Bauen/Wohnen/Einrichten/Gestalten/ Finanzielle Sicherheit

- kobold – wir haben uns neu erfunden, Vorwerk – Erfinder aus Leidenschaft, testen Sie unsere neuen Modelle
- LOGI TEC – Sicherheit GmbH, Personenschutzspray, Krefeld, www.logi-tec.de
- Lotus Grill – der rauchfreie Holzkohlegrill, Direktvertrieb Ronic Elektrogeräte GmbH
- Maria Trösser, Gothaer Versicherungs- und Vorsorgeleistungen, Straelen, Mobil 0173-575.08.07, maria.troesser@gothaer.de
- MattUP Matratzenheber – Leichter Bettlaken wechseln mit Luftkissen
- Möbel Wehnen – von Kunden empfohlen. Auf mehr als 6000 qm bieten wir Vielfalt für jeden Geschmack und jeden Anspruch mit fachkompetenter Beratung. Pastoratshof 20 und 33, Grefrath, www.moebel-wehnen.de
- Novo Sicherheitstechnik – Alarmanlagen, Schutz und Sicherheit für Heim und Familie, Röhlenend 113, Viersen, www.novo-alarm.de
- Nützliche Produkte für den Alltag, Handelsagentur Karl-Heinz Fiegen
- René Legère GmbH – Ihr kompetenter Partner für Fenster – Haustüren – Garagentore – Markisen, Straelen, Telefon 02834-9430915, www.fenster-legere.de
- Ruthmann – Ihr Spezialist für Gebäudedämmung, nachträgliche Wärmedämmung im Einblasverfahren
- Steinpflege Rheinland GmbH, Steinfresh – Pflege für Steinflächen rund ums Haus, www.steinpflege-rheinland.de
- Theis & Klücken Bedachungen GbR, Ihr Fachberater rund ums Dach, Grefrath, Gurt 3, www.tk-bedachungen.de
- Tischlerei holztec – Natürlich besser schlafen mit Pro Natura Schlafsystemen, Von-Ketteler-Str. 3, Kempen, www.holz-tec.com
- Vorwerk Deutschland Stiftung & Co.KG, Bodenpflegesysteme, Norbert Köpke, Bezirksmanager, norman.koepke@vorwerk.de
- Westdeutsche Zeitung, www.wz.de – mit Immobilienenteil

Freizeit/Mobilität/Reisen/Wellness/Lifestyle/Kulinarisches/Köstliches

- Adriano Bikes Grefrath – Ihr Fahrradfachgeschäft in Grefrath und E-Bike-Spezialist am Niederrhein. Unser beliebter E-Bike-Testtag findet in diesem Jahr bei der Messe „50-Plus – Freude am Leben“ statt und somit erstmals an zwei Tagen. www.adrianobikes.com
- ageLOC Wissenschaft: Holt Ihr Aussehen langsam Ihr Alter ein? Haben Sie es unter Kontrolle. Die ageLOC Wissenschaft basiert auf revolutionärem Ansatz, der die Art und Weise wie wir altern beeinflusst.

Ihre Aussteller, die sich auf Ihren Besuch freuen!

- Autohaus Höckels – Ihr persönlicher Renault- und Dacia-Partner in Nettetal, Heinrich-Haenen-Str. 27, www.autohaus-hoeckels.de
- B-14 die Photo Lounge, weil wir es gelernt haben! Fotografie aus Meisterhand in Kempen, Buttermarkt 14, www.b-14.de
- Bemax, Haarentfernung, A. Heidemann
- Double Energy – Akupressur Massage, Düsseldorf
- Eifeler Schinkenmettwurst – über Buchenholz geräuchert
- Energetix Vertrieb Ralf und Sabine Schmülling, Ennigerloh, www.energetix-erfolg.de
- Incendium – Haarkosmetik, Kirchplatz 13, Tönisvorst, Tel. 02156-419457, mail@incendium-hair.de, www.incendium-hair.de
- Metzgerei & Partyservice Jakob Kohnen, vielfach ausgezeichnete Qualität sowie auf Ihre Wünsche zusammengestellte Gerichte bei bewährter Beratung lassen Ihr Fest zum unvergesslichen Erlebnis werden, Tönisvorst, Süchtelner Str. 30, www.metzgerei-kohnen.de
- Museumsverein Dorenburg e.V., Förderverein des Niederrheinischen Freilichtmuseums des Kreises Viersen
- Niederrheinisches Freilichtmuseum – Erleben Sie im Niederrheinischen Freilichtmuseum die bäuerlich-handwerkliche Kultur des Niederrheins
- Nostalgischer Candyshop – Genießen Sie die Köstlichkeiten Ihrer Jugend vom Nussmichel, Familie Michel, Erlensee
- Optik Kutscheid – Ihr Optiker in Nettetal. Ob sportlich, modern, elegant oder konservativ – bei uns finden Sie Brillenfassungen für jeden Geschmack, Nettetal
- sporty woman – Ihr persönliches Fitness- und Gesundheitsstudio in Kempen, Rabenstraße 10, www.sporty-woman.de
- TEC-SAS GmbH & Co.KG – Ihr IT-Systemhaus, wir leben Service und bieten maßgeschneiderte Lösungen, Krefeld, www.tec-sas.de
- Thermomix – Ihr Thermomix-Team aus der Region freut sich auf Ihren Besuch
- Theater des Sports – Individuelles Training in einzigartigem Ambiente, Dunkerhofstraße 11, Grefrath, www.fitness-grefrath.de

Gesundheit/Ernährung/Fitness

- Betten Beck – Ihre Adresse für gesunden und erholsamen Schlaf in der Region, Königstraße 97, Krefeld
- Capiro Klinik im Park – Ihr Venenzentrum in NRW, Fachklinik für Venenerkrankungen, Hilden

Ihre Aussteller, die sich auf Ihren Besuch freuen!

- Farmers-Market Produkte unterstützen Ihr Herz-Kreislauf-System, R. Glomb, 02162-40004
- Genros-Moringa Produkte, hergestellt aus Teilen des Moringabaumes. Heilwirkung durch wertvolle Nähr- und Vitalstoffe
- GUT HÖREN – entfalten Sie Ihr Hörvermögen. Für Sie vor Ort in Willich-Anrath, Viersen und Dülken, www.guthoeren.net.
- Harald Beckers – Orthopädie-Schuhmachermeister, qualifizierte Fachberatung, garantierte Qualitätsanfertigung in eigener Werkstatt, Nettetal, www.orthopaedie-beckers.de
- Heilkunde aus Asien – T. Dagva
- HÖRF(OHR)UM – Ihr Fachgeschäft für Hörgeräteakustik in Tönisvorst. Unser Fachteam findet mit Ihnen für Ihren speziellen Fall die optimale technische Lösung, Gelderner Str. 9, www.hoerf-ohr-um.de
- Institut „ProPharma“, nicht-medikamentöse Behandlungsmöglichkeiten bei Arthrose, walrafen-nutrisolvan@web.de, Tel. 0151-51030385
- Kanne Brottrunk – für eine gute Gesundheit, www.kanne-brottrunk.de
- Kinesiologie für Mensch und Tier, Helmi Büscher, Nettetal, www.kinesiologie-buescher.de
- Naturheilpraxis Anja Stammen, Heilpraktikerin, Homöopathie, Fußreflexzonentherapie, Blutegetherapie, Büschen 10, Nettetal, www.praxis-stammen.de
- Optik Kutscheid – mit moderner Technik ermitteln wir Ihre aktuelle Sehstärke, Nettetal
- physio grefrath - Prävention und Fitness. Unter fachkundiger Anleitung lernen Sie auf Ihre Bedürfnisse abgestimmte Kräftigungs- und Haltungskonzepte für ein ganzheitliches Wohlbefinden, denn Ihre Gesundheit hat bei uns oberste Priorität! www.info@physio-grefrath.com
- Praxis für Ergotherapie Manfred Skibicki, unser vielfältig qualifiziertes Therapeutenteam garantiert eine liebevolle Behandlung in angenehmer Atmosphäre im Herzen von Kempen, Von-Saarwerden-Straße 19, www.kempen-ergotherapie.de
- Regina Glomb – erleben und genießen Sie original natives Olivenöl aus Griechenland, ohne Mineralöl, Pestizide und Zusätze; durch den direkten Weg von der Ölmühle verfügt es reichlich über Omega 3 Fettsäuren, Tel. 02162-40004, glomb1966@gmail.com

Ihre Aussteller, die sich auf Ihren Besuch freuen!

- Sanitätshaus J. Jarkovsky, Viersen – wir laden Sie bei der Messe zum kostenlosen Probetragen von Joya-Schuhen, dem weichsten Schuh der Welt, ein, und zudem können Sie kostenfrei mittels Fußdruck-Messplatte Ihren Gang analysieren lassen, www.sanitaetshaus-jarkovsky.de
- sporty woman – Ihr persönliches Fitness- und Gesundheitsstudio in Kempen, Rabenstraße 10, www.sporty-woman.de
- TC-Training Center Kempen – ein Unternehmen der TC & Lifestyle GmbH in Kempen, www.tc-kempen.de
- Theater des Sports – individuelles Training in einzigartigem Ambiente, Dunkerhofstraße 11, Grefrath, www.fitness-grefrath.de
- Thermomix, Live-Vorführung: einfaches, gesundes, kreatives und frisches Kochen
- Vita-Life – Unterstützung des Zellstoffwechsels, der Regeneration und Aktivierung der Selbstheilungskräfte mit Magnet-Resonanz-Stimulation, Vita-Life Partner Monika Kreutz, Düsseldorf
- Zimmer – Ihr Partner für Naturkost und Wellness, www.brunozimmer.de

Leben und Pflege im Alter/Recht und Soziales

- Anwaltskanzlei Hans-Oskar Jülicher, Fachanwalt für Erbrecht, Heinsberg, Ostpromenade 1, www.anwalt-heinsberg.de
- Häusliche Pflege und Haus-Notruf
- Maria Trösser, Gothaer Versicherungs- und Vorsorgeleistungen, Straelen, Mobil 0173-575.08.07, maria.troesser@gothaer.de
- Selbsthilfegruppe Seelische Beschwerden e.V.
- Seniorenpflegezentrum Breyell, Loirfeld 1, 41334 Nettetal, Tel. 02153-735-0, Curanum – Gute Pflege hat ein Zuhause
- Seniorenpflegezentrum Kaldenkirchen, Venloer Straße 36, 41334 Nettetal, Tel. 02157-874-0, Curanum – Gute Pflege hat ein Zuhause
- Seniorenresidenz Lobberich, Burgstraße 9, 41334 Nettetal, Tel. 02153-9573-0, Curanum – Gute Pflege hat ein Zuhause

Vereine, Selbsthilfegruppen, Netzwerke

- Mehrere Vereine und Gruppen aus der Region stellen ihre Arbeit vor und freuen sich ebenso über Ihr Interesse