



Montag, 3. Juni 2019, InVita_03_06_114/kw

Pressemitteilung

Im Alter durchstarten dank der richtigen Ernährung

InVita 2019 widmet sich dem genussvollen und aktiven Leben

Wie viel Flüssigkeit ist gesund? Welche Mahlzeiten sind gut für starke Knochen? Und was umfasst eigentlich eine ausgewogene Ernährung? Am Dienstag und Mittwoch, 17. und 18. September, informiert das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) mit seiner Initiative „IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung“ auf der Seniorenmesse „InVita“ über ein genussvolles und aktives Leben im Alter. Zusätzlich bieten rund 100 Aussteller in Halle 7 der Messe Bremen Informationen, Dienstleistungen und Produkte zu Reisen und Sport, Kultur und Bildung, Pflege und Betreuung, Finanzen und Vorsorge.

„Eine ausgewogene Ernährung, ausreichend Bewegung und eine soziale Teilhabe gelten als Basis für hohe Leistungsfähigkeit und Lebensqualität. Mit dem Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft haben wir einen starken Partner, um die Themen anschaulich und informativ zu vermitteln“, sagt Projektleiter Ingo Kleemeyer von der Messe Bremen. Wie vielseitig und lecker gesundes Essen sein kann, erfahren Interessierte beispielsweise in der Showküche des BMEL. „Die Besucher dürfen dem Koch über die Schulter schauen, verkosten und die Rezepte anschließend mit nach Hause nehmen“, so Kleemeyer weiter.

Mit einem Rahmenprogramm aus Musik, Tanz und Vorträgen kommt auch die Unterhaltung nicht zu kurz. Beim Bridge-Turnier können Fortgeschrittene an beiden Tagen um 14 Uhr ihr Können unter Beweis stellen (Stand 7 G 20). Neulinge können den Denksport ganztagig kennenlernen. Auf der Hauptbühne informieren Experten über Organspende und Patientenverfügung, über das altersgerechte Wohnen oder Sexualität und Zärtlichkeit im Alter.

Die InVita ist Teil von Norddeutschlands größter Verbrauchermesse HanseLife, die von Samstag bis Sonntag, 14. bis 22. September, alle Hallen der Messe Bremen sowie das Freigelände vor Halle 7 füllt.

Mehr Infos: www.invita-bremen.de

(1.891 Zeichen inkl. Leerzeichen)



Bitte nehmen Sie die InVita 2019 in Ihren Veranstaltungskalender auf:

InVita 2019

Dienstag und Mittwoch, 17. und 18. September

Öffnungszeiten: 10 bis 18 Uhr

Messe Bremen, Halle 7

Tageskarte: 10 Euro, ermäßigt 8,50 Euro, ab 15.30 Uhr 6 Euro (Tickets gelten auch für die zeitgleich stattfindende HanseLife)

Mehr Informationen: www.invita-bremen.de

Weitere Informationen für die Redaktionen:

MESSE BREMEN / M3B GmbH

Kerstin Weiß, Tel. 0421 / 35 05 434

E-Mail: weiss@messe-bremen.de; Internet: www.messe-bremen.de