


**Weitere Informationen
für die Redaktionen:**

MESSE BREMEN · M3B GmbH
Christina Witte, T 0421 3505 - 455
christina.witte@m3b-bremen.de
www.messe-bremen.de

HanseLife 2023: Termin- und Thementipps

Liebe Kolleginnen und Kollegen,
von Mittwoch bis Sonntag, 6. bis 10. September, offerieren die über 600 Aussteller:innen der HanseLife in allen sieben Hallen der MESSE BREMEN und auf dem Freigelände eine Bandbreite an Produkten und Dienstleistungen für einen ebenso unterhaltsamen wie inspirierenden Shopping- und Erlebnistag. Ich habe mich vorab für Sie umgeschaut und Ihnen hier einige Themen- und Termintipps zusammengestellt:

Themen für die HanseLife:

GOODis – zu gut zum Wegwerfen

Alexa Rasch, Ute Garbrecht und Marianne Gerling aus Bremen haben ein Herz für Textilien, einen Sinn fürs Praktische und ganz viele gute Ideen. Zusammen designen, fertigen und vertreiben sie unter dem Label „[GOODis – kreative Lösungen mit Müll](#)“ ein **vielfältiges Sortiment aus Kleidung, Accessoires und Reparatursets**. Angeboten werden beispielsweise vor dem Container entsorgte Bekleidungsstücke, die die Unternehmerinnen reparieren, waschen, bügeln und gegebenenfalls modisch aufpeppen.

Es gibt aber auch **neue Teile**, die **aus recycelten Materialien** entstanden sind – beispielsweise **originelle Fischerhüte aus alten Frottee-Handtüchern**. Wer seinen textilen Schrankhütern ein kleines Upgrade verpassen möchte, ist bei „GOODis“ ebenfalls an der richtigen Adresse. Hier helfen die drei Frauen mit „Flickflocks“ und „Pitchpatches“. Das sind **Motive zum Aufbügeln**, die Löcher oder Flecken gnädig überdecken und dem Bekleidungsstück neuen Charme verleihen.

Zu Gast bei GOODis ist Tanja Rehpenn. Sie fertigt **Geldbörsen und Taschen aus Tetra Paks, kaputten Motorrad- und Treckerschläuchen** oder auch sogenannte **Pool-Taschen**, die im ersten Produktleben Kinderplanschbecken waren. Gemeinsam zeigen die vier Frauen, dass vieles mit ein bisschen Kreativität noch wertvoll und nutzbar ist und damit **länger im Verwendungskreislauf** bleiben kann.

Auf der HanseLife geben die Unternehmerinnen zahlreiche „**nachhaltige**“ **Workshops**. Wer mag, kann sich beispielsweise eine Tasche aus einem leeren Tetra Pak oder einen Gürtel aus ausrangierten Gummischläuchen basteln. (**Halle 1 / Foyer ÖVB-Arena, Stand 1C40**)

Magic Lappen – die perfekte Putzhilfe

Wer jetzt denkt: „Magic Lappen? – sowas hab‘ ich doch schon zu Hause sitzen!“, der irrt gewaltig. Denn hier handelt es sich nicht um einen eher antriebslosen (Spät-)Pubertierenden, sondern um eine überaus nützliche Putzhilfe: Die Fasern des „[Magic Lappen](#)“ sind gepresst und dadurch erheblich feiner als herkömmliche Microfasern. Die spezielle Zusammensetzung des Materials ermöglicht eine sehr gute



Weitere Informationen für die Redaktionen:

MESSE BREMEN · M3B GmbH
Christina Witte, T 0421 3505 - 455
christina.witte@m3b-bremen.de
www.messe-bremen.de

Aufnahme von Schmutz, Staub und Fett. Dadurch können glatte Oberflächen mit einem Wisch – und gänzlich ohne den Einsatz von Chemikalien – schonend und fusselfrei gereinigt werden. Anschließendes Trockenwischen oder Polieren ist nicht nötig. Der „Magic Lappen“ ist bei 60 Grad waschbar und für zwei Anwendungsgebiete erhältlich: Haushalt und Auto. **(Halle 4, Stand 4F52)**

freibeik – bewegungsfördernde Sattelgelenke fürs Fahrrad

Viele Radfahrer wünschen sich mehr Flexibilität und Wendigkeit beim Fahren. Das innovative Sattelgelenk „freibeik“, entwickelt von der Bremerin **Iris-Sabine Langstädtler**, bietet genau das. Einfach an fast jeden Sattel montierbar, sorgt das freibeik-Gelenk für eine **15°-Beweglichkeit in jede Richtung**. Vorteil: Mehr Beweglichkeit im Körper, insbesondere für Hüfte, Rücken und Nacken. Zudem ermöglicht es einen entspannteren Schulterblick und erhöht damit die Sicherheit.

Das Produkt wurde mehrfach ausgezeichnet und fand im Frühjahr 2022 sogar den Weg in die **TV-Show „Höhle der Löwen“**, wo gleich zwei Investoren einstiegen. Hinter dem Projekt steht nicht nur Iris Langstädtler, sondern die ganze Familie – allen voran ihr Mann Matthias, ein erfahrener Zweiradmechanikermeister. **(Halle 1 / Foyer ÖVB-Arena, Stand 1F32)**

Kulinarische Workshops in Halle 2: zugucken, mitmachen, probieren!

In der großen [HanseLife-Showküche](#) wird sich **von Mittwoch bis Freitag** die **Bremer Fernsehköchin Barbara Stadler** vergnügen. Ihr Workshop-Programm reicht von „gesundem Fast Food“ bis hin zu „kulinarischen Urlaubserinnerungen“ in Form von Antipasti, Mezze & Co.

Am **Samstag** ab 10.30 Uhr kommt **glutenfreie Pasta aus Gemüse** ganz groß raus. Dann zeigen die Köchinnen und Köche von „**JustTaste**“ raffinierte Pesto-Kreationen, die die jeweiligen Aromen der Gemüse-Pasta perfekt in Szene setzen.

Am **Sonntag** ab 10.30 Uhr zaubert das **Bremer Zwillingsspaar „Brothers“** ein erlesenes **4-Gänge-Menü** in der Show-Küche. Allein der Nachtisch klingt wie Poesie: Bitterschokoladen-Tiramisu mit Chili und einer mit warmer Schokosauce aufgegossenen Schokoladenhalbkugel. Diese Köstlichkeit wird gegen 17.30 Uhr kredenzt...

Tägliche Gewinnspiele auf der Bühne in Halle 5

An allen fünf Tagen der HanseLife gibt es jeweils **um 16 Uhr** ein **Gewinnspiel auf der Bühne in Halle 5**, bei dem alle, die mitmachen, in jedem Fall etwas gewinnen. Gesponsert sind die zahlreichen Preise – zum Beispiel ein „Scuddy“ E-Roller sowie mehrere dreistellig dotierte Gutscheine – von den Ausstellenden.

Themen für die InVita (Mittwoch und Donnerstag, 6. und 7. September, Halle 6)

Bremer Politik auf der InVita

Als Schirmherrin der Seniorenmesse wird **Claudia Schilling**, die neue Senatorin für Arbeit, Soziales, Jugend und Integration, am Mittwoch, 06.09., um 13.30 Uhr ein Grußwort sprechen. Am Donnerstag, 07.09., folgt um 13.30 Uhr – ebenfalls mit einem Grußwort – Bremens Bürgermeister **Andreas Bovenschulte**. **(Halle 6, Hauptbühne)**


**Weitere Informationen
für die Redaktionen:**

MESSE BREMEN · M3B GmbH
Christina Witte, T 0421 3505 - 455
christina.witte@m3b-bremen.de
www.messe-bremen.de

Christoffel-Blindenmission (CBM) ermöglicht Perspektivwechsel

Die **Christoffel-Blindenmission (CBM)** gehört zu den 20 größten Hilfsorganisationen in Deutschland. Sie unterstützt Menschen mit Behinderungen in den ärmsten Ländern der Welt, leistet medizinische Hilfe und setzt sich für gleichberechtigte gesellschaftliche Teilhabe ein. In Deutschland betreibt die CBM vor allem Aufklärungsarbeit über die Auswirkungen von Sehbehinderung und Blindheit, die Möglichkeit zur Prävention und den Zusammenhang von Armut und Behinderung. Auf der InVita ist die Organisation mit einem **Aktionsmobil** vor Ort und ermöglicht den Besuchenden im wahrsten Sinn des Wortes einen Perspektivwechsel: **Mithilfe einer Spezialbrille kam man nachempfinden, wie es ist, blind zu sein.** (Halle 6, Stand 6D40)

Der Bingo!-Bär kommt nach Bremen

Wer glaubt, dass Bingo nur etwas für gelangweilte All-Inclusive-Urlauber oder vergnügungssüchtige Silver-Ager sei, der irrt gewaltig. Bingo boomt – und das quer durch alle Altersklassen. Das belegt nicht zuletzt die Tatsache, dass es mittlerweile **auch in Bremer Szenekneipen regelmäßige Bingo-Abende** gibt. Wir sind daher sehr froh, dass **Michael Thürnau, der „BINGO!-Bär“ höchstselbst**, noch Termine frei hatte und nun an beiden Tagen der InVita mit einem sicher restlos begeisterten Publikum spielt. (Halle 6, Hauptbühne, Mi., 06.09., 16 Uhr und Do., 07.09., 15 Uhr)

IRIS & FRED – schick angezogen trotz Einschränkung

Unter dem Label **IRIS & FRED** entwerfen und vermarkten Ulrike Vollmoeller und Frida Lüth aus Berlin **stilvolle Kleidung, die extrem pflegeleicht ist und komplett ohne Knöpfe auskommt** – ideal nach einer Schulter-OP, bei Rheuma, Arthrose, Parkinson oder kognitiven Einschränkungen. Die beiden Gründerinnen haben es sich zum Ziel gesetzt, Menschen mit Mobilitätseinschränkungen so lange wie möglich ihre Selbständigkeit zu erhalten und den Ankleideprozess für alle Beteiligten zu erleichtern. Es gibt eine **Damen- und eine Herrenkollektion**, die aktuell vor allem Oberbekleidung umfasst, bald aber um Hosen und Röcke erweitert wird. (Halle 6, Stand 6D07)

AWO – Aktiv bleiben auch nach dem Berufsleben

Unter dem Titel „**Der rote Faden für den Ruhestand**“ hat die AWO Bremen ein Projekt entwickelt, das angehenden Rentnerinnen und Rentnern den **Übergang in den neuen Lebensabschnitt** erleichtern soll. Lukas Matzner und Katarzyna Pieper-Brandstädter stellen das Projekt im Rahmen eines Vortrags vor. (Halle 6, Hauptbühne, Mittwoch, 06.09., 12 Uhr)

Themen für die KreativZeit (Freitag bis Sonntag, 8. bis 10. September, Halle 3)

Encaustik – gestalten mit farbigem Wachs

Der Begriff **Encaustik** bezeichnet ein Verfahren, bei dem hochpigmentiertes Wachs mithilfe eines speziellen Bügeleisens ausgesprochen kunstvoll auf eine besondere Papierunterlage aufgebracht wird. Miriam Gesell beherrscht die Technik und gibt ihr Wissen in mehreren jeweils 15-minütigen Workshops auf der KreativZeit weiter. (Halle 3, Workshopfläche 1)


**Weitere Informationen
für die Redaktionen:**

MESSE BREMEN · M3B GmbH
Christina Witte, T 0421 3505 - 455
christina.witte@m3b-bremen.de
www.messe-bremen.de

Cricut-Plotter – bekannte Kreativ-Influencerin gibt Workshops

Zu den Dauerbrennern im Kreativbereich zählt seit einigen Jahren das Plotten, also das Erzeugen kunstvoller Dekorationen für alle nur denkbaren Materialien. Plotter sind – vereinfacht gesagt – Schneidemaschinen, die softwaregesteuert und sehr filigran beispielsweise Papier, Vinylfolie, Moosgummi, Stoff oder Kunstleder schneiden können. Viele Plotter können darüber hinaus aber auch zeichnen, Schriftzüge schreiben, gravieren oder Schablonen erstellen. Die Maschine wird über eine App gesteuert, in welcher man sich von vielen verschiedenen Designs inspirieren lassen kann.

Auf der KreativZeit ist mit **Melanie Bernitzky** ([Pauwau Inspired](#)), eine absolute **Plotter- und vor allem Cricut-Expertin**, vor Ort. Sie gibt jeden Tag nahezu ohne Pause **Workshops** zu den unterschiedlichsten Plotter-Themen. (**Halle 3, Workshopflächen 3W09 und 3W10**)

Themen für die TrauZeit (Samstag und Sonntag, 9. und 10. September, Halle 6)

Traumhüpfburg – Luftsprünge ins Eheglück

Heiratswillige, die einen starken Bewegungsdrang haben – oder sich und ihre Gäste für Fotos perfekt in Szene setzen möchten –, kommen auf der diesjährigen TrauZeit voll auf ihre Kosten. Zu den Highlights gehört nämlich eine [Hochzeitshüpfburg](#), die die **Ritterhuderin Silke Öztorun** vermietet. Dabei handelt es sich um eine **schick gestylte Hüpfburg in Form eines weißen Pavillons**, auf der nicht nur Kinder überschüssige Energie loswerden können, sondern ausdrücklich auch die Großen Luftsprünge machen dürfen. Alles natürlich **sehr „instagrammable“**. Aber bitte: Immer erst die Schuhe ausziehen! (**Halle 6, Stand 6M03A**)

Workshops mit praktischem Mehrwert

Großen Zuspruch werden sicher auch die verschiedenen **Workshops auf der TrauZeit** bekommen. Gleich in zweien geht es um das **Schuhwerk der Bräute: Nele Burgstaler** zeigt an beiden TrauZeit-Tagen jeweils um 16.30 Uhr, wie man (seine mitgebrachten, eigenen) **Sneaker brautkleidtauglich bemalt (Workshopfläche)** und **Anja Kempf lehrt** alle halbe Stunde in Theorie und Praxis, **wie man elegant und sicher auf High-Heels unterwegs ist (feelstrong, Halle 6, Stand 6D53)**

Themen für die GrillGut (Samstag und Sonntag, 9. und 10. September, Freigelände)

6. Bremer Landegrillmeisterschaft – nichts für „Turf-Köpfe“...

Im Rahmen der GrillGut werden nicht nur zahlreiche Grills, Zubehör und Gewürze präsentiert, hier gibt es auch zwei „grillsportliche“ Wettbewerbe: Am **Samstag, 09.09.**, wird der **„Bremer Surf & Turf Master 2023“** ermittelt und am **Sonntag, 10.09.**, geht's um die **offizielle Bremer Landesgrillmeisterschaft**. Letztgenannte ist von der **German Barbecue Association (GBA)** lizenziert und findet unter den gestrengen Augen einer fachkundigen Jury statt.

Insgesamt **neun Teams** (Stand 29.08.) treten am Sonntag gegeneinander an und müssen ein **Vier-Gänge-Menü** auf dem Grill zubereiten: Vegetarisch mit Beilage (kleiner Spoiler: Es geht um Spitzkohl), Iberico French Rack mit Beilage, geheimer Warenkorb und zum Abschluss gibt es ein Dessert mit Beilage, bei dem unbedingt gemahlener Kaffee und Birne zum Einsatz kommen müssen. Klingt köstlich? Ist es sicher auch! (**Auf dem Freigelände vor Halle 7**)



Weitere Informationen für die Redaktionen:

MESSE BREMEN · M3B GmbH
Christina Witte, T 0421 3505 - 455
christina.witte@m3b-bremen.de
www.messe-bremen.de

Szenegrößen vor Ort

Mit **Alex Landgraf** und **Ralf Mechlinski** hat die GrillGut auch wieder zwei echte Grillexperten vor Ort, die sicher keine Antwort schuldig bleiben. Alex Landgraf bietet über seinen Online-Fleischversand www.metzgerfleisch.de nicht nur Fleisch, Wurst und Gewürze an, sondern auch Workshops zu allen nur erdenklichen (Grill-)Themen. Er managed darüber hinaus eine Facebookgruppe mit rund Hunderttausend Mitgliedern, in der es mit Leidenschaft um die Herstellung von Fleisch- und Wurstwaren geht. Passend dazu schreibt er einen Blog zum Thema „[Schlachten und wursten wie damals bei Opa](#)“. Gemeinsam mit Ralf Mechlinski betreibt er außerdem den Podcast „[Fleisch und Blut](#)“. Ralf Mechlinski ist Herausgeber der Fachzeitschrift MEAT IN.

Kontakt: Alex Landgraf, Telefon: 0160 / 93392625; Ralf Mechlinski, Telefon: 0151 / 68436828

Noch'n Toast, noch'n Ei... Frühstücken auf der GrillGut

Die beiden vorgenannten Grillexperten Alex Landgraf und Ralf Mechlinski sind es auch, die an beiden GrillGut-Veranstaltungstagen **ab 11 Uhr** zum Frühstück vor der Bühne bitten. Auf einer großen Feuerplatte bereiten sie nicht nur **Eier, krossen Frühstücksspeck, knuspriges Brot und vegetarische Leckereien** zu, sie stehen auch zum Fachsimpeln und für Fragen zur Verfügung. Die GrillGut-Gäste dürfen außerdem natürlich probieren und kommen auf diese Weise zu einem leckeren 2. Frühstück.

„Fun & Action“ in Halle 7:

Als **HanseLife-Special** gibt es in diesem Jahr erstmals den **Bereich „Fun & Action“**, dem wir die gesamte Halle 7 widmen. Hier kommen kleine und große Sportfans und Adrenalinjunkies auf Hochtouren – zum Beispiel beim **Skaten, BMX oder Scooter fahren**. Außerdem geht's in Halle 7 um Surfen, Slacklining und Stand-up-Paddeling und es gibt natürlich auch jede Menge **Fahrräder und E-Bikes** zu sehen. **Alles, was rollt oder fährt, kann gleich vor Ort auf einer Teststrecke ausprobiert werden – im Zweifel auch unter fachlicher Anleitung.**

Hood Training: kräftig und schön

Schon mal von „**Calisthenics**“ gehört? Der Begriff stammt aus dem Griechischen und bedeutet übersetzt so viel wie „**schöne Kraft**“. Im Gegensatz zum reinen Krafttraining mit Gewichten geht es hier auch um die B-Note, sprich: Die Bewegungen sollen anmutig und hübsch anzusehen sein. Eine weitere Besonderheit: **Trainiert wird in der Regel ohne Hilfsmittel oder Geräte** – nur mit dem eigenen Körpergewicht.

Eine Idee davon gibt es am **Freitag in Halle 7**. Dort veranstaltet **Hood Training** – das sportlich-integrative Bremer Jugendprojekt mit Street Credibility – mehrere **Calisthenics-Workshops für Schülerinnen und Schüler**. Die Workshops starten **um 11, 13 und 15 Uhr** und bestehen aus verschiedenen Übungen für Anfänger und Fortgeschrittene.

Am **Samstag, 09.09.**, finden dann von 12 bis 18 Uhr gemeinsam mit CALISSEUM, einer Londoner Calisthenics Community, **diverse Wettkampf-Events** statt, zu denen Sportlerinnen und Sportler auch aus dem Ausland nach Bremen anreisen. Im Anschluss daran steigt der **Street Jam Bremen im Schachthof**. Hier trifft – und misst – sich **die Elite des Sports**, beispielsweise bei einer Übung, die Front Lever heißt und schon beim Angucken Muskelkater bereitet... **Hier gibt es sicher an beiden Tagen ordentlich was zu filmen und fotografieren.**

**Weitere Informationen
für die Redaktionen:**

MESSE BREMEN · M3B GmbH
Christina Witte, T 0421 3505 - 455
christina.witte@m3b-bremen.de
www.messe-bremen.de

Kanu Aktiv Tours: Klettern und Bungee-hüpfen

An den beiden Ständen von Kanu Aktiv Tours können Kinder **klettern** und **auf einem Bungee-Trampolin herumhüpfen**. Derweil haben deren Eltern Gelegenheit, in Ruhe den nächsten Kanutrip auf der Elbe zu planen....

(Halle 7, Stand 7C21 + 7C31)

Sollten Sie Ansprechpartner:innen, Bildmaterial oder weitere Informationen benötigen, finden Sie meine Kolleg:innen während der HanseLife im Messebüro im Foyer der ÖVB-Arena. Sie erreichen mich am besten telefonisch unter 0421 / 35 05 455 oder per E-Mail an christina.witte@m3b-bremen.de.

Alles Wichtige im Überblick:

Datum: Mittwoch bis Sonntag, 6. bis 10. September 2023

Öffnungszeiten: jeweils von 10 - 18 Uhr, außer Freitag (Happy Friday): 10 - 20 Uhr

Ort: Messe Bremen, Hallen 1 bis 7 und Freigelände

Kinderbetreuung: Für Kinder von 4 bis 13 Jahren gibt es im Foyer der Halle 4 am Freitag, Samstag und Sonntag eine Kinderbetreuung von Kiro Bremen

Preise: **gültig bei Online-Buchungen – Tickets vor Ort mit jeweils 2€ Aufschlag.**

Tageskarte Erwachsene: 10,00 €

Ermäßigte Tageskarte*: 8,50 €

Feierabendkarte (ab 15 Uhr): 6,00 €

Happy Friday (2. Person ab 15 Uhr frei): 6,00 €

Familienpreis (2 Erwachsene mit ihren Kindern unter 18 Jahren): 26,00 €

Kinder bis einschl. 12 Jahre in Begleitung eines Erwachsenen kostenfrei

Online-Tickets gibt es hier: www.hanselife.de/tickets

*Schüler:innen, Studierende, Auszubildende, Inhaber:innen einer Abo-,NWZ- oder NZCard, Senior:innen (ab 60 Jahren oder Rentner:innen), Menschen mit Behinderung und Versorgungsempfänger:innen (z. B. Bürgergeld) gegen Vorlage eines gültigen Nachweises. Rabatte sind nicht kombinierbar. Änderungen vorbehalten.