

# SONDERTHEMA

## Rund ums Altern

# «Wir sind die einzige Seniorenmesse im Aargau»

Lukas Voegele, Projektleiter der EXPOsenio Baden, erklärt im Interview, weshalb das Sonderthema «Rundum vital» auch auf die Messe zutrifft, die übermorgen Samstag im Kongresszentrum Trafo mit einem spannenden Rahmenprogramm über die Bühne gehen wird.

STEFAN HALLER

**Lukas Voegele, die Gesellschaft altert. Man spricht von den «neuen Alten», die viel Zeit haben und auch so wohlhabend sind wie keine Generation vor ihnen. Ein Klischee, oder ist dies in ihren Augen zutreffend?**

Ich denke, dass es mit den «neuen Alten» schon etwas auf sich hat. Wir sind heute aufgrund der gestiegenen Lebenserwartungen länger fit, hatten im Vergleich zu früheren Generationen auch Zeit, uns Hobbies zuzulegen und konnten noch sparen und unseren Nachkommen etwas weitergeben. Die heutige Generation kann aufgrund der wirtschaftlichen Situation gar nicht mehr sparen. Zudem hat es meiner Ansicht nach noch nie so viele Lifestyle-Angebote für ältere Menschen gegeben.

**Wann wird ein Mensch zum «Best Ager» und wie lange kann er es bleiben?**

Im Marketingbereich werden die «Best Ager» zwischen 55 und 65 Jahren definiert. Diese Zielgruppe wird aktuell sehr stark umworben, sogar im Digital-Shopping-Bereich. Aber der «Best Ager» lässt sich nicht so einfach nach Alter oder in Zahlen definieren, sondern vielmehr sind «Best Ager» abhängig von ihrer Gesundheit, ihrer Lebenseinstellung, ihren Aktivitäten und ihrer Neugierde auf Neues, verbunden mit einer nach wie vor grossen Lernfähigkeit, zu betrachten.

**Wie wichtig ist dabei ein harmonisches Verhältnis von mentaler und physischer Fitness?**

«Mens sana in corpore sano» (gesunder Geist in gesundem Körper), ein Zitat des römischen Dichters Juvenal, hat heute nach wie vor seine Gültigkeit. Dazu muss man aber selber aktiv beitragen, neugierig bleiben und regelmässig Körper und Geist trainieren. So habe ich mir nach der Pensionierung nebst den bestehenden Hobbies auch zwei neue zugelegt: Rudern und Tenorsaxophonspielen. Solche neuen Herausforderungen halten jung. Ich empfehle allen, sich mit grosser Neugierde auf Neues einzulassen. Daraus resultieren Zufriedenheit und emotionale Stabilität.

**Seit wann gibt es die EXPOsenio, und wie entstand die Idee dazu?**

Die erste EXPOsenio wurde im Jahre 2014 durchgeführt. Ziel war es, dass all die speziellen Dienstleistungen und Produkte, welche von den verschiedensten Unternehmungen angeboten werden, teilweise im Internet, in Form eines Marktplatzes für alle Senioren zugänglich gemacht werden sollten. Mit diesem Marktplatz sollten alle Seniorinnen und Senioren sich gratis und umfassend informieren können. Der Seniorenrat der Region Baden hat in der Folge die Durchführung einer Seniorenmesse übernommen. Auch in anderen Städten wurden früher solche Messen durchgeführt. Nachdem die Pro Senectute und das Aargauische Rote Kreuz ihre Messe im Westaargau nicht mehr durchführen, sind wir im Aargau die einzige Seniorenmesse.

**Die letzte Ausgabe der EXPOsenio fand 2018 statt. Somit waren Sie vier Jahre «weg vom Markt». War es schwierig, die Ausstellungsflächen zu besetzen?**

Wir waren überhaupt nicht weg vom Markt und wollten 2020 erneut eine Messe durchführen. Alles war bis ins Detail geplant, als wir vier Wochen vor Messebeginn infolge Corona die Messe dann kurzfristig absagen mussten, was uns dann doch ein grösseres Defizit bescherte. Praktisch alle Aussteller hielten uns jedoch die Treue und sind nun 2022 wieder mit dabei. Es war nicht schwierig, die Ausstellungsfläche zu besetzen. Wir haben sogar eine Warteliste.

**Könnte man ausserhalb des Trafo noch wachsen?**

Ziel ist es auch, für unsere Besucher eine übersichtliche Messe zu gestalten und das Angebot nicht zu überladen. Mit rund siebzig Ausstellern habe wir meiner Ansicht nach eine ideale Grösse. Ausserhalb des Trafo müssten wir mit Zeltaufbauten arbeiten, was von den Kosten her für uns zu teuer würde, da wir ja keinen Messe-eintritt verlangen. Zudem möchten wir im Trafo bleiben, da dieser Ort für unsere Besucher bestens auch mit dem ÖV erreichbar ist.

**Sie bieten als Rahmenprogramm sieben Fachreferate zum Thema «Rundum vital», zwei politische Statements, musikalische und tänzerische Begleitung. Auf welches Referat freuen Sie sich persönlich am meisten?**

Als Verantwortlicher auch für das Rahmenprogramm habe ich mit allen Referenten bereits

einen intensiven Austausch gepflegt. All diese Referenten haben wir auch 2020 geplant, und sie haben uns trotz damaliger Absage die Treue gehalten. Am liebsten würde ich bei allen Referaten dabei sein, was aber aufgrund meiner vielfältigen Aufgaben an der Messe leider nicht möglich sein wird.

**Wird die aktuelle Corona-Situation das Interesse am Messebesuch beeinträchtigen? Mit wie vielen Besuchern rechnen Sie?**

Wir hatten zusammen mit den Verantwortlichen des Trafo bereits ein umfassendes Schutzkonzept erarbeitet und vom Kanton die Bewilligung zur Durchführung der Messe erhalten. Dabei wurden wir vom Trafo wie auch den Verantwortlichen des Kantons super unterstützt. Nun entfallen alle diese Vorschriften, und wir sind überzeugt, dass sich die Besucher nun

auf die Messe ohne irgendwelche Restriktionen freuen und ihr Interesse mit einem grossen Besucheraufmarsch zeigen werden. Wir rechnen mit etwa 2500 Besuchern, analog zu den früheren Jahren.

**Weshalb sollte man die EXPOsenio besuchen, und was macht sie einzigartig?**

Wie erwähnt, ist es inzwischen die einzige derartige Messe im Kanton. Die Messe versteht sich als Marktplatz, wo man in gebündelter Form ein breites Produkte- und Dienstleistungssortiment angeboten bekommt. Alles in überschaubarem Umfang und mit den Fachreferaten im Vortragssaal wie auch am Stand des Kantonsospitals Baden (KSB) – dürfte für alle etwas Interessantes dabei sein. «Rundum vital» – dieses Sonderthema trifft auch auf unsere Messe zu, denn genauso fühlen wir uns.



Lukas Voegele, 67, Projektleiter EXPOsenio

BILD: ZVG

## EXPOsenio

### Siebzig Aussteller im Trafo

Die vierte und mittlerweile einzige Seniorenmesse im Aargau, die EXPOsenio, findet am Samstag, 2. April, im Kongresszentrum Trafo Baden statt. Das Sonderthema «rundum vital» behandelt die physische und mentale Fitness im dritten Lebensabschnitt. Einer der Referenten, Ueli Mäder, hat kürzlich den Erich-Fromm-Preis erhalten und spricht zum Thema «Wie gehen wir mit dem Alterwerden um?» Die Bevölkerungsgruppe 60+ gewinnt immer mehr an Bedeutung. Wie bleibt diese Altersgruppe physisch und mental fit, um die Herausforderungen erfolgreich zu bewältigen? Los gehts um 9 Uhr. Die Eröffnungsreferate werden musikalisch untermalt durch die bekannte Jazzband «Many Beers After». Für das anmutige Element sorgt die Badener Tanzschule «NatMove».

**Sieben Referate zum Sonderthema «Rundum vital»**

An der Messe präsentieren siebzig Aussteller in einem attraktiven «Marktplatz für das Leben im Alter 60+» Produkte und Dienstleistungen, die das Leben zu Hause für Menschen im dritten Lebensabschnitt erleichtern.

Ein attraktives, durchgehendes Rahmenprogramm mit sieben Referaten zum Sonderthema «Rundum vital» begleitet die EXPOsenio. So spricht die Zofinger Schriftstellerin Margret Schriber über «Das Leben als Abenteuer». «Anders und weise älter werden, aber wie?» – Ton Koper beschäftigt sich mit neuen Altersleitbildern, und Ueli Mäder

referiert über neue Ansätze und engagierte Sinnstiftung. Mäder wurde kürzlich mit dem renommierten Erich-Fromm-Preis 2022 geehrt. «Volle Pulle oder moderates Geniessen?» – diese Frage behandelt der bekannte Badener Kardiologe Johannes Schindler unter dem Titel «Reisen und Freizeitaktivitäten im Alter aus Medizinersicht». Und den Zusammenhang zwischen Hörverlust, Tinnitus und zentralen Hörstörungen erläutert Martin Meyer von der Uni Zürich. «Vorher auf 150, nachher weit unter 100 – ist das Pensioniertsein wirklich lässig und toll?» Der ehemalige Regierungsrat Peter C. Beyeler spricht aus eigener Erfahrung. Der unterhaltende Schlussakzent kommt von Hans Flury, Spezialist für Spiel und Kommunikation: «Locker sein, aber nicht locker lassen.»

**Wenn das Knie knackt und schmerzt**

Ein Vortragszyklus der Klinik für Orthopädie des Kantonsospitals Baden (KSB) zum Thema Mobilität ergänzt das Rahmenprogramm. Vier erfahrene Mediziner zeigen auf, wie die moderne Medizin mit orthopädischen Problemen umgeht. Das komplette Programm findet man auf [www.exposenio.ch](http://www.exposenio.ch).

**EXPOsenio, Samstag, 2. April 2022, Trafo Baden, 9 bis 17 Uhr. Eintritt frei. Organisator ist der Seniorenrat Region Baden (SRRB)**