

Lust ohne Altersgrenze

Münchner Sexberaterin hat eine Mission: Mehr Liebe und Aktivität in die Betten zu bringen

Der Dichter und Romantiker Heinrich Heine schrieb im 19. Jahrhundert über das Thema Sex: „Himmlich war's wenn ich bezwang, meine sündige Begier. Aber wenn's mir nicht gelang, hatt' ich doch ein groß' Plaisir.“

Frauen leiden unter mangelnder Zärtlichkeit und Liebe

Es ist zwar nicht überliefert, in welchem Alter Heine diesen trefflichen Text erdachte. Eine aktuelle Statistik aus unserer Zeit besagt indes: Männer denken alle fünf Minuten an Sex. „Frauen dagegen negieren Sex oft schon ab 45 Jahren“, so Hedy Fuchs-Waldherr, Münchner Sexberaterin (62). „Wie soll das funktionieren?“ ihre Mission sieht sie darin, Sex im fortgeschrittenen Alter in vielen Betten wieder in Schwung zu bringen.

„Nichts hat mich mehr erstaunt als die Tatsache, dass



Sexberaterin Hedy Fuchs-Waldherr sieht ihre Mission darin, Sex im fortgeschrittenen Alter wieder in Schwung zu bringen.

ich die körperliche Liebe ab meinem 50sten Lebensjahr erst so richtig erlebt habe und genießen konnte“, so die Münchnerin. „Die herkömmliche Meinung von uns Frauen ist ja, dass der Wunsch nach Sex mit zunehmendem Alter zu Ende geht. Wir fühlen uns nicht mehr attraktiv genug, um die Lust der Männer – die ja nie zu Ende geht – zu aktivieren. Aber die Männer haben permanent Angst, körperlich zu versagen.“

Daher werde alles gepflegt, nur nicht die Lust. Und das findet Hedy Fuchs-Waldherr wirklich schade: „So wie das Spiel und die Lust der Männer, die Frau 'herumzukriegen' nie aufhört, genauso wenig hört auch das Spiel und die Lust der Frauen nie auf, sich von den Männern 'herumzukriegen' zu lassen. Das liegt in unseren Genen.“

Dennoch würden sich in ihrer Beratung viele Männer darüber beklagen, dass ihre Partnerin nicht mehr oft Lust oder sogar gar keine Lust mehr hätten. Und die Frauen leiden unter dem angeblich fehlenden Interesse ihrer Männer und vor allem, über mangelnde Aufmerksamkeit, Zärtlichkeit und Hingabe.

Vortrag: 26.4., 13.45 Uhr
Raum K1b

MESSE kompakt

Höhepunkte

Von Krisenstimmung ist bei der Messe „Die 66“ nichts zu spüren. Alle drei Hallen sind ausgebucht, die Resonanz der Besucher im Vorfeld ist enorm. Dass die Krise an dieser Stelle halt macht, erklärt sich Veranstalterin Doris Lulay so: „Von der Wirtschaft hören wir in den Gesprächen, dass man inzwischen die große Bedeutung der Zielgruppe 50plus erkannt hat und diesen Markt auch als 'Retter in der Not' sieht.“

Neben Vorträgen, Podiumsdiskussionen, Aktionen, Shows und Workshops erwarten die Besucher rund 350 ausgewählte Aussteller aus 14 Themenbereichen. Die Messe findet vom **24.4. bis 26.4.2009 im M.O.C., Veranstaltungszentrum in der Lilienthalallee 40** statt. Die Tageskarte kostet regulär 7 Euro, für AOK Mitglieder und Inhaber eines Rentner oder Schwerbehindertenausweises 5 Euro, für VdK-Mitglieder ist der Eintritt frei. Sozialministerin Christine Haderthauer wird die Messe am 24.4. um 11.00 eröffnen. Die Messeöffnungszeiten sind **taglich von 10 bis 17 Uhr**.

Zu den Höhepunkten zählen der Jonglierweltrekordversuch mit 220 Teilnehmern am Freitag, den 24.4. um 13.00 Uhr, der Auftritt des Kabarettisten Christian Springer alias „Fonsi“ am Freitag, den 24.4. um 14.00 Uhr, sowie der Besuch von Alfons Schuhbeck am Samstag von 10 bis 11 Uhr. der Koch-Promi gibt auf der Kaufhof-Sonderfläche wertvolle Tipps was gesund und gut in einen Topf passt.

Halle 3, Stand B10

Spazierstockverteidigung für taaffe Senioren



Die Technik wird von der WingZun KungFu Company in Zusammenarbeit mit Seniorenland unterrichtet.

Sie stehen einander gegenüber und blicken sich herausfordernd in die Augen. Plötzlich stößt die kleine grauhaarige Dame mit einer gezielten Bewegung dem jungen 100-Kilo-Mann einen Regenschirm in die Brust. Dieser taumelt, fängt sich aber gleich wieder. Gut, dass ein schützendes Lederkissen den Schlag abfangen hat. „Da staunen Sie, was?“ sagt die Seniorin zum Verteidigungslehrer und stützt sich zufrieden auf ihren Regenschirm.

„Spazierstock-Verteidigung“ heißt die Technik, die von der WingZun KungFu Company in Zusammenarbeit mit Seniorenland unterrichtet wird. Kursbe-

sucher sind Männer und Frauen im reifen Alter, die nicht gewillt sind, sich von einer ständigen Angst die Lebensfreude nehmen zu lassen. „Ich will keine Show abziehen und etwas zeigen, was hinterher nicht geht“, sagt KungFu Meister Dai-SIFU David Dautremay. Deshalb lässt er seine Schüler die Bewegungsabläufe oft wiederholen, sieht ihnen dabei zu und korrigiert die Körperhaltung. Auch wenn jede Notfallsituation anders ist – wer sich schon mal überlegt hat, wie er sich bei einer Provokation oder einem Angriff verhält, wird dann weniger unsicher sein. **26.4., 15.30 Uhr, Sportbühne**

Erfahrungen weitergeben

Dienstleistung für BestAger, die sich neu orientieren oder ihr Wissen weitergeben

Wie können Erfahrung und Potenziale von Best Agern für Unternehmen und Gesellschaft genutzt werden? Und wie kann dabei gleichzeitig die persönliche Entwicklung von Best Agern in der zweiten Karriere, in der Freizeit und Familie gefördert werden?

Diesen Themen widmet sich das Dienstleistungskonzept von AgeCon. Beispiel: Ein 68-jähriger pensionierter Arzt sucht eine Tätigkeit als LKW-Fahrer, ein 53-jähriger Zimmermann sucht den Einstieg als Ausbilder. „Bei Vorhaben wie diesen helfen wir etwa mit der Analyse der bestehenden Fähigkeiten und dem Aufzei-

gen von individuellen Perspektiven in neuen Tätigkeitsfeldern“, so Rainer M. Green, Geschäftsführer von AgeCon. Dazu gehört auch die Durchsicht und Überarbeitung von Bewerbungsunterlagen, da bei vielen der Bewerbungsprozess sehr lange her ist. Im entsprechenden Kurzprofil werden weniger frühere Noten als Erfahrung und Fähigkeiten in den Vordergrund gestellt.

Die Internetplattform „AgeBroker“ ist eine Jobbörse für Best Ager. Sie bietet auch die Möglichkeit der direkten Vermittlung. Teilnehmer können sich auf der Plattform anmelden und ihre Vita hinterlegen. Im Ideenmarkt können zum Beispiel gute Ideen als Basis für die Gründung eines Age-StartUps gefunden werden oder man kann sich an der Gründung eines Age-StartUps beteiligen. **Halle 1, Stand A18**

Kinogenuss bei Kaffee und Kuchen

Dieter Buchwald, Betreiber des Kinos Cinema in der Nymphenburger Straße stellt auf der Messe sein neues Programm bis Mitte August vor. Darunter Qualitätsfilme wie „Die Herzogin“ und „Der Vorleser“. „Alle 14 Tage bieten wir im Rahmen unserer Reihe 'Ü50' immer mittwochs um 15 Uhr einen ausgewählten Spielfilm in deutscher Sprache für 5,90 Euro inklusive Kaffee und Kuchen. Wir sind Münchens einziges Kino mit Angeboten für diese Zielgruppe“, so Buchwald. **Halle 1, Stand C5**

Beratung rund um Bad und Brause

Ob Badmöbel, Handbrause, Armaturen, ausgefallene WC-Sitze oder Thermostatventil-Köpfe für Heizkörper, am Stand der Globig GmbH dreht sich alles um Sanitär. Besucher erhalten fachmännische Beratung, auch wenn sie selbst einbauen wollen. Unter anderem sind in der Ausstellung auch folgende Partner mit vertreten: Artweger, Bemm, Bette, Bis-Walraven, Erlau AG, Grohe, Hansa, Hewi, HSK, Judo, Kludi, Sam, Saniku, Sebis, Vaillant und Villeroy & Boch. **Halle 2, Stand D10/13**

ChinaMed – Ihr Schlüssel zu mehr Gesundheit, Vitalität und Entspannung



Besuchen Sie uns auf der 50+ Messe, 24. - 26. April 09 M.O.C. München, Halle 3, Stand D8

Wer sind wir?

ChinaMed betreibt weltweit mehrere Zentren für Traditionelle Chinesische Medizin. ChinaMed ist fest mit der chinesischen Kultur verwurzelt. Mit über 30 Jahren Erfahrung hat ChinaMed ein breit gefächertes Netzwerk an TCM-Experten, Kliniken, Universitäten, Gesundheitsministerien und Ärzten aus China. Wir stellen sicher, dass Sie in unseren Zentren nur von hochqualifizierten, chinesischen TCM-Spezialisten mit über 10 Jahren Berufserfahrung behandelt werden. Die ChinaMed Gruppe ist das europaweit 1. Mitglied der World Federation of Chinese Medicine Societies (WFCMS).

Grundlagen

TCM ist eine „Jahrtausende alte Chinesische Heilkultur“, deren Wurzeln über 2000 Jahre zurückreichen und bis heute als ganzheitlich orientiertes Medizinsystem angewandt wird. Sie ist das älteste und erprobteste Medizinsystem der Welt. Die Entwicklungsgeschichte beeindruckt umso mehr, wenn man bedenkt, dass die Schulmedizin erst vor 250 Jahren begonnen hat.

Heilmethoden

Akupunktur, Akupressur, Tuina-Amno-Massage, Schröpfen, Moxibustion, Kräutertherapie, Diätetik (Ernährungslehre), Tai-Chi, Qi-Gong.

Ihr Zentrum für Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)

Ziele der TCM

- Gesundheitsfürsorge
- Krankheitsprophylaxe
- Behandlung von Krankheiten



August Exter Straße 4 · 81245 Pasing
+49 / 89 88 96 90 90

Engschalkinger Str. 12 · 81925 Bogenhausen
+49 / 89 97 88 39 40

MÖBELHAUS WILLINGER

100 JAHRE können sich unsere Kunden nicht trennen!

► Wir nehmen Ihre gebrauchten Möbel & Küchen in Zahlung!
► Sie wünschen kostenlose Beratung zuhause? Anruf genügt!

INH. M. & O. BERNER · WÖRTHSTRASSE 32 · 81667 MÜNCHEN · TELEFON 0 89-45 99 47-0 · FAX 0 89-45 99 47-33

www.MOEBEL-WILLINGER.de · service@MOEBEL-WILLINGER.de

Das Möbelhaus in München!

NEU!

TEMPUR

Ihre Beratungs-Zentrale in München!