

## Deutsche Rheuma-Liga MV AG Rostock

- o Gemeinsam gegen Rheuma-Schmerz: unsere Angebote
- o Begegnung, Beratung, Bewegung

## Pflegestützpunkt Rostock Süd

- o Beratungsstelle rund um das Thema Pflege

## Veranstaltungsort:

Hofgelände bzw. Turnhalle des RFZ

**Für das leibliche Wohl ist gesorgt.**

## Wegbeschreibung:



**Buslinie 25** - aus Richtung Reutershagen: Haltestelle Kuphalstr. aussteigen, an der Ampel Händelstraße überqueren, einbiegen in Kuphalstr.  
aus Richtung Innenstadt: Haltestelle Kuphalstraße aussteigen



**Straßenbahn** - Doberaner Platz umsteigen in Bus Linie 25, weiter siehe oben



**S-Bahn** - bis Haltestelle Parkstraße, dann umsteigen in Bus Linie 25 Richtung Markt Reutershagen/Thomas-Morus-Straße bis Haltestelle Kuphalstraße

Parkplätze: Kuphalstraße und Seitenstraßen

Herausgeberin: Hanse- und Universitätsstadt Rostock,  
Presse- und Informationsstelle  
Redaktion: Gesundheitsamt, Koordinatorin für  
Gesundheitsförderung, Tel. 0381 381-5376  
RFZ Reutershagen  
Grafik: (09/25)

## KONTAKT

Hanse- und  
Universitätsstadt Rostock  
Gesundheitsamt  
Koordinatorin für Gesundheitsförderung  
Kristin Schünemann, M.A.  
Paulstraße 22, 18055 Rostock  
Tel. 0381 381-5376  
E-Mail: kristin.schuenemann@rostock.de

Rostocker Freizeitzentrum (RFZ)  
Ehrenamtskoordination/  
RAN - Älter werden in Reutershagen  
Cornelia Müller-Westphal  
Kuphalstraße 77, 18069 Rostock  
Tel. 0381 890304-12  
E-Mail: cornelia.mueller@rfz-rostock.de



## Mit freundlicher Unterstützung von:

**ROSTOCKER FREIZEITZENTRUM E.V.**  
Stadtteil- & Begegnungszentrum Reutershagen / Hansaviertel / Gartenstadt / Stadtweide



**verbraucherzentrale**  
*Mecklenburg-Vorpommern*



Deutsche RHEUMA-LIGA  
Mecklenburg-Vorpommern e.V.  
Begegnung Beratung Bewegung



# 9. Informationstag für Seniorinnen, Senioren und ihre Angehörigen

**ROSTOCKER FREIZEITZENTRUM**  
GENERATIONEN UNTER EINEM DACH.

## »Älter werden in Reutershagen«

### 4. September 2025

14:00 bis 17:00 Uhr

Rostocker Freizeitzentrum (RFZ)

Kuphalstraße 77



## Liebe Einwohnerinnen und Einwohner von Reutershagen,

wir laden Sie auf das Herzlichste zu unserem „Informationstag für Seniorinnen, Senioren und ihre Angehörigen“ ins Rostocker Freizeitzentrum nach Reutershagen ein.

Wir – das steht für das Gesundheitsamt der Hanse- und Universitätsstadt Rostock und den Rostocker Freizeitzentrum e.V. und zahlreichen Partnern des Stadtteils. Wir wollen an diesem Tag über viel Wissenswertes rund um die Gesundheit, die gesunde Ernährung und Hilfestellungen im Alter aufklären.

Kommen Sie mit uns ins Gespräch und erhalten Sie praktische Tipps für den Alltag. Natürlich können Sie sich auch wieder auf Selbstgebackenes, etwas „Herzhaftes“ und „Gesundes“ freuen. Die Teilnahme ist kostenfrei und eine Anmeldung nicht erforderlich.

Schauen Sie vorbei und holen Sie sich Antworten und Anregungen für Ihren Alltag aus erster Hand!

*Wir freuen uns auf Sie!*

Ihre Cornelia Müller-Westphal  
„RAN – Älter werden in Reutershagen“

## PROGRAMM

### 14:00 Uhr Eröffnung

Jahn Osterloh  
Leiter des Rostocker Freizeitentrums  
Cornelia Müller-Westphal  
„RAN – Älter werden in Reutershagen“

## AKTIONSSTÄNDE

### Rostocker Freizeitzentrum e.V. (RFZ), „RAN – Älter werden in Reutershagen“

- Wir – „RAN – Älter werden in Reutershagen“ - stellen uns vor
- Was ist los im RFZ für die ganze Familie?
- Ehrenamt im RFZ – Wo und Wie kann ich mich einbringen?
- Repair Café - Reparieren statt Wegwerfen  
Fragen Sie nach oder bringen Sie direkt kleine Geräte mit.
- Smartphone & mehr  
Der leichte Einstieg in die Technik

### OTB GmbH

- Sanitätsfachgeschäft
- Orthopädietechnik, Orthopädieschuhtechnik
- Aktiv-Reha, Standard-Reha

### Kommunaler Präventionsrat/ Senioren- sicherheitsberatung

- Die Seniorensicherheitsberater informieren zu aktuellen Betrugsmaschen zum Schutz älterer Menschen.

### AFW Arbeitsförderungs- und Fortbildungs- werk GmbH

- Tipps zum Strom und Wasser sparen
- Fachliche Beratung

### Seniorenbeirat der Hanse- und Universitätsstadt Rostock

- Mitglieder des Seniorenbeirates stellen sich den Fragen und Anliegen älterer Menschen

### Verbraucherzentrale M-V e.V.

- Wie erkennen Sie gesunde Lebensmittel?
- Was muss auf der Verpackung stehen?

### Selbsthilfekontaktstelle

- Informationen zu gesundheitlichen Selbsthilfe-Möglichkeiten

### Volkssolidarität - Hausnotruf

- Hilfe und Sicherheit für jede Generation
- Notruf von überall auslösen

### Ihr Naturkost Navigator

- Ernährungsberatung, Kochkurse mit biologisch vollwertigen Lebensmitteln

### Deutsche Alzheimer Gesellschaft Landes- verband M-V e.V.

- Mit dem Demenzsimulator erleben, wie sich die Symptome einer Demenz anfühlen
- Informationsmaterial sowie ein offenes Ohr für Betroffene und An- und Zugehörige

### Reha-Technik Möller

- Hilfsmittel für den Alltag

### Pflegestützpunkt Rostock Süd

- Beratungsstelle rund um das Thema Pflege

### Rostocker Heimstiftung

- „Rostocker Heimstiftung – umsorgt und gut betreut leben“