

Veranstaltungsort:



Stadtteil- und Begegnungszentrum (SBZ)
„Heizhaus“, Tychsenstraße 22
18059 Rostock - Südstadt

Wegbeschreibung:



Bus - Linie 26 von Hauptbahnhof Süd in Richtung Biestow, Haltestelle Tychsenstraße aussteigen, dann 200 m die Tychsenstraße entlang in Fahrtrichtung des Busses bis zum „Heizhaus“



Straßenbahn - Linie 2 oder 5 in Richtung Südblick, Haltestelle Majakowskistraße aussteigen, dann 250 m die Nobelstraße entlang in Fahrtrichtung der Straßenbahn bis Ecke Tychsenstraße, links in die Tychsenstraße einbiegen, dann 200 m Fußweg bis zum „Heizhaus“



S-Bahn - Rostock Hauptbahnhof aussteigen, dann wahlweise Straßenbahnlinie 5 oder Buslinie 26 (siehe Beschreibung oben)

Herausgeberin: Hanse- und Universitätsstadt Rostock,
Presse- und Informationsstelle
Redaktion: Gesundheitsamt, AG Kommunale
Gesundheitsförderung, Tel. 0381 381-5376
Foto: Joachim Kloock (Archiv)

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



Förderverein Gemeindepsychiatrie Rostock e.V.
Projekt „Länger Leben im Quartier“
Robert Sonnevend
Rudolf-Diesel-Straße 1c, 18059 Rostock
Tel. 0381 12744460
E-Mail: robert.sonnevend@sozialpsychiatrie-mv.de

Mit freundlicher Unterstützung von:



6. Senioreninformationstag Südstadt und Biestow

**„Aktiv im Alter“ und
„Hilfe im Alter“**

19. Oktober 2022

14:00 bis 17:00 Uhr
SBZ „Heizhaus“



Stadtteil- und Begegnungszentrum
Südstadt / Biestow



Hanse- und Universitätsstadt
ROSTOCK

Liebe Stadtteilbewohnerinnen und Stadtteilbewohner,

am 19. Oktober findet der mittlerweile 6. Senioreninformationstag für die Südstadt und Biestow im Stadtteil- und Begegnungszentrum „Heizhaus“ statt. Schwerpunkte der Veranstaltung sind die Themen „Aktiv im Alter“ und „Hilfe im Alter“.

Neben zwei Podiumsrunden bieten verschiedene Infostände aus den Bereichen Prävention, Selbsthilfe, Gesundheitsförderung, Nachbarschaftshilfe und Pflege die Möglichkeit, sich umfassend zu informieren.

Was zu einem Senioreninformationstag dazu gehört, ist natürlich auch das gemütliche Beisammensein.

Lassen Sie sich von dem plattdeutschen Kulturprogramm des Vereins „Klönssnack-Rostocker 7“ und den Leckereien des Kuchenbasars, welcher von der DRK Ortsgruppe Südstadt angeboten wird, überraschen.

Unterstützt wird dieser Tag vom Stadtteil- und Begegnungszentrum Südstadt/Biestow, dem Rostocker Seniorenbeirat und dem Projekt „Länger leben im Quartier“ in Kooperation mit dem Gesundheitsamt der Hanse- und Universitätsstadt Rostock.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich und die Teilnahme kostenfrei.

Wir freuen uns auf Sie!

PROGRAMM

14:00 Uhr Eröffnung

Robert Sonnevend
Projektleiter „Länger Leben im Quartier“
Franziska Schwertfeger
Stadtteil- und Begegnungszentrum
Südstadt/Biestow

- Schwungvoller Auftakt mit dem plattdeutschen Kulturprogramm des Vereins „Klönssnack-Rostocker 7“

PODIUMSRUNDEN

14:30 – 15:00 Uhr - AKTIV IM ALTER -

Das Thema „Aktiv im Alter – Was können Gesundheitsförderung, Prävention und Selbsthilfe dafür tun?“ wird im Rahmen einer Podiumsrunde behandelt. Fachleute aus den drei Bereichen stellen ihre Arbeitsfelder näher vor und beantworten Ihre persönlichen Fragen.

15:20 – 15:50 Uhr - HILFE UND UNTERSTÜTZUNG IM ALTER -

In einer weiteren Podiumsrunde steht das Thema „Hilfe und Unterstützung im Alter“ auf dem Programm. Dabei erläutern Vertreter verschiedener Hilfen ihre Angebote und stehen Ihnen für Fragen zur Verfügung. Ein besonderes Augenmerk ist darauf gerichtet, was zu tun ist, wenn Pflege notwendig wird und wie pflegende Angehörige unterstützt werden können.

AKTIONSSTÄNDE

Selbsthilfe in Rostock

- Selbsthilfemöglichkeiten in und um Rostock

Seniorenbeirat Rostock

- Vorstellung der Projekte „Großelternpatenschaften“ und „Telefonkette“
- Informationen über die Arbeit des Seniorenbeirates

Seniorenbeirat Südstadt/Biestow

- Die Südstadt und Biestow senioren-gerechter gestalten“ – Ihre Anregungen sind gefragt!

Nachbarschaftshilfe Südstadt/Biestow

- Vorstellung der nachbarschaftlichen Hilfen
- Kennenlernen von Hilfeleistenden

Blinden- und Sehbehinderten

Verein M-V e.V.

- Selbsthilfeangebote und Hilfen für Blinde und Sehbehinderte

Deutsche Rheuma-Liga M-V e.V.

- Begegnung, Beratung, Bewegung
- Selbsthilfeangebote und Hilfen bei Rheuma

Pflegestützpunkt Rostock

- Informationen rund um das Thema Pflege

Gesprächskreis für pflegende Angehörige

- Erfahrungen austauschen und nützliche Informationen erhalten