

08. August 2019

Rostocker Freizeitzentrum (RFZ)

5. Informationstag für Senioren und ihre Angehörigen

ROSTOCKER FREIZEITZENTRUM
GENERATIONEN UNTER EINEM DACH.

**5. Informationstag für Senioren
und ihre Angehörigen**
„Älter werden in Reutershagen“

08. August 2019
14:00 bis 16:30 Uhr
Rostocker Freizeitzentrum (RFZ)
Kuphalstraße 77

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich und die Teilnahme kostenfrei.

Gesunde Städte-Netzwerk
der Bundesrepublik Deutschland

**Rostocker
Freizeitzentrum e.V.**

**NETZWERK
GUTE
NACHBARSCHAFT**

**Hanse- und Universitätsstadt
ROSTOCK**

Rostocker Freizeitzentrum e.V.
Kuphalstraße 77
18069 Rostock

Tel. 0381 890304-0 Fax 0381 890304-4
Email: info@rfz-rostock.de Web: www.rfz-rostock.de

Das RFZ wird gefördert durch:

EUROPÄISCHE UNION
Europäischer Sozialfonds

**Hanse- und Universitätsstadt
ROSTOCK**

**OstseeSparkasse
Rostock**

Das RFZ ist:
**Kontaktstelle
Deutsches
Kinderhilfswerk**



Plan A (Hof, Außengelände) kam in die Schublade,

Plan B hieß **SPORTHALLE**: warm, trocken, etwas eng, dafür aber kuschelig und gemütlich - mit kurzen Wegen zwischen den Infoständen und zum Kuchen-, Getränke- und Gesundheitsbüfett



Jeder hat ein Plätzchen gefunden

... und in der Küche steht jede Menge Nachschub und wartet auf den Verzehr



Start 14 Uhr: Cornelia Müller vom Netzwerk gute Nachbarschaft und Ehrenamtskoordinatorin des RFZ ist die „grüne Seele“ und charmante Moderatorin der Veranstaltung.



Ihre Mitstreiterin vom Gesundheitsamt ist **Kristin Schünemann**, Koordinatorin für Gesundheitsförderung und Prävention unserer Stadt.

Ohne sie aber wäre der Informationstag nicht denkbar: Die kompetenten Mitarbeiter/innen von Betrieben, Vereinen und Institutionen, denen das Wohlbefinden der Senioren und Seniorinnen eine Herzensangelegenheit ist.

Hier eine kleine Auswahl:

REHA-Technik Möller



Hausnotrufsystem der Volkssolidarität



Pflegestützpunkt Süd informiert rund um die Pflege

Energieberatung der →
Verbraucherzentrale



Was essen wir - was braucht unser Körper (nicht)?

Die **Verbraucherzentrale** kann auch dazu raten.

Ebenso der
Verband der Gartenfreunde





Die
Senioren-sicherheitsberater
hatten einen freundlichen
Kollegen geschickt

Kundenmanager Michael
Reitz von der **RSAG** gab
Tipps für sicheres Fahren
im öffentlichen Nahverkehr



... und Mitarbeiterinnen der **Ostsee-Apotheke Reuterpassage**
hatten nicht nur ein interessantes Warenangebot mitgebracht,
sondern auch ein Glücksrad und kleine Gewinne





Der Stand der **Seniorenakademie**

Das Projekt **Wohnen für Hilfe** des Europäischen Integrationszentrums Rostock möchte Senioren und Seniorinnen mit Rostocker Studierenden zusammenführen, um Wohnpartnerschaften zum Vorteil beider Seiten zu gründen.



Die **Deutsche Alzheimer Gesellschaft** versprach kompetente Hilfe

Und einige Vertreterinnen des **Seniorenbeirates** der Hanse- und Universitätsstadt Rostock um **Erika Drecoll** boten Einblicke in ihre Arbeit.

Hier sind die Damen vom **Seniorenbeirat** noch einmal:



Rente für alle

Fragen rund um die Rente konnten hier gestellt und beantwortet werden



Bevor aber Fragen gestellt und Gespräche geführt wurden, gab es Kaffee & Co und Kuchen, Schmalzstullen, Obst & Gemüse.

Das Büfett war nicht nur eine Augenweide, sondern enorm lecker und gesund.

Seit den frühen Morgenstunden hatten die **Ehrenamtlerinnen** in der Küche des RFZ Kuchen gebacken, Kaffee gekocht, Schmalzstullen geschmiert, die appetitlichen Obst- und Gemüseplatten angerichtet und diverse Getränke bereitgestellt.



Die drei Gästebetreuer **Hannelore, Eberhard und Marlies** hatten gut lachen, denn die ehrenamtliche Arbeit macht Spaß.

Spaß hatten offensichtlich auch die singenden und tanzenden Damen, die den Informationstag bereicherten.

Der Chor der Freunde der russischen Sprache „**Nadeshda**“ hatte ein vielseitiges Repertoire mitgebracht – vom russischen Folklore-Lied bis zum plattdeutschen „Dat du min Leevsten büst“.



Danach zeigte eine Gruppe Dierkower Seniorinnen **Internationale Tänze** – im Kreis oder in der Reihe getanzt. Eine beeindruckende geistige Höchstleistung der Tänzerinnen, die komplizierte Choreografie zu lernen und umzusetzen.



Die fast drei Stunden waren kurzweilig und vergingen wie im Fluge.

Fazit: Gute Gespräche, wertvolle Informationen, unterhaltsames Kulturprogramm, leckeres Essen und zufriedene Gesichter – es war schön.



„Darf ich noch ein Lied singen?“ Natürlich durfte der Senior und begleitete mit seinem Ostseelied die Aufräumarbeiten.