

**Für das leibliche Wohl ist bestens
gesorgt:**

Kolping-Café: Kaffee, Kuchen, Getränke

Gemeinschaftsunterkunft: Kochen verbindet – ein Stand mit der Kochkultur anderer Länder

Ihre Notizen

Wegbeschreibung:



Bus - Linie 36, Haltestelle Güstrower Straße aussteigen, dann 100 m die Eutiner Straße entlang



Straßenbahn - Linie 1+4+5, Haltestelle Elmenhorster Weg aussteigen, dann ca. 200 m Fußweg



S-Bahn - Haltepunkt Lichtenhagen aussteigen, ca. 700 m die Güstrower Straße entlang, dann weiter 200 m in die Eutiner Straße

KONTAKT

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



Kolping Begegnungszentrum  **KOLPING**
Rainer Fabian
Eutiner Str. 20, 18109 Lichtenhagen
Tel. 0381 717238
E-Mail: kolping-lichtenhagen@gmx.de

Mit freundlicher Unterstützung von:



verbraucherzentrale
Mecklenburg-Vorpommern



Herausgeberin: Hanse- und Universitätsstadt Rostock,
Presse- und Informationsstelle
Redaktion: Gesundheitsamt, AG Kommunale
Gesundheitsförderung, Tel. 0381 381-5376
Foto: Brink Ladenstraße, Wolfgang Dahle
(04/18)



Bewegte Jahrzehnte
in Lichtenhagen

5. Senioreninformationstag

„Die Kunst des
Älterwerdens“

9. Mai 2018

14:00 bis 16:30 Uhr

Kolping Begegnungszentrum
Lichtenhagen, Eutiner Str. 20



Liebe Stadtteilbewohnerinnen und Stadtteilbewohner,

in Lichtenhagen zu wohnen ist bei den Bewohnern sehr beliebt. Es ist ein lebenswerter, friedlicher und schöner Stadtteil. Der Brink wird bald im neuen Glanz erscheinen. Im „Kaleidoskop Lichtenhagen“ ist anlässlich des 800-jährigen Stadtjubiläums die Geschichte von Lichtenhagen aufgearbeitet worden. Uns ist es wichtig, dass wir das Wissen über das Leben und die Aktivitäten im Stadtteil Lichtenhagen erlebbar machen.

Zudem möchten wir unter dem Motto „Die Kunst des Älterwerdens“ am mittlerweile 5. Senioreninformationstag aufzeigen, was man für seine eigene Gesundheit tun kann. Natürlich darf ein gemütliches Beisammensein nicht fehlen. Lassen Sie sich von unserem Kulturbeitrag und den Leckereien des Kuchenbasars überraschen.

Unterstützt wird dieser Tag durch das Kolping Begegnungszentrum, den Seniorenbeirat Lichtenhagen in Kooperation mit dem Gesundheitsamt der Hanse- und Universitätsstadt Rostock.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich und die Teilnahme kostenfrei.

Wir freuen uns auf Sie!

Ihr Seniorenbeirat Lichtenhagen

PROGRAMM

14:00 Uhr Eröffnung

Kristin Schünemann
Kordinatorin für Gesundheitsförderung
Rainer Fabian
Leiter des Kolping Begegnungszentrums
Monika Schmidt
Seniorenbeirat Lichtenhagen

- Schwungvoller Auftakt mit Heidi Rempel

14:00-16:30 Uhr Aktionsstände

Seniorenbeirat Lichtenhagen

- Spielplätze aus Kindersicht
- Seniorenarbeit und Teilhabe in Lichtenhagen
- Gesundheitsquiz mal anders

„Wohnen für Hilfen“

- Gemeinsam wohnen, den Alltag erleichtern

Taiji Bailong Ball Association e.V.

- Mit Schwung und Spaß Ihrer Gesundheit zuliebe

Verband der Gartenfreunde e.V.

- Wissenswertes über Bienen, Äpfel und die Chronik der Gartenentwicklung in Rostock
- Gartenarbeit hält fit
- Freude am Garten – Tipps und Ratschläge aus erster Hand

Bürgerbüro-treffpunkt.LEBEN von der Rostocker Stadtmission

- Soziale Beratung und Hilfe

Sozialverband VdK, Ortsverband Rostock

- Infostand - Ihr Partner für soziale Gerechtigkeit und soziale Sicherheit

Verbraucherzentrale M-V e.V.

- Lebensmitteleinkauf gestern und heute
- Historische Entwicklung des Essverhaltens in Deutschland
- Vom Mangel zum Überfluss
- was ist gesünder?
- Wissenswertes rund um den Apfel
- Apfeleinkauf leicht gemacht; Was sagt uns die Kennzeichnung?

smovey mit Kerstin Zech

- Ein Sport- und Gesundheitsangebot mit viel Schwung – auch für Ungeübte und Sportdesinteressierte jeden Alters

Deutsche Seniorenstift Gesellschaft

- Das neue Pflegeheim in Lichtenhagen „Pflegewohnstift Bützower Str.“ stellt sich vor

Selbsthilfe in Rostock

- Die Selbsthilfekontaktstelle stellt sich vor

Highlights

14:30 Uhr „Die Entwicklung Lichtenhagens vom 1. Spatenstich bis heute“

- Referent Dr. Franz Stepanek

15:30 Uhr „Seniorenicherheit im Alter“

- Seniorensicherheitsberater

Linedance „Buffalo Kids“

gegen 16:00 Uhr Schwungvoller Abschluss mit den „Utkiekers“