

## Highlights

### Malwettbewerb der Kindertagesstätte Wiesenzwerge

### 16:45 Uhr Vorstellung des Apfelpfades und Besichtigung eines Seniorengar- tens

### Musikalischer Ausklang mit Heide Mundo und dem Chor „Sing Man Tau“

### Für das leibliche Wohl ist bestens gesorgt:

- Kaffee, Tee, Kuchen, kalte Getränke

## Ihre Notizen

---

---

---

Bitte beachten Sie, dass aufgrund der  
Gegebenheiten Vorort leider keine  
behindertengerechte WC-Anlage zur  
Verfügung steht.

## Wegbeschreibung:



**Buslinie 25** - a Linie 36 oder 37 bis Halte-  
stelle Wiesenweg, aus beiden Richtungen  
aussteigen, dann 250 m Fußweg Wiesenweg



**S-Bahn** - Haltepunkt Werftbahnhof und  
umsteigen in die Bus - Linie 36 oder 37,  
weiter siehe oben

## KONTAKT

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



Horst Döring  
Senioren Ausschuss W`mde-D`hagen  
Ortsamt Nordwest 1  
Albrecht- Tischbein- Str. 48, 18109 Rostock  
Tel. 0381-5190610  
E-Mail: dlb.Doering@t-online.de

### Mit freundlicher Unterstützung von:

#### Seniorengarten



KGV "Am Moor"

#### verbraucherzentrale

Mecklenburg-Vorpommern



ROSTOCK PORT

Herausgeberin: Hanse- und Universitätsstadt Rostock,  
Presse- und Informationsstelle  
Redaktion: Gesundheitsamt, AG Kommunale  
Gesundheitsförderung, Tel. 0381 381-5376  
Foto: Dr. Ulli Chill  
(10/18)



# »Älter werden in Warnemünde und Diedrichshagen«

## 18. Oktober 2018

### 14:00 bis 17:00 Uhr

im Vereinsheim KGV „Am Moor“ e.V.  
Warnemünde, Wiesenweg 4a

Senioren Ausschuss  
W`mde-D`hagen



## 3. Seniorentag

### »Älter werden in Warnemünde und Diedrichshagen«

Liebe Einwohnerinnen und Einwohner von Warnemünde und Diedrichshagen,

wir freuen uns, Sie zum dritten Senioreninformationstag im Vereinsheim KGV „Am Moor“ e. V. begrüßen zu dürfen. Unter dem Motto „Een Appel an`n Dag“ („Ein Apfel am Tag“) präsentieren wir Ihnen kulturhistorische, freizeitliche sowie gesundheitliche Themen.

Natürlich darf ein gemütliches Beisammensein nicht fehlen. Lassen Sie sich von unserem Kulturprogramm und den Leckereien des Kuchenbasars überraschen.

Unterstützt wird dieser Tag durch den Seniorenausschuss W`mde-D`hagen und der Kleingartenanlage am Moor e. V. 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 Horst Döring  
Seniorenausschuss W`mde-D`hagen

## PROGRAMM

### 14:00 Uhr Eröffnung

Kristin Schünemann,  
Kordinatorin für Gesundheitsförderung  
Horst Döring,  
Seniorenausschuss W`mde-D`hagen  
Dr. Ulli Chill,  
Kleingartenanlage am Moor e. V.

- Musikalischer Auftakt mit Heide Mundo und den Kindern aus der Kita Wiesenzwerge

## KURZVORTRÄGE

### 14:30-14:45 Uhr

#### „Een Appel an`n Dag – verdriewt dien Weh un Ach“

(Paltddeutschzirkel, KGA am Moor e. V.)

- Bewährte Sprichwörter zum Thema Gesundheit
- Apfelsaftverkostung

### 15:00-15:20 Uhr

#### Lebensmitteleinkauf im Wandel Verbraucherzentrale M-V e. V. (Simone Goetz)

- Lebensmitteleinkauf gestern und heute
- Historische Entwicklung des Essverhaltens in Deutschland
- Vom Mangel zum Überfluss - was ist gesünder?

### 16:15 Uhr

#### Warnemünde gestern und heute in Wort und Bild

Geschichtswerkstatt Rostock e. V. (Dr. Koch)

- Die Entwicklung vom Fischerdorf zum Seebad

## AKTIONSSTÄNDE

### Taiji Bailong Ball Association e. V.

- Mit Schwung und Spaß Ihrer Gesundheit zuliebe

### Verbraucherzentrale M-V e. V.

- Lebensmitteleinkauf gestern und heute
- Mitmachaktionen rund um den Apfel
- Wissenswertes rund um den Apfel
- - Apfeleinkauf leicht gemacht; was sagt uns die Kennzeichnung

### KGV „Am Moor“ e. V.

- Die grüne Lunge in Warnemünde im Wandel - Kleingartenanlage "Am Moor" e.V. im Jahr 2020
- Pomologischer Lehrpfad in Warnemünde - alte norddeutsche Apfelsorten neu gepflanzt und dokumentiert
- Ein Seniorengarten - Gartenfreude auch im hohen Alter
- Mostverkostung

### Rückenfit mit der vital & physio GmbH

- Keine Probleme mit dem Rücken beim Apfelpflücken
- Wirbelsäulenvermessung mit der MediMouse
- Gesund alt werden mit dem Trainingszirkel

### Mühlenapotheke Warnemünde

- Vorstellung aktueller Blutdruckmessgeräte
- Gesundheitsmessungen, z.B. Messung von verschiedenen Blutwerten mit Sofortauswertung