

Ab 15:00
und nach den Vorträgen werden
Informationen geboten von

- ▶ GerBera Ost – Gerontopsychiatrische Beratungsstelle
- ▶ Bürgerservice Leben im Alter
- ▶ Sozialdienst des Gesundheitsamtes
- ▶ Diakoniestation Stuttgart, Pflegebereich Hedelfingen
- ▶ Katholische Sozialstation, Pflegebereich Neckar
- ▶ Malteser Hilfsdienst
- ▶ Pflegeteam L. Neugebauer, Bakim Hizmetleri
- ▶ Generationenzentrum Kornhasen
- ▶ Tagespflege Emma Reichle Heim
- ▶ Wangener Begegnungsstätte, Treff Pflegende Angehörige
- ▶ Krankenpflegeverein Wangen e.V.
- ▶ Kreisdiakoniestelle, Sozial- und Lebensberatung
- ▶ Arbeitskreis Senior
- ▶ Stadt seniorenrat
- ▶ DRK Wohnberatung
- ▶ DRK Aktivierender Hausbesuch und Bewegungsangebote
- ▶ SportKultur Stuttgart, Sport für Ältere
- ▶ SportKultur Stuttgart, Senioren-Abteilung
- ▶ Amt für Sport und Bewegung
- ▶ Netzwerk Demenz Stuttgart
- ▶ Alzheimer Beratung – eva -
- ▶ Betreuungsbehörde der Stadt Stuttgart
- ▶ Sanitätshaus Carstens
- ▶ SAD Sozialunternehmen Ambulante Dienste gGmbH
- ▶ VdK und Osteoporose Selbsthilfegruppe

Ende gegen 18:30 Uhr

Die Teilnahme ist kostenfrei,
Anmeldung nicht erforderlich.

Sie richtet sich an ältere und
älter werdende Menschen sowie
interessierte Bürgerinnen und Bürger
aus dem Stadtbezirk.

Bewirtung
Jugendhaus B10 Stuttgart-Wangen

Es laden ein:

Arbeitskreis
Senior

Landeshauptstadt Stuttgart
Bezirksamt Wangen
STUTTGART



Ansprechpartner:

Bezirksrathaus Stuttgart-Wangen

Telefon 216-57 270

Eine Liste mit Hilfsangeboten bei Krankheit und
Pflegebedürftigkeit ist im Bezirksrathaus Wangen
und in der Wangener Begegnungsstätte erhältlich.

Gesund **älter werden...**

... wie geht das?
Und wenn doch Hilfe nötig wird?



Freitag, 15. April 2016
ab 15:00 Uhr

Kelter Wangen
Stuttgart-Wangen, Ulmer Straße 334

Informationsstände · Vorträge · Hilfsangebote
Die Veranstaltung ist kostenfrei!

Liebe Wangenerinnen
und Wangener,



natürlich wollen wir alle alt werden, aber nicht wirklich alt sein. Wie sich das Älterwerden gestaltet, hängt von unterschiedlichen Faktoren ab. Ein wesentlicher Aspekt ist eine gute Infrastruktur. Barrierefreiheit, Beratungsstellen, Hilfsdienste, Hilfsmittel, Unterstützung im Alltag, Mittagstisch und natürlich viele Möglichkeiten zur Teilhabe am sozialen und kulturellen Leben in der Stadt und im Stadtbezirk.

Ein gutes Netz mit vielen Fachleuten und vielen Ehrenamtlichen sorgt, dass Sie sich nicht sorgen müssen, sondern den Lebensabend mit Spaß und Freude genießen können, auch wenn nicht mehr alles nur leicht und einfach ist.

Ich danke allen, die diese Veranstaltung möglich machen und freue mich über die vielen Anregungen und besonders auf die Begegnung mit Ihnen!

Beate Dietrich
Bezirksvorsteherin Wangen

Gesund älter werden... ...wie geht das? und wenn doch Hilfe nötig wird?

Für die Gesundheit kann man in jedem Alter etwas tun. Bei dieser Veranstaltung soll es darum gehen, was uns dabei helfen kann, besonders beim Älterwerden gesund und fit zu bleiben.

Praktische Tipps dazu wird Michaela Böhme geben, indem sie Wissenswertes nicht nur zu Bewegung und Sport vermittelt. Zudem präsentiert der SKS (Sport-Kultur)-Sportverein am Informationsstand seine Angebote für Senioren.

Auch wenn wir viel dafür tun können, unsere Gesundheit zu unterstützen, kann jeden von uns trotzdem un-
verhofft eine Krankheit oder Pflegebedürftigkeit treffen. Gerade im Alter nehmen Risiken zu. Was helfen kann, damit umzugehen, darüber informieren die beiden anderen Vorträge.

Birgit Riethmüller informiert vor allem darüber, welche Leistungen die Pflegeversicherung bietet und was sich da verbessern wird. Auch andere finanzielle Sozialleistungen werden angesprochen.

Günther Schwarz klärt darüber auf, welche Hilfen mit diesen Leistungen finanziert werden können und wo man sie in und um Wangen findet.

Zur Veranstaltung wurde eine aktuelle Liste mit wichtigen Unterstützungs- und Beratungsangeboten erstellt, die künftig im Bezirksamt und in der Seniorenbegegnungsstätte ausliegen soll. Zudem stellen sich viele Angebote selbst am Nachmittag an Informationstischen vor und laden die Besucher zu Gespräch und Fragen ein.

**Die Veranstaltung ist kostenfrei!
Anmeldung nicht erforderlich**

Ablauf der Veranstaltung

ab 15:00 Uhr **Informationsstände**

15:50 Uhr **Begrüßung**
Beate Dietrich
Bezirksvorsteherin Stuttgart-Wangen

Moderation
Regine Mischke,
Leiterin der Wangener Begegnungsstätte,
Vorsitzende AK Senior

16:00 Uhr **Vortrag 1**
**Fit und gesund im Alter,
Tipps für den Alltag**
Michaela Böhme
Bereichsvorstand Freizeitsport für Ältere,
Schwäbischer Turnerbund e.V.

16:30 Uhr **Vortrag 2**
**Finanzierung von Hilfen
bei Krankheit und Pflege**
Birgit Riethmüller
Rechtsberatung für Pflegeversicherung

17:00 Uhr **Vortrag 3**
**Hilfsangebote in Stuttgart
und im Stadtgebiet**
Günther Schwarz
Alzheimer Beratung Stuttgart – eva –

Jeweils nach den Vorträgen können dazu kurz Fragen aus dem Publikum beantwortet werden.

ab 17:30 Uhr Gelegenheit zu Fragen und Informationen an den Ständen.

ca. 18:30 Uhr Ende