

8. Schweriner Seniorentag „Auch im Alter in Schwung bleiben“

Informationsstände

Sozialverband VdK

- Sozialberatung rund um die Gesundheit

Seniorenbüro Schwerin

- Engagementmöglichkeiten im Alter

Hand und Hand e.V./Schweriner Wohnungsbaugenossenschaft

- Miteinander leben – miteinander reden

Mehrgenerationenhaus Krebsförden

- Generationsübergreifende Angebote

Vitanas Senioren Centren & Vitanas Ambulant

- Betreuung und Wohnen im Alter

Landesverband M-V – Arbeitskreis Schwerin – ErlebnisTanz im Bundesverband Seniorentanz e.V.

- ErlebnisTanzgruppen in Schwerin

PTI Panoramica Touristik International GmbH

- Reiseangebote

Aktionen

Hand und Hand e.V./Schweriner Wohnungsbaugenossenschaft

- Wie fühlt man sich im Alter? – Test mit dem Alterssimulationsanzug

Zentrum Demenz

- Demenzparcour

Veranstalter / Kontakt:

AG „Altenarbeit“ der Landeshauptstadt Schwerin

c/o Geschäftsstelle: Seniorenbüro Schwerin

Wismarsche Str. 144, 19053 Schwerin

Tel: 0385 – 5 57 49 62

Fax: 0385 – 5 57 49 63

Mail: Seniorenbuero_Schwerin@t-online.de

Kooperationspartner:

Wir danken dem Management des Schlosspark-Centers Schwerin für die freundliche Unterstützung bei der Organisation und Durchführung des 8. Schweriner Seniorentages sowie den Einzelhandelsgeschäften des Centers.

Veranstalter:

AG „Altenarbeit“ der Landeshauptstadt Schwerin sowie Kooperationspartner

8. Schweriner Seniorentag „Auch im Alter in Schwung bleiben“



Aktiv bleiben – wandern, gärtnern, radeln...



Aktiv sein – reisen, lernen, neugierig sein ...

LERNEN

SPORTS
AND
HOBBIES



**11.10.2018, 10.00 -18.00 Uhr
im Schlosspark-Center Schwerin**

8. Schweriner Seniorentag „Auch im Alter in Schwung bleiben“

Wir informieren Sie, wie Sie auch im Alter durch Hobbys, Interessen, Bewegung und Spaß aktiv und jung bleiben können.

Das Bühnenprogramm lädt mit vielen Aktionen zum Mitmachen und Nachmachen ein.

Aktionsbühne - Programm

- 10.00 Uhr** **Vorstellungsrunde der Hobbystände**
Christine Dechau, Leiterin der AG „Altenarbeit“
- 10.45 Uhr** **Eröffnung 8. Schweriner Seniorentag**
Andreas Ruhl, Stellvertretender Oberbürgermeister der Landeshauptstadt Schwerin
Siegfried Schwinn, Vorsitzender des Seniorenbeirates Schwerin
- 11.00 Uhr** **„Alt. da geht noch was?“ – Interview mit Andreas Ruhl,**
Stellvertretender Oberbürgermeister, Dezernent für Jugend, Soziales und Kultur
- 11.30 Uhr** **Bewegungsübungen im Alter zum Mitmachen**
Hula-Hoop für Senioren
Gruppe vom Augustenstift Schwerin
- 12.00 Uhr** **„Alt. da geht noch was?“ – Interview mit**
Dörthe Graner, Journalistin, NDR
- 12.30 Uhr** **„Wie fühlt man sich im Alter?“**
Erfahrungen mit dem Alterssimulationsanzug
Im Gespräch mit der SWG, Verein Hand in Hand e.V.
- 13.00 Uhr** **„Alt. da geht noch was?“ – Interview mit**
Wilfried Eisenberg, Geschäftsführer Nahverkehr Schwerin GmbH
- 13.30 Uhr** **Mode ab 50 – Modenschau mit Mode aus Geschäften**
des Centers
Modegruppe des Seniorenbüros Schwerin
- 14.00 Uhr** **„Alt. da geht noch was?“ – Interview mit**
Dorin Lucht, Gleichstellungsbeauftragte der Landeshauptstadt Schwerin

8. Schweriner Seniorentag „Auch im Alter in Schwung bleiben“

Aktionsbühne - Programm

- 14.30 Uhr** **Sing mit – Singen macht fit!**
Raphaela Brunson, Interessengruppe Singen im Seniorenbüro Schwerin
- 15.00 Uhr** **„Alt. da geht noch was?“ – Interview mit**
Margrit Wischnewski, Puppenspielern, Figurentheater Schwerin
- 15.30 Uhr** **Präventionsprogramm zum Erhalt der Mobilität durch**
themenbezogene Bewegungen – Lübecker Modell
Bewegungswelten
Heimbewohner, Vitanas Senioren-Centrum im Casino
- 16.00 Uhr** **„Alt. da geht noch was?“ – Interview mit**
Stefan Nolte, Stadtpräsident Schwerin
- 16.30 Uhr** **Bewegungsübungen im Alter zum Mitmachen**
Vorstellung durch ARGuS e.V.
- 17.00 Uhr** **Flashmob „Schwerin tanzt“**
unter Mitwirkung der Schweriner ErlebnisTanzgruppen
- 17.15 Uhr** **Seniorentanz zum Mitmachen**
mit Seniorentanzleiterin Rita Sump

Hobbyausstellung – „Alt, da geht noch was?“

10.00 -18.00 Uhr im Erdgeschoss des Schlosspark-Centers

Die Auswahl an möglichen Hobbys ist praktisch unbegrenzt.

Daher soll die Ausstellung auch nur als Anregung dienen.

An 20 Ständen zeigen Seniorinnen und Senioren, wie sie die gewonnene Zeit im Ruhestand für ein Hobby nutzen.

Sie stellen uns eigene Hobbys und Freizeittätigkeiten vor und freuen sich auf interessante Gespräche mit den Besuchern!

Schauen Sie selbst, was die Hobbykünstler,-bastler, -fotografen sowie Kreativen präsentieren.

Sie geben gern Ideen weiter und regen zum Nachahmen an!