

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

Informationsstände

Seniorenbeirat Schwerin

- Selbstbestimmung, gleiche Rechte, Barrierefreiheit, Inklusion

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

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

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**
Andreas Ruhl, Stellvertretender Oberbürgermeister
- 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**
Dorin Lucht, Gleichstellungsbeauftragte der Landeshauptstadt Schwerin
- 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**
Wilfried Eisenberg, Geschäftsführer Nahverkehr Schwerin GmbH
- 13.30 Uhr** **Mode ab 50 – Modenschau**
Modegruppe des Seniorenbüros Schwerin
- 14.00 Uhr** **„Alt. da geht noch was?“ – Interview**
Dörthe Graner, Journalistin, NDR

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

Aktionsbühne - Programm

- 14.30 Uhr** **Sing mit – Singen macht fit!**
Raphaela Brunson, Interessengruppe Singen
- 15.00 Uhr** **„Alt. da geht noch was?“ – Interview**
Brigitte Peters, Schauspielerin
- 15.30 Uhr** **Theatergruppe „Vorhang auf!“**
- 16.00 Uhr** **„Alt. da geht noch was?“ – Interview**
Stefan Nolte, Stadtpräsident Schwerin
- 16.30 Uhr** **Bewegungsübungen im Alter zum Mitmachen**
Vorstellung durch ARGuS e.V. (angefragt)
- 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 Ihre 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 Ihre Ideen weiter und regen zum Nachahmen an!