

## Im Alter dabei?!

Die Menschen haben heute die Möglichkeit auch nach dem Eintritt ins Rentenalter eine lange Zeitspanne zu gestalten. Es gibt vielfältige Angebote aktiv zu sein und sich zu engagieren. Aber nicht für alle sind die Lebensbedingungen so ideal. Geringe Renten, Krankheit oder Pflegebedürftigkeit schränken die Möglichkeiten im Alltag stark ein.

Die Arbeiterwohlfahrt bietet älteren Menschen ein breites Angebot für unterschiedliche Lebenslagen. Besuchen Sie uns an einem der drei Aktionstage in den verschiedenen Stadtteilen!

- ▶ Wir informieren Sie über kostenlose und kostengünstige wohnortnahe Angebote.
- ▶ Wir möchten mit Ihnen ins Gespräch kommen über Ihre Wünsche und Ideen.
- ▶ Wir zeigen Ihnen, wie Sie sich einbringen können.
- ▶ Wir beraten Sie zu Ihren Fragen.

**Wir freuen uns auf Ihren Besuch!**



Dr. Silke Lesemann  
Vorsitzende der AWO Region Hannover e.V.

## Die Arbeiterwohlfahrt (AWO)

Die Arbeiterwohlfahrt Region Hannover e.V. ist ein unabhängiger und gemeinnütziger Wohlfahrtsverband mit 48 Ortsvereinen und 6.550 Mitgliedern in der Region Hannover. Über 1.200 hauptamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter leisten in mehr als 100 Einrichtungen und Diensten vielfältige soziale Arbeit in den Städten und Gemeinden.

Der Verband bietet Dienstleistungen in den Bereichen Erziehung, Bildung, Gesundheit, Beratung, Pflege und psychosoziale Hilfen an. Die Angebote sind für alle Menschen offen.

**Für Ihre Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung. Rufen Sie uns an!**



### Seniorenarbeit

Deisterstraße 85 A  
30449 Hannover  
Telefon 0511 21978-123  
seniorenarbeit@awo-hannover.de  
[www.awo-hannover.de](http://www.awo-hannover.de)

## Im Alter dabei!

Aktionswoche der Arbeiterwohlfahrt

24. - 27. März 2014



# Aktionswoche „Im Alter dabei!“

## Seniorenbüro Torgarten Anderten

Dienstag, 25. März 2014

Torgarten 2, Haltestelle Anderten (Linie 5)

- 10.30 Uhr Begrüßung
- 11.00 Uhr Wohnberatung: Selbständig in der eigenen Wohnung
- 11.30 Uhr Im Alter dabei, auch mit schmalem Geldbeutel
- 12.00 Uhr Mittagsimbiss
- 12.45 Uhr Engagement hält fit!
- 13.15 Uhr Beweglich und sicher im Alltag
- 13.45 Uhr Genussvolle und gesunde Ernährung
- 14.30 Uhr Abschluss und Diskussionsrunde

## Auftaktveranstaltung am Kröpcke

Montag, 24. März 2014

14.00 bis 15.00 Uhr

Wir laden Sie herzlich ein, sich mit uns gemeinsam für bessere Rahmenbedingungen stark zu machen, die ein gutes und gesundes Altern ermöglichen.

## Seniorenzentrum Ihme-Ufer Linden

Mittwoch, 26. März 2014

Ottenstraße 10, Haltestelle Küchengarten (Linie 10)

- 10.30 Uhr Begrüßung
- 11.00 Uhr Wohnberatung: Selbständig in der eigenen Wohnung
- 11.50 Uhr Besichtigung des AWO-Schwimmbades „Die Welle“
- 12.00 Uhr Mittagessen
- 12.50 Uhr Besichtigung des AWO-Schwimmbades „Die Welle“
- 13.15 Uhr Beweglich und sicher im Alltag
- 13.45 Uhr Genussvolle und gesunde Ernährung
- 14.15 Uhr Engagement hält fit!
- 14.45 Uhr Im Alter dabei, auch mit schmalem Geldbeutel
- 15.15 Uhr Abschluss und Diskussionsrunde



## Interkulturelle Begegnungsstätte

Donnerstag, 27. März 2014

Horst-Fitjer-Weg 5, Nordstadt, Haltestelle Kopernikusstraße (Linien 6 und 11)

- 10.30 Uhr Begrüßung
- 11.00 Uhr Wohnberatung: Selbständig in der eigenen Wohnung
- 11.30 Uhr Im Alter dabei, auch mit schmalem Geldbeutel
- 12.00 Uhr Mittagsimbiss
- 12.45 Uhr Engagement hält fit!
- 13.15 Uhr Beweglich und sicher im Alltag
- 13.45 Uhr Genussvolle und gesunde Ernährung
- 14.30 Uhr Abschluss und Diskussionsrunde

## Besuchen Sie uns!

- ▶ An allen drei Tagen erwarten Sie Infostände der Polizei, der Ustra und des AWO Pflegedienstes.
- ▶ AWO Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter nehmen sich Zeit für Sie.
- ▶ Für ein kostengünstiges Mittagessen ist gesorgt.
- ▶ Die Veranstaltungen sind kostenlos, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.