

# Training für Mobilität mit dem Rollator



Mobil in jedem Alter – mit dem Rollator unterwegs. Unter diesem Motto veranstaltet der Stadtseniorenrat Waiblingen am Dienstag, 10. Oktober 2017, ein Rollatortraining in Waiblingen-Hohenacker in Zusammenarbeit mit der Kreisverkehrswacht Rems-Murr, dem Verkehrserziehungsdienst der Polizei, dem Sanitätshaus Gunser und dem Busunternehmen Dannenmann. Beginn ist um 14.15 Uhr auf dem Parkplatz am „Treff 3000“-Markt. Anmeldungen sind schon von Montag, 25. September, an möglich, Anmeldeschluss ist der 9. Oktober. Anmeldungen nimmt Heide Hofmann unter ☎ 58530, mobil 0157 55381929, entgegen.

Fachleute beantworten außerdem Fragen und zeigen, wie man in den Bus ein- und aussteigt. Sie machen auf die sichersten Plätze im öffentlichen Verkehrsmittel aufmerksam und zeigen, wie man Hindernisse (Treppen, Bordsteine, Steigungen, Türen) spielend meistert.

Anschließend sind die Teilnehmer vom Stadtseniorenrat zu Kaffee und Kuchen in den Begegnungsraum, Karl-Ziegler-Straße 37, eingeladen. Zum Abschluss gibt es noch einen Bildvortrag über Verhaltensregeln für Rollatorfahrer im Verkehr und Tipps zum allgemeinen Schutz vor Diebstahl. Das Busunternehmen Dannenmann stellt einen kostenlosen Fahrdienst zum Aktionsplatz zur Verfügung. Abfahrt ist jeweils: Beinstein Rathaus/Mühlweg um 13.20 Uhr; Waiblingen Salierstraße um 13.30 Uhr; Stadtmitte/Landratsamt um 13.40 Uhr; Neustadt um 13.50 Uhr. Von Bittenfeld

verkehrt der Linienbus 201 (kostenlos). Die Rückfahrt mit dem Bus ist für 17 Uhr geplant.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Bei Dauerregen fällt die Veranstaltung aus.

## Tanz mit dem Rollator

Der Stadtseniorenrat bietet freitags von 9.30 Uhr bis 10.15 Uhr in Kooperation mit dem Forum Mitte den Rollortanz, „Spaß an Bewegung und Sturzprävention“, im Forum Mitte, Blumenstraße 11, an. Das Angebot wird von Christel Thiemann betreut. Neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind willkommen.

## Wohnberatung

Kostenlose Wohnberatung für Ältere und deren Angehörige, Kontakt: Holger Skories, Seniorenreferent der Stadt Waiblingen und Geschäftsstelle Seniorenrat, ☎ 07151 5001-2340.

## Sorgentelefon mit gutem Rat

Mit dem „Sorgentelefon“ für Seniorinnen und Senioren helfen die Seniorenrätinnen Heide Hofmann, Violetta Kraemer und Marie-Liese Schardt bei Problemen weiter. Die Anliegen werden vertraulich behandelt. Ist keine direkte Lösung möglich, sind die Rätinnen bei der Suche nach einem geeigneten Ansprechpartner behilflich. Kontakt: ☎ 01575 5381929, E-Mail: stadtseniorenrat@waiblingen.de.

## Auf zum Tischtennis nach der Sommerpause!

Der Stadtseniorenrat lädt zum Tischtennispiel in die Gemeindehalle (Gymnastikraum/seitlicher Eingang) Neustadt, Wilhelm-Läpple-Weg 2, ein. Gespielt wird freitags zwischen 9.30 Uhr

und 11 Uhr, – erstes Training nach der Sommerpause ist am 15. September. Ein eigener Tischtennisschläger und Hallenturnschuhe sollen mitgebracht werden (Bälle vorhanden). Kontakt: Gabriele Supernok, ☎ 204737.

## Wissenswertes zur Patientenverfügung

Wer für ein selbstbestimmtes Leben bei Krankheit oder Pflegebedürftigkeit Vorsorge treffen möchte, kann sich donnerstags von 14 Uhr bis 18 Uhr kostenlos bei der Hospizstiftung Rems-Murr, Pflegestützpunkt im Landratsamt, Alter Postplatz 10, Zimmer 136, beraten lassen. Anmeldung: ☎ 07191 3441940. Beratungsangebote werden außerdem donnerstags von 15 Uhr bis 17 Uhr an folgenden Orten gemacht (ebenfalls mit Anmeldung bei der Hospizstiftung):

- **Bittenfeld**, Rathaus: am 12. Oktober.
- **Hegnach**, im Gemeinschaftsraum des Seniorenzentrums, Haldenacker 11 - 13: am 21. September.
- **Hohenacker**, im Begegnungsraum, Karl-Ziegler-Straße 37: am 5. Oktober.
- **Neustadt**, Rathaus: am 28. September.
- **Beinstein**, Evangelisches Gemeindehaus, Mühlweg 9: am 25. September.
- Im **Forum Nord**/Stadtteiltreff, Salierstraße 2: am letzten Mittwoch im Monat um 15 Uhr, um 16 Uhr und um 17 Uhr: am 27. September ebenfalls mit Anmeldung bei der Hospizstiftung.
- Im **„Infozentrum Soziale Stadt“**, Danziger Platz 19, wird üblicherweise an einem Donnerstag um 16 Uhr und um 17 Uhr beraten. Anmeldung unter ☎ 9654931.

**Seniorenrat im Internet:** [www.waiblingen.de/stadtseniorenrat](http://www.waiblingen.de/stadtseniorenrat) oder [www.waiblingen.de/ssr](http://www.waiblingen.de/ssr).