

Nützliche Ratschläge für mehr Mobilität



„Rat für Rad“ ist der Titel der Veranstaltung rund ums Radfahren im Seniorenalter am Samstag, 18. Juni 2016, um 10 Uhr auf dem Elsbeth- und-Hermann-Zeller-Platz. Den Besuchern steht ein Parcours zur

Verfügung, Testräder, auch Pedelecs, können ausprobiert werden, ebenso gibt es eine technische Beratung zu den eigenen Rädern, die man zugleich prüfen lassen kann. Anmeldung unter ☎ 29784 bei Stadt seniorenrat Dr. Jencio. Das Angebot ist kostenlos. Bei starkem Regen entfällt die Veranstaltung.

Mit dem Rollator mobil

„Mobil in jedem Alter – mit dem Rollator unterwegs“ unter diesem Motto gibt es am Mittwoch, 29. Juni, um 14 Uhr beim Haus Miriam, Jesistraße 21, eine Informationsveranstaltung verbunden mit der Möglichkeit, mit dem Rollator zu trainieren. „Mit dem Rollator im Bus unterwegs“ steht von 14.15 Uhr an in Theorie und Praxis im Mittelpunkt. Die Firma Dannemann ist dazu vor Ort. Ebenso kann mit Unterstützung der Polizei auf dem Rollator-Parcours geübt werden. Die Firma Gunser erklärt das nützliche Gefährt in seiner Alltagstauglichkeit. Im Anschluss: Kaffee und Kuchen.

Zum Rollatortraining können die Teilnehmer mit dem Bus anreisen. Er hält um 13 Uhr am Mühlweg in Beinstein, um 13.15 Uhr an der Salierstraße auf der Korber Höhe und um 13.25 Uhr in der Stadtmitte gegenüber dem Landratsamt. Rückfahrt ist gegen 16.30 Uhr. Teilnehmer können ihren eigenen Rollator mitbringen. Bei schlechtem Wetter entfällt das Angebot. Anmeldungen werden von 23. bis 28. Juni unter ☎ 58530 von Stadt seniorenrätin Heide Hofmann entgegengenommen.

Wandern in gemütlicher Runde

Zum „Genuss-Wandern“, dem gemütlichen Wandern und Spazieren mit Gleichgesinnten und anschließendem Kaffeetrinken“ sind Senioren jeden Alters, mit und ohne Einschränk-

ung, eingeladen. Durch die Talaue begleiten die Seniorenrätin Ursel Hauser und Helga Oswald die Gruppe, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Treffpunkt: Hallenbad Waiblingen. Auskunft: Ursel Hauser, ☎ 31240. – Die Termine: 20. Juli, 17. August und 21. September.

Sorgentelefon für Senioren

Mit ihrem Angebot, dem „Sorgentelefon“ für Seniorinnen und Senioren, helfen die Seniorenrätinnen Heide Hofmann, Violetta Kraemer und Marie-Liese Schardt bei Problemen und Sorgen weiter. Die Anliegen der Anrufer werden vertraulich behandelt. Sollte keine direkte Lösung möglich sein, sind die Rätinnen bei der Suche nach einem geeigneten Ansprechpartner behilflich.

Der Kontakt: ☎ 01575 5381929, E-Mail: stadtseniorenrat@waiblingen.de.

Tischtennis für Spaß und Fitness

Der Stadt seniorenrat 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, nicht jedoch in den Ferien. Ein eigener Tischtennisschläger und Hallenturnschuhe sollen mitgebracht werden (Bälle vorhanden). Ansprechpartnerin: Gabriele Supernok, ☎ 204737. Das Angebot ist kostenlos.

Wohnberatung

Der Seniorenrat bietet eine kostenlose Wohnberatung für Ältere und deren Angehörige an. Kontakt: Holger Skories, Seniorenreferent der Stadt Waiblingen und Geschäftsstelle Seniorenrat, ☎ 07151 5001-2340.

Wissenswertes zur Patientenverfügung

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

- **Bittenfeld**, Rathaus: am 15. September.

- **Hegnach**, im Gemeinschaftsraum des Seniorenzentrums, Haldenacker 11 - 13: am 22. September.

- **Hohenacker**, im Begegnungsraum, Karl-Ziegler-Straße 37: am 8. September.

- **Neustadt**, Rathaus: am 23. Juni.

- **Beinstein**, Evangelisches Gemeindehaus, Mühlweg 9: am Montag, 27. Juni.

- Im **Forum Nord**/Stadtteiltreff, Salierstraße 2. Anmeldung: ☎ 205339-11: üblicherweise mittwochs 15 Uhr; nächstes Angebot wieder nach den Sommerferien.

- Im „**Infozentrum Soziale Stadt**“, Danziger Platz 19, wird üblicherweise am vierten Donnerstag im Monat um 16 Uhr und um 17 Uhr beraten, Anmeldung ☎ 9654931.

Seniorenrat im Internet: www.waiblingen.de/stadtseniorenrat oder www.waiblingen.de/ssr.

Deutsche Rentenversicherung

Beratung im Rathaus

Der Beratungssprechtage der Deutschen Rentenversicherung ist immer dienstags von 8.40 Uhr bis 12 Uhr und von 13 Uhr bis 15.40 Uhr im Rathaus Waiblingen, Kurze Straße 33, Ebene 1, Zimmer 106; Terminvereinbarung unter ☎ 0711 61466-510 erforderlich. Für die Annahme von Anträgen sowie für Kontenklärung sollten Gespräche unter ☎ 0711 61466-0 vereinbart werden.

Am 17. Juni

Landratsamt geschlossen

Das Landratsamt am Alten Postplatz in Waiblingen bleibt am Freitag, 17. Juni 2016, wegen einer internen Veranstaltung geschlossen. Auch die Außenstellen bleiben zu. Dies gilt ebenso für die Zulassungsstellen. Diese sind am Donnerstag, 16. Juni, und am Montag, 20. Juni, wie folgt in Waiblingen geöffnet: Donnerstag von 8 Uhr bis 18 Uhr, Montag, von 6.30 Uhr bis 12 Uhr.