

Lübbenau/Spreewald, 14.9.2022

Michael Jakobs

Tel: 03542 89818-110

Fax: 03542 89818-115

gf@wis-spreewald.de

Presseinformation

Mobil und Fit bleiben

WIS-Seniorenprogramm in OSL-Aktionswoche der Gesundheit & Pflege

Mit verschiedenen Angeboten beteiligt sich die WIS Wohnungsbaugesellschaft im Spreewald mbH über ihr Seniorenprogramm an der Aktionswoche zur Gesundheit und Pflege im Landkreis Oberspreewald-Lausitz.

In Zusammenarbeit mit der Verkehrswacht des Landkreis OSL findet am 11. Oktober um 10 Uhr im und vor dem Geschäftssitz der WIS in Lübbenau/Spreewald, Oer-Erkenschwick-Platz 1, ein Mobilitätstraining für Senioren statt. Im theoretischen Teil werde es unter anderem Tipps zum Fahrplan lesen, Ticketkauf und zur Nutzung von Serviceangeboten im Internet geben. Wie man im Alter richtig in Bus und Bahn einsteigt, vor allem mit etwaigen Hilfsmitteln wie Rollatoren, Rollstühlen oder Gehhilfen erfahren die Teilnehmer im Anschluss ganz praxisbezogen.

Aktiver wird es beim Tanzworkshop „Tanz dich fit“ mit Jenny Reichert am 17. Oktober. „Tanzen fördert die Beweglichkeit, Ausdauer und Koordinationsfähigkeit und ist in jedem Alter möglich“, so die Inhaberin des Tanzstudios Bella. Natürlich sind die Bewegungsformen der Altersgruppe angepasst. Der Tanz-Workshop für Senior*innen beginnt um 10 Uhr im Haus der Harmonie und kostet 10 Euro pro Person.

Wer lieber nur ein bisschen schunkelt, aber gerne singt, ist am 17. Oktober um 15 Uhr im Haus der Harmonie willkommen. Gemütlich bei Kaffee und Kuchen sind die Senior*innen zum (Mit)Singen eingeladen. Musikalisch begleitet werden sie dabei von Jürgen Schöps,

ehemaliger Lehrer an der Kreismusikschule, und seiner Frau. Liedtexte sind vorhanden.
„Wenn Interesse besteht, möchten wir diese Veranstaltung unter dem Titel „Komm‘ sing mit!“
gern regelmäßig durchführen“, informiert die WIS-Seniorenbeauftragte Martina Broschinski.
Sie hoffe auf eine rege Teilnahme.

Am 18. Oktober stellen die Malteser um 14.30 Uhr im Haus der Harmonie ihr Angebot „Mobiler Einkaufswagen“ vor. Der Abhol- und Begleitservice zum bzw. im Supermarkt richtet sich ebenfalls an ältere Menschen. Letztere können ihre Selbstständigkeit bewahren, soziale Kontakte werden gefördert. Darüber hinaus wird es in der Informationsrunde Wissenswertes zum Hausnotruf und zur ehrenamtlichen Hospizarbeit geben.

Wie sich Senior*innen gegen Betrüger schützen können, erfahren sie am 20. Oktober um 14.30 Uhr im Haus der Harmonie. Mitarbeiter des Sachgebietes für Prävention der Polizeiinspektion Oberspreewald-Lausitz geben Hinweise zum Einbruchschutz, zu Einbruchtricks, Handtaschendiebstahl und betrügerischen Haustürgeschäften.

Alle Angebote sind aus organisatorischen Gründen nur nach vorheriger Anmeldung nutzbar. Jene nimmt die WIS-Seniorenbeauftragte Martina Broschinski per Telefon unter 03542 89416510 oder per E-Mail an info@hdh-spreewald.de entgegen.

Bildinfo:

Bildrechte: WIS Wohnungsbaugesellschaft im Spreewald mbH

Bei Rückfragen wenden Sie sich bitte an:

WIS Wohnungsbaugesellschaft im Spreewald mbH

Geschäftsführer

Michael Jakobs

Telefon: 03542 89818-110

Handy: 0172 5978091

E-Mail: presse@wis-spreewald.de

Informationen zum Unternehmen unter:

www.wis-spreewald.de