

Anschrift:
Seniorenrat Itzehoe
im Rathaus
Reichenstraße 23
25524 Itzehoe
Telefon: 04821 603 406

Sprechstunde:
jeden. ersten Donnerstag im
Monat von 15 - 16 Uhr
im Rathaus Zimmer 115

Der Seniorenrat im Internet
Weitere Adressen und Veranstaltungshinweise finden sie unter:
<https://www.itzehoe.de/rathaus/politik-gremien/seniorenrat>

**Öffentliche Seniorenratssitzungen
mit Bürgerfragestunde**
jeden 2. Donnerstag im Monat
15 - 17 Uhr in der Stadtbibliothek
Itzehoe, Hinter dem Klosterhof 31

Vorsitzender und V.i.S.d.P.
Walter Günther
Reichenstraße 23
25524 Itzehoe

Weisheiten des Alters
Bin ich darum ... alt geworden, dass ich
immer dasselbe denken soll? Ich strebe
viel mehr täglich etwas anderes, neues
zu denken, um nicht langweilig zu werden.
Man muss sich immerfort verändern,
erneuern, verjüngen.
J. W. Goethe

**Wohl der bedeutendste Cellist
des zwanzigsten Jahrhunderts, übte
auch als Neunzigjähriger noch täglich
vier bis fünf Stunden Cello. Auf die
Frage "Wozu?" antwortet er: "Weil ich
den Eindruck habe, ich mache Fortschritte". - M. Rostropovich**

**Ich lebe mein Leben in wachsenden
Ringen. R. M. Rilke**

**Es kommt nicht darauf an, wie alt man
wird, sondern wie man alt wird. U. Lehr**

**Das Alter hat die Heiterkeit dessen, der
seine Fesseln los ist und sich nun frei
bewegt. A. Schopenhauer**

**Das Schöne am Alter ist, man muss
nicht mehr müssen.**

**Haben Sie mit allen Menschen Geduld,
besonders aber mit sich selbst.**

**Seniorenrat
Itzehoe**



© W. Bähnk

Der Seniorenrat setzt sich dafür ein:

... dass Sie körperlich und seelisch gesund bleiben. Dafür möchten wir Wege zu einem gesunden Lebensstil aufzeigen.

... dass Sie mit den technischen Veränderungen vertraut bleiben (Mobiltelefon, Computer, elektronische Geräte). Dafür soll es seniorengerechte Weiterbildung geben. Entsprechende Angebote möchten wir gerne generationsübergreifend zwischen jung und alt vermitteln oder anbieten.

...Treffpunkte in der Stadt zu gestalten, um gesellig zusammen zu kommen, zu spielen, zu reden oder neue Kontakte zu knüpfen.

... dass Sie die Möglichkeit haben, sich in einem von Ihnen gewünschten Bereich ehrenamtlich zu engagieren, Ihre Kenntnisse und Kompetenzen weitergeben und mit anderen Menschen in Verbindung bleiben.

Wir vernetzen uns mit Einrichtungen in der Stadt, die zur Mitarbeit einladen oder Angebote für Senioren haben und informieren darüber.

Wir laden ein zu Vorträgen über Themen, die das Leben von Senioren betreffen, z. B: Welche Wohnung brauchen wir? Wie kann ich Nachbarschaftshilfe nutzen? Wo finde ich Unterstützung, falls das Thema "Pflege" in den Vordergrund rückt?

Wir möchten die Teilhabe der älteren Menschen am öffentlichen Leben in der Stadt fördern. Die eigene Mobilität ist eine Voraussetzung, um an verschiedenen Veranstaltungen in der Stadt teilzunehmen.

Mobilität ist auch wichtig für die Versorgung mit den Gütern des täglichen Bedarfs.

Ein seniorengerechter öffentlicher Nahverkehr, ergänzt durch ein Ruftaxi und ein günstiges Seniorenticket sind Ziele unserer Bemühungen.

Ebenso setzen wir uns ein für eine verbesserte Mobilität mit dem Fahrrad, dem Rollator oder dem Rollstuhl ein.



G. Haack

S. Böhm

U. Wiegmann

K. Hartwich

E. Löser

W. Fesser

R. Hartwich

H. Haffner

W. Günther