

Und was ist mit...?

Sollte Ihr Thema nicht dabei sein, keine Sorge. Auch zahlreiche kompetente Netzwerkpartner der Bremer Heimstiftung sind in der Unteren Rathaushalle präsent. Unter anderem freuen sich auf Ihren Besuch und Ihre Fragen:

Samstag, 20. April | 15.00 – 18.00 Uhr
Demenz

Tanja Meier, Demenz-Informations- und Koordinationsstelle Bremen (DIKS)

Samstag, 20. April | 12.00 – 14.00 Uhr
Patientenverfügung

Bärbel Niemeyer-Schlenker, Hospiz Bremen-Nord e. V.

Montag, 22. April | 13.00 – 17.00 Uhr
Altersgerechte Wohnraumanpassung

Meike Austermann-Frenz, Beratungsstelle kom.fort

Montag, 22. April | 16.30 – 18.00 Uhr
Ein Mensch ist gestorben, Bestattung und Begleitung

Christian Woiwode, Hospiz Horn e. V.

Dienstag, 23. April | 16.30 – 18.00 Uhr
Ambulante Lebensbegleitung – Hospizarbeit

Erika Nola, Hospiz Horn e. V.

Mittwoch, 24. April | 10.00 – 14.00 Uhr
Demenz

Tanja Meier, Demenz-Informations- und Koordinationsstelle Bremen (DIKS)

Mittwoch, 24. April | 14.00 – 18.00 Uhr
Demenz

Stefanie Arndt-Bosau, Demenz-Informations- und Koordinationsstelle Bremen (DIKS)

Mittwoch, 24. April | 13.00 – 17.00 Uhr
Altersgerechte Wohnraumanpassung

Ulrike Brilling, Beratungsstelle kom.fort

Und außerdem ...

Sonntag, 21. April | 11.00 Uhr

Lesung mit Sky du Mont
Full House – Liebeserklärung an die Chaosfamilie

Sky du Mont, selbst mehrfacher Vater, weiß, wovon er spricht: Kaum kündigt sich etwas Kleines an, belebt oft ungeahnter Schwung einst einfache und ruhige Zweierbeziehungen. Von den turbulenten Monaten der Schwangerschaft über Wickelwahnsinn bis hin zu kleinen Erziehungstricks und Überlebenstraining für Eltern – Sky du Mont berichtet mit viel Witz von seinen Beobachtungen rund um das Leben zu dritt, zu viert oder mehr ...

Sonntag, 21. April | 10.00 und 16.30 Uhr

Stadtführungen mit Christine Renken
Vom Roland bis zur Böttcherstraße

Als Gästeführer „Hein Looper“ nimmt Schauspielerin Christine Renken ihre Gäste mit auf einen Stadtrundgang rund um Roland und Marktplatz. Die Veranstaltung richtet sich insbesondere an Menschen mit einer Demenz und ihre Angehörigen.

Treffpunkt: Eingang Untere Rathaushalle

Service-Informationen

Alle hier genannten Veranstaltungen und Angebote sind öffentlich sowie kostenlos. Eine Voranmeldung ist nicht erforderlich.

Die Ausstellung in der Unteren Rathaushalle ist vom 20. bis 24. April 2013 täglich von 10.00 bis 18.00 Uhr für Sie geöffnet.

Kurzfristige Programmänderungen sind vorbehalten. Für aktuelle Informationen besuchen Sie uns gern im Internet unter www.bremer-heimstiftung.de oder informieren Sie sich über „Lebensweisen“, www.lebens-weisen.de, das Online-Magazin der Bremer Heimstiftung.

Sie möchten mehr erfahren ...

... haben aber keine Möglichkeit, uns in der Unteren Rathaushalle zu besuchen? Dann wenden Sie sich gerne telefonisch oder per E-Mail an die Bremer Heimstiftung und vereinbaren Sie einen kostenfreien und unverbindlichen Beratungstermin.



BREMER HEIMSTIFTUNG

KundenCentrum
Marcusallee 39
28359 Bremen

Telefon: 0421-24 34-0
Fax: 0421-24 34-189
info@bremer-heimstiftung.de
www.bremer-heimstiftung.de



BREMER HEIMSTIFTUNG



20. – 24. April 2013

Ausstellung, Programm, Beratung & mehr

In der Unteren Rathaushalle

**Vielfalt leben –
60 Jahre Bremer Heimstiftung**

Herzlich willkommen Generationen

Die Bremer Heimstiftung ein Ort für ältere Menschen? Ja – auch und vor allem. Aber seit mittlerweile sechs Jahrzehnten setzt sich die 1953 gegründete Stiftung auf vielen Ebenen für ein funktionierendes Miteinander aller Generationen in der Stadt ein. Ein guter Grund, um jetzt anlässlich ihres 60-jährigen Bestehens in Bremens „guter Stube“ – der Unteren Rathaushalle – ein Schaufenster zu öffnen. Ein Schaufenster, das Alt und Jung zahlreiche Einblicke in die Welt des Älterwerdens ermöglicht.

Ob Ausbildung, Wohnformen, Pflege, ehrenamtliches Engagement, Gesundheitsberatung, Vorträge, Lesungen, Stadtführungen, wichtige Informationen, Kontakte, Adressen oder anderes: In der Ausstellung „Vielfalt leben – 60 Jahre Bremer Heimstiftung“ und in ihrem Rahmenprogramm finden Menschen jeden Alters vom 20. bis 24. April den richtigen Ansprechpartner oder Antworten und Lösungen für ihre persönliche Lebenssituation – sogar dann, wenn es um einen Kindergartenplatz geht.

Neugierig? Dann freuen wir uns auf Ihren Besuch!

Ihre
Bremer Heimstiftung



Ausstellungseröffnung

Am **Samstag, den 20. April um 11.00 Uhr** beginnt die fünftägige Geburtstagsfeier: Bremens Sozialsenatorin Anja Stahmann und Alexander Künzel, Vorstandsvorsitzender der Bremer Heimstiftung, eröffnen gemeinsam Ausstellung und Programm zu „Vielfalt leben – 60 Jahre Bremer Heimstiftung“!

Vorträge

Samstag, 20. April | 13.00 Uhr
Prominente Demente

Bekenntnisse wie das Rudi Assauers machen klar: Prominente bekommen „es“ auch. Doch während die Öffentlichkeit heute lernt, mit Demenz umzugehen, hatten es Erkrankte früher schwerer. *Schauspielerin Christine Renken* stellt bekannte betroffene Persönlichkeiten wie Bundespräsident Heinrich Lübke und andere vor.

Samstag, 20. April | 15.00 Uhr
Das Herz wird nicht dement

Wer Menschen mit Demenz würdigend begleiten möchte, sollte deren Gefühlsleben kennen. *Dr. Udo Baer*, Leiter des Instituts für Gerontopsychiatrie in Neukirchen-Vluyn, erklärt, wie Betroffene sich und ihre Umwelt erleben und präsentiert neue Hilfsmöglichkeiten.

Sonntag, 21. April | 15.00 Uhr
Das Netzwerk SONG: Vom Pflegeheim zum Stadtteilhaus

Älter werden im eigenen Stadtteil getreu dem Grundsatz „so viel Selbständigkeit wie möglich und so viel individuelle Unterstützung wie nötig“ – auf diese Herausforderung haben die Experten des bundesweiten Netzwerkes SONG (Soziales neu gestalten!) Antworten gefunden. *Alexander Künzel*, Vorstandsvorsitzender der Bremer Heimstiftung, stellt sie vor und diskutiert mit Gesundheitswissenschaftlerin *Prof. Dr. Annelie Keil* sowie *Bürgermeister a. D. Dr. Henning Scherf*.

Montag, 22. April | 13.00 Uhr
Zu Hause klappt's am besten

In den eigenen vier Wänden schneller wieder gesund werden: *Günter Ralle-Sander*, Leiter der Stabsstelle Gesundheit in der Bremer Heimstiftung, erläutert, was mobile Rehabilitation für ältere Menschen leisten kann.

Montag, 22. April | 15.00 Uhr
Die hohe Kunst, Menschen zu pflegen!

Gesundheitswissenschaftlerin *Prof. Dr. Annelie Keil* referiert zum Berufs- und Menschenbild in der Pflege.

Dienstag, 23. April | 13.00 Uhr
Bewegung ist Leben

Wir wissen viel über den Wert und die Bedeutung von Bewegung für unsere Gesundheit, aber: Was kann jede und jeder von uns im persönlichen Alltag umsetzen? *Günter Ralle-Sander* gibt praktische Tipps.

Dienstag, 23. April | 15.00 Uhr
Prävention und Erhaltung der Selbständigkeit von älteren Menschen

Gesundheit bewahren, selbst bestimmt leben – ein Vortrag von und mit *Prof. Dr. Stefan Görres*, geschäftsführender Direktor des Instituts für Public Health und Pflegeforschung (IPP) an der Universität Bremen.

Mittwoch, 24. April | 13.00 Uhr
Fit für 100

Hinter diesem Titel steckt ein spezielles Kraft- und Bewegungstraining, das genau auf die Bedürfnisse älterer Menschen abgestimmt ist. *Günter Ralle-Sander* stellt Fit für 100 vor.

Mittwoch, 24. April | 15.00 Uhr
Medikamente im Alter

Krank durch Arzneimittel? Was absurd klingt, ist nach Expertenmeinung vor allem bei älteren Menschen ein ernstzunehmendes Problem. Es referiert: *Prof. Dr. Gerd Glaeske*, Leiter der Abteilung Gesundheitsökonomie, -politik und Versorgungsforschung vom Zentrum für Sozialpolitik (ZeS) an der Universität Bremen.

Beratung rund um Ihre Gesundheit

Das bieten Ihnen die Expertinnen und Experten der Bremer Heimstiftung sowie des Leibniz-Instituts für Präventionsforschung und Epidemiologie (BIPS GmbH) der Universität Bremen. Nutzen Sie einfach unsere Beratungszeiten für einen persönlichen Besuch am Stand Gesundheit in der Unteren Rathaushalle. Die Themen:

Samstag, 20. April | 12.00 – 14.00 Uhr
Osteoporose

Helga Strube, BIPS GmbH und Monika Mehring, Bremer Heimstiftung

Sonntag, 21. April | 11.00 – 14.00 Uhr
Diabetes

Wiebke Ruschmeyer, Bremer Heimstiftung

Montag, 22. April | 11.00 – 14.00 Uhr
Rheuma

Helga Strube, BIPS GmbH und Monika Mehring, Bremer Heimstiftung

Dienstag, 23. April | 11.00 – 14.00 Uhr
Vitamin D

Prof. Dr. Hajo Zeeb, BIPS GmbH

Mittwoch, 24. April | 11.00 – 14.00 Uhr
Bluthochdruck

Wiebke Ruschmeyer, Bremer Heimstiftung