



# NEWSLETTER

RONNENBERG

für Senioren

## 1. QUARTAL 2023

### Liebe Leserinnen und Leser,

wir wünschen Ihnen einen guten Start in das neue Jahr 2023. Im aktuellen Newsletter finden Sie wieder einen bunten Strauß an Veranstaltungen, Services, Informationen, Gedächtnisübungen und vieles mehr.

Bitte denken Sie daran, sich für einzelne Veranstaltungen unter 0511 2609386-75/-77 oder per E-Mail unter [senioren-newsletter@ronnenberg.de](mailto:senioren-newsletter@ronnenberg.de) anzumelden.

Wir freuen uns, Sie in diesem Jahr bei dem einen oder anderen Termin wiederzusehen.

Viel Spaß beim Lesen!

Herzliche Grüße  
Ihr Team Soziale Dienste



Redaktion: Stadt Ronnenberg, Team Soziale Dienste  
Stillestr. 8, 30952 Ronnenberg

## WAS ERWARTET SIE?

### Inhalt

Übersicht Veranstaltungen	_____ 2
Übersicht wiedergehende Termine	_____ 2
Übersicht mehrwöchige Termine	_____ 3
Termine	_____ 3
Serviceleistungen	_____ 7
Interview Christa Kühn	_____ 9
Der Seniorenbeirat informiert	___ 10
Etwas fürs Gedächtnis	_____ 12
In eigener Sache	_____ 15
Beratung und Kontakt	_____ 15



Hier finden Sie die einmalig stattfindenden Termine.

Wenn Sie mehr erfahren möchten, blättern Sie bitte zu der angegebenen Seitenzahl.

## Übersicht Veranstaltungen

Termin	Veranstaltung	Kosten	Seite
<b>22.02.2023</b> Mittwoch 17.00-19.00 Uhr	<b>Kinoabend</b>	kostenlos	3
<b>01.03.2023</b> Mittwoch 10.00-11.30 Uhr	<b>Vortrag „Zucker – Süße Lust, süße Last?“</b>	kostenlos	4
<b>07.03.2023</b> Dienstag 10.00-12.30 Uhr	<b>Aktiv-Vortrag „Gangschule – Sicher gehen“</b>	kostenlos	4



Hier stehen alle wiederkehrenden Termine.

Wenn Sie mehr erfahren möchten, blättern Sie bitte zu der angegebenen Seitenzahl.

## Übersicht wiederkehrende Termine

Termin	Veranstaltung	Kosten	Seite
<b>Dienstags</b> 15.00-17.00 Uhr	<b>Seniorenclub Ronnenberg</b>	3,00 €	5
<b>Erster Dienstag im Monat</b> 15.00-18.00 Uhr	<b>Seniorentanz</b>	7,00 €	5
<b>Jeder 2. und 4. Mittwoch im Monat</b> 12.00-14.30 Uhr	<b>Suppensnack</b> 25.01., 08.02., 22.02., 08.03., 22.03.	kostenlos	5
<b>Donnerstags</b> 14.30-16.30 Uhr	<b>Seniorenclub Empelde</b>	3,00 €	5
<b>Freitags</b> 14.30-15.30 Uhr	<b>Senioren-gymnastikgruppe Empelde</b>	kostenlos	6



Hier finden Sie mehrwöchige Kurse.

Wenn Sie mehr erfahren möchten, blättern Sie bitte zu der angegebenen Seitenzahl.

## Übersicht mehrwöchige Kurse

Termin	Veranstaltung	Kosten	Seite
<b>Dienstag</b> 15.00-17.00 Uhr	<b>Häkeln für Anfänger</b> 17.01., 24.01., 31.01.2023	25,00 € inkl. 1 Knäuel Wolle	6
<b>Donnerstag, Sonntag</b> 15.00-17.00 Uhr	<b>Stricken für Anfänger</b> 26.01., 02.09., 09.02.2023	25,00 € inkl. 1 Knäuel Wolle	6
<b>Donnerstag</b> 14.00-15.00 Uhr	<b>Gedächtnistraining Ü60</b> 02.02. bis 02.03.2023 (5 Termine)	15,00 €	7



Hier finden Sie weiterführende Informationen zu unseren oben genannten Veranstaltungen und Terminen.

## Termine

VERANSTALTUNGEN, VORTRÄGE, SITZUNGEN, WORKSHOPS UND VIELES MEHR

### Kinoabend

22.02.2023, 17.00 bis 19.00 Uhr

Stille Str. 8 (Hinterhaus), ST Empelde

Anmeldung: [senioren-newsletter@ronnenberg.de](mailto:senioren-newsletter@ronnenberg.de), 0511 2609386-75/-77

Über den Film: Als Annegret Simon ins Seniorenheim muss, ist sie wenig begeistert. Auch Eckehardt Tiedgen würde lieber alleine wohnen, als in einer Senioreneinrichtung.

Doch bei einem Rundflug mit einem Flugzeug wird alles anders – die Maschine wird kurzerhand von den Senioren gekapert und ans Meer umgelenkt. Eine abenteuerliche Reise beginnt. Eine witzige, herzerwärmende und berührende Komödie mit guter Schauspielbesetzung, die pure Lebenslust ausstrahlt.





Hier finden Sie weiterführende Informationen zu unseren oben genannten Veranstaltungen und Terminen.

## Termine

VERANSTALTUNGEN, VORTRÄGE, SITZUNGEN, WORKSHOPS UND VIELES MEHR

### Vortrag, „Zucker – Süße Lust, süße Last?!“

01. März 2023, von 10.00 bis bis 11.30 Uhr

Raum Stille Str. 8, EG

Anmeldung: [senioren-newsletter@ronnenberg.de](mailto:senioren-newsletter@ronnenberg.de), 0511 2609386-75/-77

Haben Sie manchmal den Eindruck Süßigkeiten kaum widerstehen zu können? Wussten Sie,

... dass wir nur knapp 20 % unseres täglichen Zuckerkonsums bewusst zu uns nehmen?  
... dass jeder Zuckerkonsum die nächste Heißhunger Attacke auslöst?  
... dass Zucker krank, dick und dumm machen kann?

Erhalten Sie viele Informationen rund um den Zuckerkonsum mit Hinweisen zu einem bewussteren Umgang im Alltag!



### Aktiv- Vortrag „Gangsschule – Sicher gehen“

07. und 28. März 2023, 10.00 bis 12.30 Uhr

Stille Str. 8 (Hinterhaus), ST Empelde

Anmeldung: [senioren-newsletter@ronnenberg.de](mailto:senioren-newsletter@ronnenberg.de), 0511 2609386-75/-77

Möglichst lange selbständig sein wünscht sich ein jeder. Ein wichtiger Schlüssel hierzu ist es sicher Wege zu erledigen. Egal ob ebenerdig, auf der Treppe, drinnen oder draußen. Es spielt keine Rolle, ob Sie eine Vorerkrankung haben oder schon mit dem Rollator oder dem Stock unterwegs sind, hier können Sie etwas dazulernen.

Wir werden uns mit dem physiologischen Gang des Menschen befassen und auf Ursachenforschung gehen was sich mit der Zeit verändert. Natürlich sprechen wir auch über Hilfsmittel und welche für wen geeignet sind. Zum Abschluss gibt es ein paar praktische Übungen für zu Hause. Kommen Sie dabei!



Hier finden Sie weiterführende Informationen zu unseren oben genannten Veranstaltungen und Terminen.

## Termine

VERANSTALTUNGEN, VORTRÄGE, SITZUNGEN, WORKSHOPS UND VIELES MEHR

### Seniorenclub Ronnenberg – Gemütliches Beisammensein

Jeden Dienstag, 15.00 bis 17.00 Uhr

Gemeinschaftshaus Ronnenberg, Weetzer Kirchweg 3

Kostenbeitrag für Kaffee und Kuchen: 3,00 €

Ansprechperson: Frau Meyer, Tel. 05109 1624

### Seniorentanzveranstaltung

07. Februar und 07. März, jeweils 15.00 bis 18.00 Uhr

Gemeinschaftshaus Ronnenberg, Weetzer Kirchweg 3

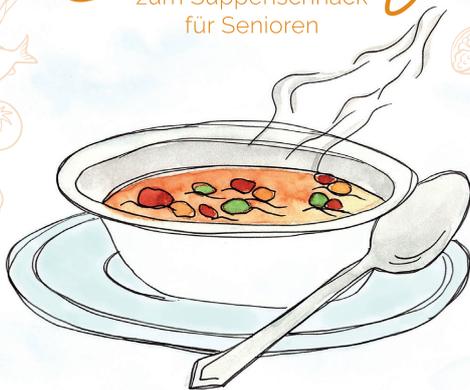
Kostenbeitrag: 7,00 € pro Person

Ansprechperson: Frau Gärtner, Tel. 0511 2609386-77

Ein vielseitiger Alleinunterhalter sorgt für den musikalischen Rahmen.  
Es gibt Kaffee und Kuchen.

## Einladung

zum Suppensnack  
für Senioren



### Suppensnack für Senioren

Immer mittwochs von 12.00 bis 14.30 Uhr

Januar: 25.01.2023

Februar: 08.02.2023, 22.02.2023

März: 08.03.2023, 22.03.2023

Anmeldung: [senioren-newsletter@ronnenberg.de](mailto:senioren-newsletter@ronnenberg.de), 0511 2609386-75/-77

Sie sind es leid immer alleine Mittag zu essen? Essen Sie gerne Suppe und haben Lust auf ein geselliges Mittagsessen? Kommen Sie zu uns, wir freuen uns auf Sie.

### Seniorenclub Empelde – Gemütliches Beisammensein

Donnerstags, 14.30 bis 16.30 Uhr

Quartierstreif Löwenbergerstr. 22

Kostenbeitrag für Kaffee und Kuchen: 3,00 €

Ansprechperson: Frau Gärtner, Tel. 0511-2609386-77



Hier finden Sie weiterführende Informationen zu unseren oben genannten Veranstaltungen und Terminen.

## Termine

VERANSTALTUNGEN, VORTRÄGE, SITZUNGEN, WORKSHOPS UND VIELES MEHR

### Senioren-gymnastikgruppe Empelde

Jeweils freitags von 14.30 bis 15.30 Uhr

Quartierstreif Löwenberger Str. 22

Ansprechperson: Frau Koblitz, Tel. 0511 464992

Bewegungsangebot ohne Leistungsdruck

### Häkeln für Anfänger

17.01., 24.01., 31.01.2023, 15.00 bis 17.00 Uhr

Stille Str. 8 (Hinterhaus), Stadtteil Empelde

Kursgebühr: 25,00 €, inkl. 1 Knäuel Wolle zum Üben

Anmeldung: [senioren-newsletter@ronnenberg.de](mailto:senioren-newsletter@ronnenberg.de), 0511 2609386-75/-77

Mitzubringen sind: Häkelnadel No. 4, Schere, Maßband, Wollnadel

Maschen zählen, die Hände koordinieren, die Wolle fühlen – all das regt das Gehirn an und verbessert die motorischen Fähigkeiten. Häkeln macht glücklich! Denn Handarbeiten hat grundsätzlich eine positive Auswirkung auf die Stimmung. Der Kurs richtet sich an Anfänger und Wiedereinsteiger. Von der Anfangsschlinge, über Luft-, Kett-, Festemaschen und Stäbchen wird alles erlernt. Zum ersten Termin liegt ein Knäuel Wolle für jeden Teilnehmer zum Üben bereit.

### Stricken für Anfänger

26.01., 02.09., 09.02.2023, 15.00 bis 17.00 Uhr

Stille Str. 8 (Hinterhaus), Stadtteil Empelde

Kursgebühr: 25,00 €, inkl. 1 Knäuel Wolle zum Üben

Anmeldung: [senioren-newsletter@ronnenberg.de](mailto:senioren-newsletter@ronnenberg.de), 0511 2609386-75/-77

Mitzubringen sind: Schere, Maßband, Wollnadel

Sie möchten gerne auf unkomplizierte Weise die Basistechnik des Strickens kennenlernen oder haben eine Strickpause hinter sich und benötigen Unterstützung, um Kenntnisse aufzufrischen? In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie eine Maschenprobe machen, Maschen anschlagen, rechte und linke Maschen machen und abketten.



Hier finden Sie weiterführende Informationen zu unseren oben genannten Veranstaltungen und Terminen.

## Termine

VERANSTALTUNGEN, VORTRÄGE, SITZUNGEN, WORKSHOPS UND VIELES MEHR

Zum ersten Termin liegt ein Knäuel Wolle für jeden Teilnehmer zum Üben bereit. Stricknadeln können ausgeliehen werden.

### **Gedächtnistraining Ü60**

02.02. bis 02.03.2023 (5 x jeweils donnerstags), 14.00 bis 15.00 Uhr  
Gemeinschaftshaus Ronnenberg, Mehrzweckraum, Weetzer Kirchweg 3,  
Stadtteil Ronnenberg

Kursgebühr: 15,00 €

Anmeldung: [senioren-newsletter@ronnenberg.de](mailto:senioren-newsletter@ronnenberg.de), 0511 2609386-75/-77

Mitzubringen sind: Schreibzeug, Schreibblock und Schnellhefter

Ganzheitliches Gedächtnistraining fördert nach heutigen Erkenntnissen die geistige Gehirnleistung. Es beeinflusst die Lernfähigkeit und Aufnahmebereitschaft des Gehirns und führt zu einer höheren geistigen Effizienz. Mit gezieltem Training können z.B. die Merkfähigkeit, die Wahrnehmung, die Konzentration, das logische Denken und die Denkfähigkeit verbessert werden. Voraussetzung dafür ist, dass es regelmäßig durchgeführt wird.

In diesem Kurs werden den Teilnehmenden unter Einbindung möglichst vieler Gehirnfunktionen verschiedene Übungen unterschiedlicher Schwierigkeitsgrade angeboten. Ohne Leistungsdruck und in lockerer Atmosphäre können sich die Teilnehmer den Übungen widmen.



Hier finden Sie Informationen zu aktuellen Services und Gemeinschaftsangeboten.

## Serviceleistungen

ANGEBOTE, TERMINE UND AKTIONEN IM EHRENAMT

### **Repair-Cafe**

„Gemeinsam reparieren statt wegwerfen!“ – Kommen Sie vorbei!

21.01.2023, 11.03.2023

Jeweils von 14.00 bis 17.00 Uhr

Johannesgemeinde in Empelde, Hallerstr. 3



Hier finden Sie Informationen zu aktuellen Services und Gemeinschaftsangeboten.

## Serviceleistungen

ANGEBOTE, TERMINE UND AKTIONEN IM EHRENAMT

### Ehrenamtliche für die Einkaufshilfe der Freiwilligenagentur Ronnenberg gesucht.

Für ältere oder kranke Menschen ist es oft sehr schwer, einkaufen zu gehen. Gesucht werden Einkaufshelfer, die Senioren mit Lebensmitteln versorgen und Apothekengänge erledigen.

Interessierte können sich telefonisch oder per E-Mail bei Frau Peterat melden, um offene Fragen und weitere Details zu klären.

Telefon: 0511 2609386-75

E-Mail: [mitra.peterat@ronnenberg.de](mailto:mitra.peterat@ronnenberg.de)

### Neue Ronnenberg-App verfügbar

Einfach und direkt: Innovative App bringt Neuigkeiten aus Ronnenberg direkt auf das Smartphone.

Was gibt es Neues in Ronnenberg? Wie ist der Stand bei welchem Projekt? Was tut sich in meinem Verein? Für solche und noch viele weitere Fragen

müssen Sie nur noch einen Blick auf Ihr Smartphone werfen. Einfach mal ausprobieren und von den unzähligen Funktionen der App profitieren!

Laden Sie jetzt die Ronnenberg-App im [Apple App Store](#) oder [Google Play Store](#) herunter:

## Jetzt herunterladen: Die neue Ronnenberg-App!



**JETZT HERUNTERLADEN!**



Das Interview  
mit Frau Kühn  
führte Birgit  
Sommerfeld.

## Interview

AUS DEM LEBEN VON ...

### Christa Kühn

„Ein Ort zum Wohlfühlen“

Christa Kühn sitzt in ihrer warmen Küche in ihrer Wohnung in der Ostlandstraße. Aus dem Küchenfenster kann man im Garten die mit von Frost überzogenen Bäume und den kristallglitzernden Rasen sehen. Bei Minustemperaturen vor der Tür redet es sich leichter in kuscheliger Wärme im Haus.

Die 91-Jährige macht einen zufriedenen Eindruck. Seit sie 1965 mit ihrem Ehemann Landrè und drei Kindern aus dem Kreis Hildesheim nach Weetzen zog, hat sie die Veränderung im Ort interessiert mitverfolgt.

Ihr Mann war in der Landwirtschaft tätig, sie selbst, neben Kindererziehung und Haushalt arbeitete als Reinigungskraft. Das Fachwerkhaus an der Hauptstraße, welches der Familie als erste Adresse in Weetzen diente, wurde vor Jahrzehnten abgerissen. Jetzt baut auf der Brachfläche der Bürgermeister und wird ihr Nachbar, erzählt Christa Kühn lächelnd.

2011 verstarb ihr Ehemann und sie fühlte sich zunehmend allein. Die vier Kinder führten längst ihr eigenes Leben und so galt es, die einsamen Stunden am Tage zu füllen.

Durch eine Nachbarin kam Christa Kühn zum [Seniorenclub Weetzen](#). Damals waren es noch 10 Teilnehmer. Neben dem wöchentlichen Klönen, Spielen und Kaffeetrinken unternahmen sie regelmäßige Tagesausflüge, die die Stadt anbot oder fuhren mit dem DRK-Weetzen ins Erdbeercafe nach Ihme-Roloven. Auch Besuche der Aufführungen der Ronnenberger Bühne und Konzerte der Musikvereinigung Weetzen standen regelmäßig auf dem Programm.

Im Laufe der Jahre hat sich die Gruppe reduziert und seit der Corona-Pandemie haben sich die verbleibenden Teilnehmer nicht mehr getroffen.





Das Interview  
mit Frau Kühn  
führte Birgit  
Sommerfeld.

## Interview

AUS DEM LEBEN VON ...

Doch auch ohne den Seniorenclub ist Christa Kühn sehr aktiv. Sie hegt und pflegt ihren Garten, liest gerne Zeitung und löst Kreuzworträtsel, geht jeden Tag spazieren und unternimmt Ausflüge mit ihren Kindern und Enkeln.

Die Entwicklung Weetzens mit den baulichen Veränderungen und dem Zuzug junger Familien bewertet Christa Kühn positiv. „Nur schade, dass es in Weetzen kein Cafe gibt, in dem man sich treffen kann“, meint sie bedauernd. Ich habe mich in Weetzen bis heute wohl gefühlt und das wird sich bis zu meinem Lebensende auch nicht mehr ändern“.

Vielen Dank für das nette Gespräch und Ihre persönliche Geschichte!



Aktuelles aus  
den Sitzungen  
des Senioren-  
beirats der Stadt  
Ronnenberg  
finden Sie hier.

## Der Seniorenbeirat informiert

WAS WAR LOS?

**1.** Der Seniorenbeirat war auf dem vom Team Soziale Dienste der Stadt Ronnenberg ausgerichteten **Ronnenberger Seniorentag am 12. November 2022** aktiv mit seinem Stand vertreten.

In dieser erfolgreichen Veranstaltung ergaben sich eine Vielzahl von Gesprächen und Kontakten mit insbesondere älteren Bürgerinnen und Bürgern. Dabei wurden 45 Hinweise und Anregungen zur Verbesserung der Infrastruktur und Sicherheit im Stadtgebiet gegeben. Diese werden vom Seniorenbeirat aufgegriffen und an die Stadtverwaltung zur Veränderung weitergegeben bzw. Anträge mit entsprechenden Forderungen gestellt. Wir werden darüber berichten.

**2.** Zum Ende des Jahres 2022 dankt der Seniorenbeirat allen unseren Handwerkern, die über den **Handwerker-Service** bei kleineren Reparaturen für Seniorinnen und Senioren in der Stadt Ronnenberg ehrenamtlich tätig waren.



Aktuelles aus  
den Sitzungen  
des Senioren-  
beirats der Stadt  
Ronnenberg  
finden Sie hier.

## Der Seniorenbeirat informiert

### WAS WAR LOS?

Unter dem Motto „Senioren helfen Senioren“ können Sie bei Kleinreparaturen im Haushalt unseren Handwerker-Service unter 0177 6400185 (Montags bis freitags von 10.00 bis 12.00 oder Anrufbeantworter) erreichen.

**3.** Aufgrund der großen Nachfrage bietet der Seniorenbeirat auch weiterhin **Einzel- und Gruppenkurse rund ums Smartphone (Handy)** an. Lassen Sie sich unter der Telefonnummer 0511 260938675 auf die Warteliste eintragen und geben Sie dabei Ihre E-Mail-Adresse bzw. Telefonnummer an.

**4.** Der Seniorenbeirat konnte nach einer langen Corona-Pause die Degerser Bühne für die **Aufführung „Resturlaub im Ladyhort“** in Ronnenberg gewinnen. Die Vorstellungen waren gut besucht und das umfangreiche Buffet ausgiebig genutzt. Die Zuschauer wünschten sich mit großem Applaus einen erneuten Auftritt im nächsten Jahr.

**5.** Ausblick: Im Jahr 2023 stehen weitere **Angebote** für unsere Seniorinnen und Senioren auf unserer Tagesordnung, wie beispielsweise:

- Schulung „Fit mit dem Pedelec“
- Präventionskurse, z. B. zu den Themen Enkeltrick und ähnliche Betrügereien, Notfallordner, Patientenverfügung, etc.
- Bestattungsmöglichkeiten auf Friedhöfen
- Infrastruktur und Verkehrsverbesserungen, insbesondere für Menschen mit Behinderungen und Seniorinnen und Senioren

**6.** Die nächste öffentliche Sitzung findet am **23.02.2023**, im Mehrzweckraum Gemeinschaftshaus Ronnenberg um 16.00 Uhr statt.

**Wir sind als Seniorenbeirat für Sie da – sprechen Sie uns an!**

Tel.: 0511 260938675

E-Mail: [seniorenbeirat@ronnenberg.de](mailto:seniorenbeirat@ronnenberg.de)



Wir wünschen  
viel Spaß  
beim Knobeln!

© Bundesverband  
Gedächtnistraining e.V.  
Heidmarie Wiesner

# Etwas fürs Gedächtnis

WEIHNACHTLICHES SILBENRÄTSEL

## Weihnachtliches Silbenrätsel

Diese Silben helfen Ihnen, die unten stehenden  
Fragen zu beantworten.

GEL	NE	SER	TIER	FLOC	NUSS	SEN	KIN	WAS
HE	BIE	MEL	RO	CHI	AU	AD	MI	KER
SCHLIT	VENTS	NEN	REN	GEN	WEIN	NO	KEN	KER
TER	KNAC	SCHNEE	KRANZ	VES	DER	ZEN	RO	GLÜH
STEI	SIL	TEN	WACHS	OR	DES	EN	DO	

- Ein besonderes Kerzenmaterial
- Himmelsboten
- Lebkuchenspezialität
- Einer der Weisen aus dem Morgenland
- Gefährt des Weihnachtsmannes
- Ballett von Tschaikowski
- Filigrane Eiskristalle
- Wird bei der Marzipanherstellung benötigt
- Alkoholhaltiges Heißgetränk
- Wie hieß der König zur Zeit Jesu?
- Was leuchtet Heilig Abend heller als die Kerzen?
- Esgitt** vier davon
- Mit welchem Tag geht das Jahr zu Ende?





Wir wünschen  
viel Spaß beim  
Knobeln!

© Bundesverband  
Gedächtnistraining e.V.  
Ute Honrath



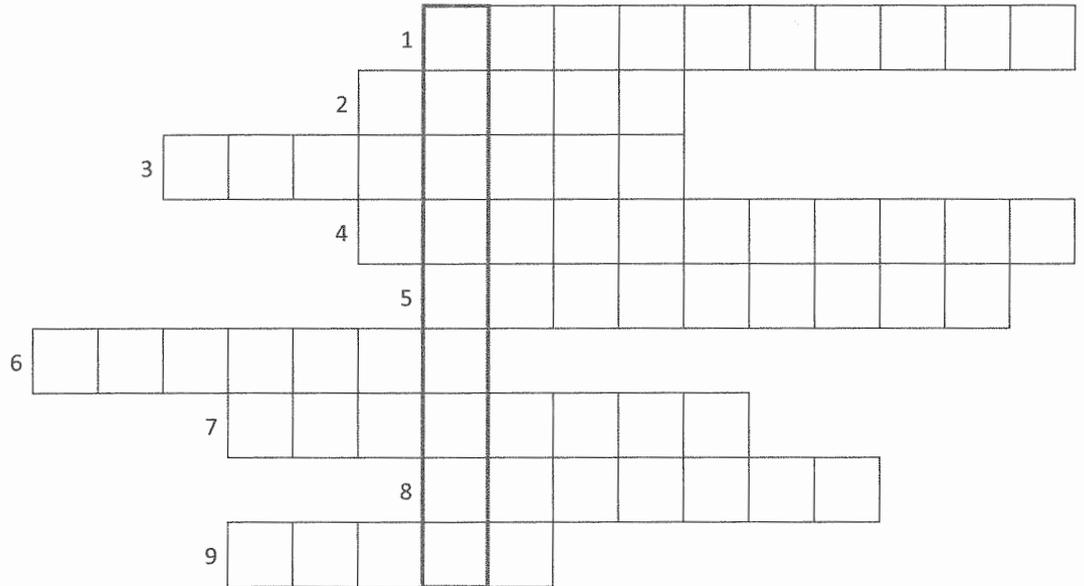
# Etwas fürs Gedächtnis

WORTRÄTSEL



## Worträtsel

Finden Sie die umschriebenen Begriffe und setzen Sie sie ein.  
Senkrecht ergibt sich das Lösungswort: Ein Ausruf der Überraschung



*Hinweise ...*

1. Heftiger Niederschlag
2. Ansammlung von feinen Wassertröpfchen
3. Dünne Eisschicht
4. Spurengas in der Erdatmosphäre
5. Messinstrument zur Feststellung des Luftdrucks
6. Fallwind in Süd-Frankreich
7. Luftpotelektrische Entladung
8. Luftwirbel
9. Hohe Lufttemperatur



Lösung: .....





Wir wünschen  
viel Spaß beim  
Knobeln!

© Bundesverband  
Gedächtnistraining e.V.  
Leonie Wallenta



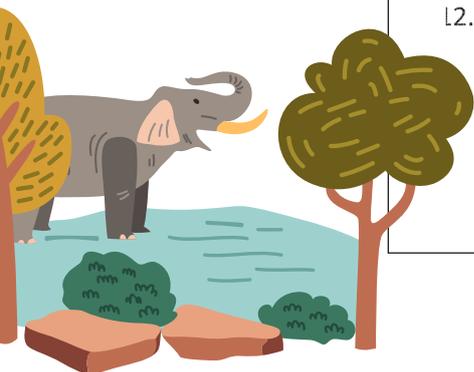
# Etwas fürs Gedächtnis

## ZOOTIERE GESUCHT

### Zootiere gesucht

In dieser Übung werden Zootiere gesucht. Bitte bringen Sie die Buchstaben in die richtige Reihenfolge. EZ=Einzahl / MZ=Mehrzahl

1. Der P A D E L O R (EZ) ist eine Art aus der Familie der Katzen, die in Afrika und Asien verbreitet ist. ....
2. Die A E E E F L N N T (MZ) sind die größten gegenwärtig lebenden Landtiere.  
.....
3. Das A D D E M O R R (EZ) wird auch als „Arabisches Kamel“ bezeichnet.  
.....
4. Die A C C E E E H H I L N S S T W (MZ) gehören (mit einer Körperlänge bis zu einem Meter oder mehr) zu den größten Vertretern der Nagetiere. ....
5. Beim Ä C D E E H M N N R (EZ) handelt es sich um eine Säugetierart aus der Familie der Mangusten. ....
6. Eine G H H I K N N O Ö P S T Y (EZ) ist eine ungiftige Würgeschlange. ....
7. E E E G I L R R T T Ü (MZ) verfügen über eine knöcherne äußere Panzerbildung.  
.....
8. Der A F G I L M N O (EZ) hat lange, dünne Beine und einen langen Hals.  
.....
9. Die A E E I K L N P (MZ) gehören zur Gattung der Wasservögel.  
.....
10. A E H N N Ö R R S (MZ) sind charakterisiert durch einen kräftigen Körper und kurze Gliedmaßen sowie durch einen großen Kopf. ....
11. Die A C E H I M N N P S S (MZ) sind eine Gattung der Menschenaffen.  
.....
12. Das D E F F L P R S S U (EZ) ist ein großes, pflanzenfressendes Säugetier, das (in Gewässernähe) im mittleren und südlichen Afrika lebt. ....





Allgemeine  
Informationen



Hier finden Sie  
verschiedene  
Ansprechperso-  
nen für Beratung  
und Interessen-  
vertretung.

## In eigener Sache

### SENIOREN NEWSLETTER

#### Newsletter

Machen Sie Werbung für unseren Newsletter und erzählen Sie davon ihren Nachbarn, Freunden und Bekannten. Wir versenden den Newsletter per E-Mail oder auf Wunsch auch per Post. Gerne senden wir Ihnen unsere Datenschutzbestimmungen zu.

Zum Newsletter anmelden können sich alle Interessierten auf der Website [www.ronnenberg.de/newsletter-senioren](http://www.ronnenberg.de/newsletter-senioren) oder per Telefon unter 0511 2609386-74/-75/-77.

## Beratung und Kontakt

### WIR HELFEN IHNEN GERNE WEITER

#### Team Soziale Dienste mit der Senioren- und Behindertenberatung sowie Seniorenarbeit

[birgit.sommerfeld@ronnenberg.de](mailto:birgit.sommerfeld@ronnenberg.de), Tel. 0511 2609386-74

[eva.gaertner@ronnenberg.de](mailto:eva.gaertner@ronnenberg.de), Tel. 0511 2609386-77

[mitra.peterat@ronnenberg.de](mailto:mitra.peterat@ronnenberg.de), Tel. 0511 2609386-75



#### Freiwilligenagentur der Stadt Ronnenberg

Sie möchten sich ehrenamtlich für Senioren engagieren und zum Beispiel als Einkaufshelfer oder -helferin unterstützen?

Kontakt: [freiwilligenagentur@ronnenberg.de](mailto:freiwilligenagentur@ronnenberg.de) oder 0511 2609386-75

#### Sicherheitsberatung für Senioren?

Vorsicht vor Betrugsversuchen – Informationen zum Thema Sicherheit und aktuelle Betrugsmaschen

Kontakt: [sfs.buntrock@t-online.de](mailto:sfs.buntrock@t-online.de) oder 0511 37467956,

[brigitte-wilfried.breipohl@t-online.de](mailto:brigitte-wilfried.breipohl@t-online.de) oder 0511 463629

#### Seniorenbeirat der Stadt Ronnenberg

Überparteiliches Gremium, das sich für die Belange von Senioren in enger Zusammenarbeit mit Rat und Verwaltung einsetzt.

Kontakt: 1. Vorsitzende Frau Eickemeyer

[seniorenbeirat@ronnenberg.de](mailto:seniorenbeirat@ronnenberg.de) oder 0173 5401142