

## Es erwarten Sie folgende Informations- und Beratungsangebote:

### Verkehrsunfallprävention

- Sicheres Auto- und Fahrradfahren im Alter
- Reaktionstest
- Verkehrssicherheit im Dunklen
- Fragen zum Führerschein
- Sicherheit in öffentlichen Verkehrsmitteln

### Kriminalprävention

- Wohnungssicherung
- Verhalten an der Wohnungstür bei Fremden
- „Enkeltrick“ / Bankgeschäfte
- Häusliche Gewalt

### Gesundheitsvorsorge

- Erste Hilfe – Maßnahmen zu Hause und unterwegs
- Informationen zum Hausnotruf und zu Notfall-Ruf-Nummern
- Sehtest, Hörtest
- Vorstellung von Hilfsmitteln, insbesondere für Menschen mit Hörproblemen und sehbehinderte Menschen
- Aufklärung über Diabetes (mit Blutzuckertest)

### Unfallprävention zu Hause

- Vermeidung von Haushaltsunfällen
- Rauchmelder

Frau Zürn-Kasztantowicz, **Bezirksstadträtin für Gesundheit, Soziales, Schule und Sport**, wird in der Zeit von 12.00 bis 13.00 Uhr anwesend sein und steht gerne für Fragen oder Anregungen zur Verfügung.

Die **Seniorenvertretung Pankow** wird den ganzen Tag für Sie vor Ort sein.

*Für Kaffee und Kuchen ist gesorgt!*

## Programm im großen Ratssaal

- |                   |  |
|-------------------|--|
| 10.15 – 10.30 Uhr | <b>Begrüßung und Informationen</b><br>rund um den Seniorensicherheitstag<br>Frau Goen, Bezirksamt Pankow<br>Herr Karck, Polizeidirektion 1           |
| 10.30 – 10.45 Uhr | <b>Film</b> „Taschendiebstahl“<br>mit praktischen Erläuterungen<br>Herr Karck, Polizeidirektion 1  |
| 11.00 – 11.15 Uhr | <b>Vorstellung</b> der Arbeit mit Blindenhunden<br>Herr Hölzel, ABSV e.V.  |
| 11.30 – 12.00 Uhr | <b>Präsentation</b> „Verhalten im Brandfall“<br>Herr Gerling, Berliner Feuerwehr   |
| 12.10 – 12.40 Uhr | <b>Vortrag</b> „Mit Rollator und Rollstuhl<br>sicher in Bahn und Bus“<br>Frau Albrecht, Berliner Verkehrsbetriebe                                    |
| 12.50 – 13.20 Uhr | <b>Vortrag</b> „Fahrten mit der BVG<br>im Internet planen - kinderleicht“<br>Frau Dr. Buschmann, Berliner Verkehrsbetriebe                           |
| 13.30 – 13.45 Uhr | <b>Film</b> „Unfälle im Alltag“<br>Herr Karck, Polizeidirektion 1  |
| 14.00 – 14.45 Uhr | <b>Vortrag</b> zur Wohnungsanpassung<br>„Kleine Maßnahmen – große Wirkung“<br>mit anschließender Fragerunde<br>Frau Grabow, Pflegestützpunkte Pankow |
| 15.15 – 15.45 Uhr | <b>Kung Fu-Show</b><br>Selbstverteidigung für Seniorinnen und Senioren<br>Herr Sihing Renaldo Jänicke,<br>Wun Hop Kuen Do - Kung Fu Berlin           |