

## Projekte & Veranstaltungen für Innsbrucker Seniorinnen und Senioren

### **25. Oktober 2016, 18.30 Uhr: Innsbrucker Augentag**

Anlässlich des Weltaugentages laden die Stadt Innsbruck und die Universitäts-Augenklinik Innsbruck zu einem kostenlosen Vortragsabend in den Plenarsaal des Innsbrucker Rathauses ein. Univ.-Prof. Dr. Dr.hc Nikolaos Bechrakis und sein Team referieren aus der Praxis und geben wertvolle Tipps zum Thema Sehen.

### **28. November 2016, 18.00 Uhr: Sicherheit für SeniorInnen**

Im Rahmen eines kostenlosen Informationsabends im Innsbrucker Plenarsaal wird Roland Schweighofer vom Landeskriminalamt, Kriminalprävention aufzeigen, wo Gefahren lauern können (Trickbetrug & Internetbetrug, Telefonanrufe, Haustürgeschäfte; sicheres Zuhause) und wie man selbst gewisse Risiken minimieren kann.

### **26. & 27. April 2017: Gesundheitstage für Innsbrucker SeniorInnen**

Unter dem Motto „Vorsorgen ist besser als Heilen“ organisiert das Referat alljährlich im April ein kostenloses, niederschwelliges Serviceangebot rund um das Thema Gesundheit in den RathausGalerien, wo zahlreiche SystempartnerInnen zwei Tage lang über verschiedenste Gesundheitsaspekte informieren und auch einfache Vorsorgeuntersuchungen durchführen.

### **Juni bis September 2017: Erholungsurlaub in Westendorf**

Die Stadt Innsbruck bietet in Zusammenarbeit mit den ISD ihren Seniorinnen und Senioren alljährlich die Möglichkeit, einen Erholungsurlaub in Westendorf zu verbringen. Die Kosten für elf Tage in reizvoller Umgebung bei Vollpension und mit Begleitung betragen 2016 35 Euro pro Tag, wobei noch eine soziale Ermäßigung möglich ist.

Durch eine Kooperation mit dem AZW kann das Angebot 2017 wieder auch durch einen Turnus für Menschen mit Pflegestufe 2 und höher erweitert werden.

### **13. & 14. September 2017: Unsere Berge für Innsbrucks SeniorInnen**

An diesen beiden Tagen bietet die Stadt Innsbruck allen InhaberInnen des Innsbrucker SeniorInnenausweises die Möglichkeit, unsere wunderschöne Bergwelt kostenlos zu genießen. Neben der freien Fahrt auf allen Linien der IVB in der Kernzone Innsbruck sowie der Stubaitalbahn, den Nordkettenbahnen, der Patscherkofelbahn und der Schlick 2000 locken auch organisierte Ausflüge.

### **„Silberne Surfer“ - Jung hilft Alt beim Surfen im Internet**

Dieses generationenübergreifende Projekt, von der Stadt Innsbruck 2005 initiiert, hat bis heute nichts von seiner Attraktivität eingebüßt. Insgesamt sind es bereits rund 700 Innsbrucker Seniorinnen und Senioren, die in 71 Kursen Grundkompetenzen für die neuen Medien erworben haben.

**Neue Kurse starten im Herbst 2016; Vormerkungen im Referat jederzeit möglich!**

Weitere Informationen:

Referat Frauen, Familien und SeniorInnen

RathausGalerien, 4. Stock

Tel.: +43 512 5360 4204

E-Mail: [post.frau.familie.senioren@innsbruck.gv.at](mailto:post.frau.familie.senioren@innsbruck.gv.at)