

Altersweisheiten für alle

Zweite Senioren-Infobörse im Bürgerhaus

Sie waren dabei oder Sie haben etwas verpasst: Hier die wichtigsten Erkenntnisse von der zweiten Senioren-Infobörse am 23.02.2024 – natürlich auch für Jüngere.

Los ging es wie im Krimi: Polizeihauptmeister Alexander Wolf klärte über Machenschaften im Internet auf und ging zum Spielzeugkauf auf eine obskure Website: Rechtschreibfehler sind

Jetzt kostenlosen Hörtest ...



... in Oberschleißheim sichern:

Bennohof • Dachauer Straße 15 a
Eingang Feierabendstraße
Tel.: (089) 519 996 60
www.audilogik.de

Genügend Parkmöglichkeiten direkt vor dem Haus.

schon einmal kein gutes Zeichen. Doch spätestens, wenn Sie beim Zahlvorgang auf eine IBAN aus Litauen stoßen, sollten Sie misstrauisch werden. Und eine TAN eingeben? Auf keinen Fall. Beim Arzneimittelkauf sind Anbieter zu meiden, die verschreibungspflichtige Medikamente auch ohne Rezept liefern. Arzneien ohne Originalverpackung – das kann gefährlich werden. Achten Sie bei der URL auf das

Selt 1987

SCHÖTTL

Mein Privat Systemhaus

www.schoettl.de

RICOH
imagine. change.



Demonstrieren Haltung: Mia Schmidt, Stephanie Holzzapfel mit Sophie Kompe

Schlosssymbol und https oder nutzen Sie den Fakeshop-Finder der Verbraucherzentrale. Haltung forderte die Physiotherapeutin Mia Schmidt, die zu diesem Zweck selbst in ein Ballettstudio geht. Richten Sie sich bei Ihrer Lektüre doch gleich einmal auf. Sehen Sie? Man wird doch auch gleich gelassener. Genau das forderte der Referent Dr. Werner Bartens und spitzte zu: Wer ständig vorbeugt, kann sich nie zurücklehnen. Viele Menschen fühlen sich



Beratung mit Herz: Melden Sie sich zur Herzgruppe beim SV Lohhof an oder auch zum Kampfsport

Fortsetzung auf Seite 6 (Stadtseiten)

Altersweisheiten für alle

Zweite Senioren-Infobörse im Bürgerhaus

durch das Übermaß an Anforderungen und auch an Besitz – wir besitzen im Durchschnitt 10.000 Gegenstände – ständig überfordert. Bartens rät, die Psyche zu stärken. Sich zu kümmern, sei es um den Garten, das Haustier oder einen Menschen, der das schätzt. Sich zu treffen. Erkennen, was man braucht. Durchzuatmen.

Die Stadt Unterschleißheim dankt dem Beirat für Senioren, den genannten Akteuren wie auch der Trommelgruppe Lohhof Strong Percussion, der Tanzpädagogin Stephanie Holzapfel, der Moderatorin Sophie Kompe sowie den zahlreichen Anbietern und Vereinen, die für regen Austausch und Impulse gesorgt haben.



Hätten Sie etwas Zeit für uns – die Zeitgeister verwandeln Zeit in Geist und Energie