

## Veranstaltungen in der Ritterhuder Mühle SENIORENBEIRAT RITTERHUDE

Frühjahr 2020

**Mittwoch 22.01.2020 17:00 Uhr VORTRAG**

**Brandgefahren im Haushalt  
Absetzen eines Notrufes**

Referent: Jochem Pieper  
Gemeindebrandmeister a.D.  
Feuerwehr Ritterhude

Anmeldung erbeten unter 04292/1519

*Alle 2 bis 3 Minuten brennt es in einer deutschen Wohnung. Meist handelt es sich um eher harmlose Brände. Viele Menschen unterschätzen jedoch das Brandrisiko, das von bestimmten Gefahrenquellen in der Wohnung ausgeht. Wir werden uns die Gefahrenquellen ansehen und über Maßnahmen zur Verhinderung eines Brandes sprechen.*

*Wie setze ich einen Notruf richtig ab, was ist in Zeiten des Mobilfunks zu beachten.*

**Montag 27.01.2020 17:00 Uhr FILMVORFÜHRUNG**

**Flucht und Vertreibung - Neue Heimat Ritterhude  
Elisabeth Vogel - Teil 2**

Ein Film der Haupt- und Realschule Ritterhude in  
Zusammenarbeit mit der Wilhelm Rösing Film-  
produktion

Anmeldung erbeten unter 04292/1519

*In den letzten Monaten des Zweiten Weltkriegs flohen Hunderttausende aus den deutschen Ostgebieten. 3.000 Flüchtlinge kamen – nach oft dramatischer Flucht – in Ritterhude bei Bremen an. Viele leben inzwischen integriert, doch im öffentlichen Bewusstsein ist ihr Schicksal wenig präsent. Sieben Zeitzeugen erinnern sich an ihr Leben als Flüchtlinge in Ritterhude in der Nachkriegszeit.*

**Mittwoch 26.02.2020 17:00 Uhr VORTRAG**

**Online-Banking leicht gemacht**

Referentin: Frau Martina Behnke  
Geschäftsstellenleiterin Ritterhude  
Sparkasse Rotenburg Osterholz

Anmeldung erbeten unter 04292/1519

*Haben Sie sich schon einmal Gedanken über „Online-Banking im Internet “ gemacht?  
Möchten Sie diesen Service gerne nutzen, fühlen sich aber unsicher?*

*Mit dieser Veranstaltung möchten wir Ihnen die Unsicherheit nehmen und Ihnen den Sparkassen-  
Online-Service näherbringen.*

*Ob Kontostände oder Umsätze prüfen, Kontoauszüge aus dem elektronischen Postfach abrufen oder  
Überweisungen tätigen, dieses und noch viel mehr ist über Online-Banking möglich.*

*Es wird die Bedeutung und Handhabung von PINs und TANs erläutert und Sicherheitstipps im Umgang  
mit Online-Banking an die Hand gegeben.*

**Mittwoch 25.03.2020 17:00 Uhr VORTRAG**

**Wasser ist Leben**

Referentin Frau Birgit Hashagen  
Geschäftsführerin  
Haus Christian e.V. Seniorenzentrum Ritterhude

Anmeldung erbeten unter 04292/1519

*Vielen Menschen fällt es schwer ausreichend zu trinken. Besonders davon betroffen sind Ältere, da  
mit zunehmendem Alter das Durstempfinden nachlässt. Erst viel zu spät wird bemerkt, dass dadurch  
der Körper zu viel Flüssigkeit verliert, was letztendlich lebensbedrohlich werden könnte.*

*Mangelnde Trinkgewohnheit, Angst vor Inkontinenz, der nächtliche Gang zur Toilette oder gar der  
schwere Getränketransport können Hindernisse auf dem Weg zu einem gesunden Trinkverhalten  
darstellen.*

*Im Referat wird auf diese Themen eingegangen und Tipps und Ratschläge dazu vorgestellt.*