



In Greiz älter werden ist besonders wohltuend und angenehm, weil die meisten älteren Menschen sich wie in einer harmonischen Familie gut behütet fühlen. Viele Gründe könnte ich hier Ihnen benennen. Ich wähle nur eine kleine Anzahl stellvertretend aus. Beginnen möchte ich auf kulturellen Pfaden.

Die Vogtlandphilharmonie, die weltweit bekannt ist, lädt einmal im Monat zu einem Konzert in die neu erbaute Stadthalle ein. Dabei hat man als Anrechtinhaber den Vorteil, dass man immer auf demselben Platz im Saal kein Konzert verpassen wird. Das Jahresanrecht hat auch noch weitere Vorteile und ist sehr günstig. Die Konzerte sind immer von hoher Qualität und stellen eine Bereicherung im täglichen Leben dar.

Aber Greiz bietet auch im Sommer ein sehr schönes Schwimmbad und im Winterhalbjahr eine gut besuchte Schwimmhalle mit Sauna. Das Schwimmen ist besonders gut für Gesundheit. Auch auf die vielen Wandergruppen möchte ich hinweisen, die sich immer über neue Wanderer erfreuen. Im Winterhalbjahr kann man auch die Eishalle für sportliche Aktivitäten nutzen. Mit dem Fahrrad die Greizer Umgebung zu erkunden hat auch sehr viel Reiz.

Greiz hat eine Vielzahl von Kleingartenvereinen, die sich viel für die Besucher einfallen lassen. Spaziergänge durch Gartenanlagen und dem wunderschönen Greizer Park können viel Freude bewirken und zum persönlichen Wohlempfinden beitragen.

Die Vogtlandbahn mit einem besonders guten Fahrplan bringt die Fahrgäste bequem nach Gera oder nach Plauen Weichlitz.. Der innerstädtische Nahverkehr sorgt sehr gut für die Mobilität der Menschen ohne Auto.

Zusammenfassend möchte ich Sie ermuntern, von den zahlreichen aufgeführten Möglichkeiten regen Gebrauch zu machen. Ich wünsche Ihnen allen ein schönes und erfülltes Leben in Greiz.

### Aus dem Inhalt

- Grußwort
- Der Seniorenbeirat stellt sich vor
- Aufgabe des Seniorenbeirates Greiz
- Unsere Mitglieder
- Landesseniorenvertretung Thüringen
- Wir informieren
- Die Denkwerkstatt
- Ein Beispiel aus der Denkwerkstatt
- Rätsel über Greiz
- Wie gut kennen wir unser Greiz?
- Wer kennt sich aus?
- Wohnen im Alter
- Erst-Wunsch, Zweit-Wunsch
- Möglichkeiten der „eigenen vier Wände“
- Checkliste altersgerechter Wohnformen
- Sicherheit zu Hause und auf der Straße
- Sicherheit und Ordnung
- Verhalten im Haus
- Verhalten an der Wohnungstür
- Verhalten bei Telefonanrufen
- Bei Handy Verlust
- Verhalten im Zweifelsfall
- Gesundheit im Alter
- Gesund ernährt zahlt sich aus
- Übergewicht
- Aktive Verantwortung
- Sport und Bewegung vermindert Beschwerden
- Pflege im Alter
- Pflegeversicherung
- Pflegedienste
- Pflegeheime
- Pflegesätze
- Vorsorge im Alter
- Von Vollmachten und Testamenten
- (Alters)Vorsorgevollmacht
- Patientenverfügung
- Betreuungsverfügung

- „Berliner Testament“

{quickdown:189}