



# SENIORENBEIRAT STADT GIFHORN

Vorsitzende Grete Fiest | Malvenweg 20 | 38518 Gifhorn | 05371 30 12 | hans-grete.fiest@t-online.de

## Protokoll

### der 8. Sitzung des 13. Seniorenbeirates der Stadt Gifhorn

Sitzung am	Freitag, 13.03.2020
Sitzungsort	Marktplatz 1, 38518 Gifhorn
Sitzungsraum	Ratssaal
Sitzungsbeginn	09:30 Uhr
Sitzungsende	10:45 Uhr

#### Diese Sitzung fand im Ratssaal statt!

Damit konnte gewährleistet werden, dass für alle Teilnehmer ausreichend Raum zur Verfügung steht, um den - wegen der aktuellen Situation bezüglich einer sich entwickelnden „convid19“-Pandemie – z. Zt. geforderten Mindestabstand von 1,5 mtr. zwischen Personen einzuhalten.

#### Anwesende des Seniorenbeirats:

Frau Grete Fiest	Vorsitzende
Herr Rainer Peters	stellv. Vorsitzender
Herr Siegfried Simon	Pressebeauftragter
Frau Frieda Fenske-Swetlakowa	Kontakte zu Vereinen/Verbänden
Herr Werner Sliwinski	Schriftführer

#### Vertreter der Verwaltung:

Dr. Klaus Meister	FB 41
Frau Sina Duckstein	FB 41

#### **Vertreter der Vereine und Verbände sowie Bürger.**

Die Teilnehmerliste liegt dem Fachbereich 41 vor

#### **Tagesordnung**

TOP 1 Begrüßung der Anwesenden und Eröffnung der Sitzung durch **Frau Fiest**.

Im Anschluss daran erläuterte **Dr. Meister** die von der Stadtverwaltung beschlossenen Massnahmen zum o. g. Thema: Es werden alle durch und mit der Stadt geplanten Veranstaltungen, auch amtliche Zusammenkünfte, Sitzungen und Meetings, ausgesetzt! Dazu gehört mindestens auch die nächste Sitzung des Seniorenbeirats, ebenso alle Veranstaltungen der Stadthalle, somit auch die „Ehrenamts-Gala“ !

Vorerst ist angedacht, dies bis zum 19.4.2020 einzuhalten.

Dr. Meister wies darauf hin, dass besonders ältere Menschen in Gefahr sind, sich mit diesem Virus zu infizieren, dem aber oft keine Immunkräfte entgegen zu setzen hätten. Speziell Menschen mit bereits vorhandenen Krankheiten – hier sind vor allem Störungen im Lungensystem zu nennen – gehören zu den extrem gefährdeten Personen!

- TOP 2 Das Protokoll der 7. Sitzung des 13. SBR vom 14.02.2020 wurde ohne Einwendungen (trotz eines Datumsfehlers durch den Schriftführer) angenommen.
- TOP 3 Herr Dirk Divjak stellte das Programm „Life Kinethik“ vor.  
Hierbei handelt es sich um „Gehirnjogging mit Bewegung“! Mit diesen leicht erlernbaren Übungen ist es möglich die Gehirnzellen durch Bildung neuer Synapsen wieder in Schwung zu bringen. Durch speziell entwickelte Übungen wird das Zusammenwirken von Auge, Gliedmassen und Denkvermögen verbessert, die Koordination aller Bewegungen fällt leichter, es erhöht sich dadurch auch das Aufnahmevermögen von Situationen und der Gleichgewichtssinn wird gestärkt. Damit kann - bei vornehmlich älteren Menschen – die Sturzgefahr verringert werden. Bei regelmässiger Ausübung dieses Programms lassen sich die kognitiven Fähigkeiten (schnelle Verarbeitung von Situationen), das Arbeitsgedächtnis, die Auffassungsgabe (selektieren von Wahrnehmungen) und das Interesse an neuem Wissen positiv beeinflussen.  
Diese Life Kinethik Kurse sind für alle Altersklassen geeignet und machen auch viel Spass!  
Bei Interesse daran bitte eine eMail an den Schriftführer senden (Adresse siehe letzten Absatz), er wird den Kontakt herstellen.
- TOP 4 **Frau Duckstein (FB41)** berichtet, dass der Verwaltung der Albert-Schweitzer-Schule von dem (von Frau Lutz in der vorigen Sitzung erwähnten) Problem mit der Beleuchtung in der Turnhalle nichts bekannt war, man will sich der Sache annehmen.  
Ausserdem weist sie auch noch einmal auf die Tatsache hin, dass alle städtischen Veranstaltungen vorläufig nicht stattfinden. Der früheste Termin einer SBR-Sitzung könnte der 29.4.2020 in Verbindung mit der Delegiertenversammlung sein. Aber noch ist alles offen!
- TOP 5 **Frau Fiest** erwähnt, dass der SBR den „Tag der Senioren“ weiter bearbeiten wird, vorausgesetzt die Umstände des „convid19“ lassen dies zu.
- TOP 6 Es sind keine Meldungen, Anmerkungen oder Vorschläge gemacht worden.

Frau Fiest schließt um 10:45 Uhr diese Sitzung.

**Über den Termin der nächsten Sitzung werden Sie durch eine Einladung, die Presse und auf der Website des SBR >seniorenbeirat-gifhorn.de< in Kenntnis gesetzt.**

Das Protokoll erstellt:  
Werner Sliwinski  
Protokoll gelesen:  
Grete Fiest

**Seniorenbeirat der Stadt Gifhorn**  
www.seniorenbeirat-gifhorn.iimdo.com

Grete Fiest	Tel. 05371 3012	hans-grete.fiest@t-online.de
Rainer Peters	Tel. 05371 61621	raima_peters@web.de
Siegfried Simon	Tel. 05371 57843	siegfried.simon1590@t-online.de
Werner Sliwinski	Tel. 05371 6874504	sliwi-gifhorn@gmx.de
Frieda Fenske-Swetlakowa	Tel. 05371 16317	v.swetlakow@kabelmail.de
Hans Huntemüller	Tel. 05371 9387248	huntemueller-gf@t-online.de