

Anzeige

## Verkehrswacht Oderland ist in Rüdersdorf dabei

Die Verkehrswacht Oderland e.V. ist ein gemeinnütziger Verein, in dem sich Menschen seit mehr als 20 Jahren ehrenamtlich für die Verkehrssicherheit in ihrer Region einsetzen. Sie bietet Programme für Kinder, Fahranfänger, Senioren und andere Verkehrsteilnehmer. Dazu gehören unter anderem die Verkehrserziehung in Kindergärten und Schulen sowie die Fahrradausbildung im 3. und 4. Schuljahr genauso wie Präventionsmaßnahmen mit Senioren. Am 9. September nimmt sie am Kindertag im Kulturhaus Rüdersdorf teil.

Die Verkehrserziehung in den Kitas unterstützt die Verkehrswacht auf vielfältige Weise, zum Beispiel mit dem Fußgänger-Pass. Um ihn zu erlangen, müssen die Mädchen und Jungen die wichtigsten Regeln im Straßenverkehr kennen. Diese Art von Verkehrs- und Mobilitätserziehung trägt dazu bei, schon bei den jüngsten Verkehrsteilnehmern Unfälle zu vermeiden. Mit dem von der Landesregierung geförderten Rollerprojekt »fit und flink« ist die Verkehrswacht Oderland fast

flächendeckend in der Region präsent. Bei Bedarf behandeln die Moderatoren der Verkehrswacht sämtliche Verkehrssicherheitsthemen auch auf Elternversammlungen.

Weiterhin ist die Verkehrswacht auch auf anderen Veranstaltungen in der Region. Hier richten wir den Schwerpunkt unserer Präventionsarbeit auf junge Fahrer, Radfahrer oder auch Senioren. Dabei können wir Simulationsgeräte bzw. Fahrsimulatoren einsetzen, womit bestimmte Gefahren im Straßen-

verkehr dargestellt werden können. Wir bieten auch Informationsveranstaltungen/ Verkehrsteilnehmer-Schulungen zu aktuellen Fragen des

Verkehrsrechts, Erste Hilfe oder allgemeinen Fragen zum Verhalten im Straßenverkehr an. Fast alle Angebote sind für die Teilnehmer kostenlos, da die Bundes- und Landesregierung die Präventionsarbeit der örtlichen Verkehrswachten unterstützt. Bei Interesse wenden Sie sich an die Verkehrswacht Oderland, Tel.: 03346-8507100, E-Mail: info@verkehrswacht.de.



Geschäftsführer Hermann Buhlert begrüßt Gäste der Klinik am See.

## Gesund und fit in den September

Die 14. Rüdersdorfer Gesundheitstage finden vom 7. bis 11. September statt und bieten ein vielfältiges Angebot mit interessanten Veranstaltungen. Neben den traditionellen Höhepunkten wie Tanz in die Gesundheitswoche, Fahrradtour & Gesundheitsmarkt, Kindertag und Gesprächsrunde der Selbsthilfegruppen, lädt die Klinik am See zu informativen Vorträgen ein. Es gibt auch wieder sportliche Angebote zum Ausprobieren.

Zum ersten Mal veranstaltet das Seniorenzentrum „Am Kalkgraben“ am 10. September ein Tanz-

café unter dem Motto „Bewegung (er)hält gesund“. Es wird in Kooperation mit der Pflege-Brücke durchgeführt. Ebenfalls am Donnerstag lädt Augenoptik Meyer zu kostenlosen Seh- und Hörtests ein und die Häusliche Krankenpflege Sylvia Rummel öffnet ihre Türen für interessierte Besucher.

»Bei den Gesundheitstagen erhält man viele gute Tipps in Sachen Gesundheit. Schauen Sie vorbei«, lädt Franziska Barth von der Gemeinde Rüdersdorf ein.

Weitere Informationen gibt es unter: [www.ruedersdorf.de](http://www.ruedersdorf.de).



**Wilhelmsbad Woltersdorf**  
Medical Fitness und Medical Wellness  
Rücken- und Figurstudio

100  
TEILNEHMER  
GESUCHT!



### RÜCKEN- & ABNEHMSTUDIE

**Wir suchen 100 „Untrainierte“, die ihre Rückenbeschwerden lindern und ihre Figur verbessern wollen.**

**Ziel:**  
• 80 % weniger Rückenbeschwerden     • 4 Kilo in 4 Wochen abnehmen

**Inhalte:**

- Eingangsberatung
- Rückentest
- Ernährungsanalyse
- Ernährungsplan über 4 Wochen
- Sicheres Rücken- und Figurtraining per Chipkarte
- Persönliche Betreuung
- Abschlusstest

**Dauer:** 4 Wochen mit mindestens 8 Trainingseinheiten á 45 Minuten  
**Kosten:** 69,- €

**Ein kleines Dankeschön für alle Teilnehmer!**  
Alle Teilnehmer erhalten nach erfolgreicher Teilnahme einen Gutschein über 50 €.

**Mo-Fr 08.00 - 22.00 Uhr, Sa 12.00 - 18.00, So 10.00 - 16.00 Uhr**  
**Anmeldung unter 03362 740 780**

Strandpromenade 8  
15569 Woltersdorf  
(Zufahrt über Fangschleusenstraße)  
Tel. 03362 / 740 780  
[www.wilhelmsbad.de](http://www.wilhelmsbad.de)

### Unser kostenfreies Beratungsangebot:

#### Sozialarbeiter-Sprechstunden mit Ingrid Helwing

##### für Betroffene oder Angehörige, welche

- Hilfe bei Antragstellungen benötigen, z.B. Pflegestufe, Schwerbehindertenausweis, Erwerbsminderungsrente.
- Fragen zur Vorsorgevollmacht oder Patientenverfügung haben.
- Beratung zu Hilfen bei Pflege und Behinderung möchten.
- Angebote zur Entlastung von Angehörigen suchen.
- Informationen über betreute Wohnformen vergleichen, u. a.

##### Hier finden die Sprechstunden statt:

#### Herzfelde

Möllenstraße 12,  
Gemeindezentrum  
Telefonische Vereinbarung

#### Rüdersdorf

Seebad 31  
Büro der Pflegebrücke  
2 x monatlich, donnerstags  
15 bis 17 Uhr

#### Hennickendorf

Ringstraße  
Im Heimatmuseum  
2 x monatlich,  
mittwochs 15 bis 17 Uhr

##### Bitte Termin vereinbaren unter:

**Telefon 01577 47 13 602**



**PFLERGE  
BRÜCKE**  
Jana Tschakert

