

# Wer macht mit?

- Hausärztinnen- und Hausärzteverband Niedersachsen
- Seniorenbeirat Hannover
- Landeshauptstadt Hannover, Fachbereich Senioren

## Verbundnetzwerk Senior\*innenarbeit und Quartiersallianzen (VSQ):

- Arbeiterwohlfahrt Region Hannover
- Caritasverband Hannover
- Deutsches Rotes Kreuz Region Hannover
- Deutscher Gewerkschaftsbund
- Diakonisches Werk Hannover
- Der Paritätische Hannover
- Kommunaler Seniorenservice Hannover
- Sozialverband Deutschland
- vdw, Verband der Wohnungs- und Immobilienwirtschaft in Niedersachsen und Bremen



Landeshauptstadt

Hannover

## LANDESHAUPTSTADT HANNOVER DER OBERBÜRGERMEISTER

Fachbereich Senioren  
Kommunaler Seniorenservice Hannover

Osterstraße 31/Ecke Röselerstraße  
30159 Hannover  
Telefon 0511 168-42345  
E-Mail [senioren@hannover-stadt.de](mailto:senioren@hannover-stadt.de)

Redaktion  
Kommunaler Seniorenservice  
Hannover

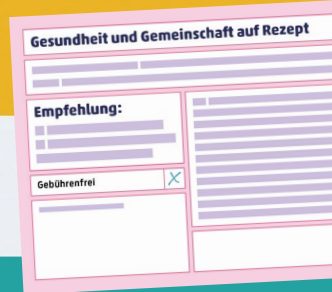
Gestaltung und Druck  
fuchsunthase, Hannover

Stand  
September 2025



[www.seniorenberatung-hannover.de](http://www.seniorenberatung-hannover.de)

# HANNOVER



Fachbereich Senioren

## Gesundheit und Gemeinschaft auf Rezept

# Gesundheitsförderung und Vorsorge für ältere Menschen

LANDESHAUPTSTADT  
HANNOVER

**Sie fühlen sich  
manchmal allein?  
Sie haben das Gefühl,  
niemanden zum  
Reden zu haben?  
Sie ziehen sich immer  
mehr zurück?**

**Sie wünschen sich neue Kontakte,  
Geselligkeit, Begegnungsmöglichkeiten  
und gemeinsame Aktivitäten?**

Es gibt viele Möglichkeiten, neue Kontakte  
zu knüpfen und aktiv zu bleiben.

**Kennen Sie schon „Gesundheit und  
Gemeinschaft auf Rezept“?**

Das Kooperationsprojekt „Gesundheit und Gemeinschaft  
auf Rezept“ möchte den Risikofaktoren und Ursachen  
von Einsamkeit entgegenwirken und bei der Prävention  
und Gesundheitsförderung im Alter unterstützen.

**Wo erhalte ich „Gesundheit und  
Gemeinschaft auf Rezept“?**

„Gesundheit und Gemeinschaft auf Rezept“ kann  
von Ihrem Hausarzt oder Ihrer Hausärztin empfohlen  
werden. In der Sprechstunde erhalten Sie ein „Rezept“,  
das Ihnen individuelle Empfehlungen zu gemeinschaft-  
licher Aktivität, Bewegung oder weiteren Vorschlägen  
gibt. Die Förderung Ihrer Gesundheit sowie Ihrem  
Wohlbefinden steht hierbei an erster Stelle!

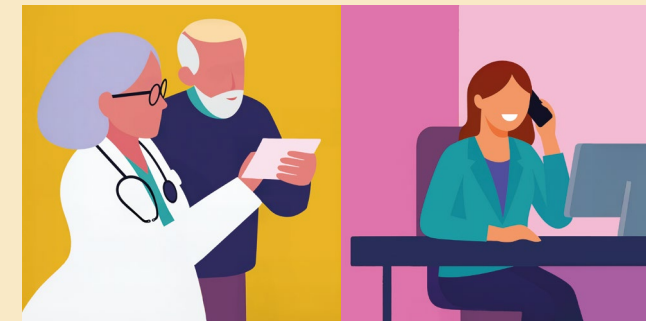
## **So funktioniert „Gesundheit und Gemeinschaft auf Rezept“**

Wenn Sie „Gesundheit und Gemeinschaft auf Rezept“  
von Ihrem Hausarzt oder Ihrer Hausärztin empfohlen  
bekommen haben, können Sie gern die für Ihren  
Stadtbezirk zuständige Sozialarbeiterin oder den  
Sozialarbeiter des Kommunalen Seniorenservice der  
Landeshauptstadt Hannover anrufen oder persönlich  
in der offenen Sprechstunde besuchen. Die Telefon-  
nummer sowie die Sprechstunde im Stadtbezirk sind  
auf Ihrem Rezept verzeichnet.

Bei Ihrem Telefonat oder Ihrem persönlichen Besuch  
in der offenen Sprechstunde erhalten Sie vielfältige  
Informationen zu den Angeboten des Kommunalen  
Seniorenservice Hannover sowie der beteiligten  
Netzwerkpartner\*innen. Hierzu gehören:

- **Beratung und Informationen zu allen  
Fragen des Alter(n)s**
- **Vielfältige Begegnungsmöglichkeiten  
im Quartier und in den Stadtteilen**
- **Ehrenamtliches Engagement**
- **Veranstaltungen für Senior\*innen**

Für weitere Informationen melden Sie sich  
gern beim Kommunalen Seniorenservice der  
Landeshauptstadt Hannover. Wir freuen  
uns auf Ihren Anruf  
oder Besuch.



## **Kontakt und Seniorentelefon**

**Für alle Fragen rund um das  
Thema „Alter(n)“ melden Sie  
sich gern beim Seniorentelefon  
der Stadt Hannover:**

Telefon 0511/168-42345

Montag bis Donnerstag 8:00 – 16:00 Uhr,  
Freitag 8:00 – 13:00 Uhr

**Oder schreiben Sie uns eine E-Mail an:**  
senioren@hannover-stadt.de

**Oder besuchen Sie unsere Website:**  
www.seniorenberatung-hannover.de

**Gesundheit und Gemeinschaft auf Rezept**

Empfehlungen für ältere Menschen in Hannover im Stadtbezirk

**Empfehlung:**

☐ Bewegung

☐ Gemeinschaftliche Aktivitäten

☐ .....

**Gebührenfrei**

