

**Newsletter 01.07.2018:**  
**Eine Grinsekatz, frische Energie und ein Anruf**

Hallo zusammen,

was haben ein verschmitztes Katzengrinsen, kornblaue Augen und ein schiaches Gemälde gemeinsam? Genau! Es sind die Zutaten für Christines Roman Reiki-Katze-Tod, aus dem sie für uns gelesen hat. Die Wanderung auf die Sophienalpe war eine zur Mostalm, weil, naja, die Sophienalpe hatte halt geschlossen. Doch der Umweg von 20 Minuten hat sich gelohnt, schließlich haben wir sehr gut gegessen und wurden sowas von nett bedient. Dann führte uns die kulinarische Europareise nach Kroatien, wo uns der Sliwowitz nach dem hervorragenden Riesenfisch schon ein bisschen geholfen hat... Und wie anregend waren erst die Gespräche beim Nordic Walking! Im grünen Prater haben wir frische Energie getankt für einen richtig guten Start in die Woche.

Und während wir so an diesem Newsletter schreiben, kommt ein Anruf: Sie hat in der Zeitung von uns gelesen und möchte wissen.... Wie bitte? Echt? Ja! In Windeseile ist das Blatt daheim und auf Seite 41 der Gratiszeitung „Österreich“ steht, dass man sich heutzutage online organisiert, wenn man so cool ist wie wir 😊.

Täglich perfekt reinigen.

Prothesen bildet sich ein typischer Biofilm.

ration eine lebensgerährliche Pneumonie hervorrufen können.

Neu: The Rocking Community

## Soziale Netzwerke gegen die Einsamkeit nutzen

Interessengenossen jeden Alters finden sich im Jahr 2018 im Internet.

**Community.** Gemeinsame Reisen, Sportveranstaltungen, Spieleabende oder Führungen: Senioren haben in der Regel viel Zeit und verbringen diese nicht

gerne alleine. Im Internet finden sich mittlerweile eine Menge Plattformen, bei denen sich Gleichgesinnte finden und gemeinsame Aktivitäten planen können.

**Aktiv.** Neu ist zum Beispiel „The Rocking Com-



**Gesellschaft finden.**

munity“, ein Netzwerk für Leute kurz vor bis lange nach der Pensionierung.

Reinschnuppern unter [rocking.community](http://rocking.community)




### Ein Stück Website: Profil anpassen

Hin und wieder bekommen wir Mails mit der Bitte um Namensänderung oder Änderung der Mailadresse. In diesem Fall müssen wir die Leute bitten, das selber zu machen, denn wir greifen nicht in die persönlichen Daten ein, wenn es nicht unbedingt sein muss. Hier also eine kurze Anleitung:

1. **Logge dich ein** mit Benutzernamen und Passwort
2. Klicke auf **Mein Profil**, dann hast du folgende Möglichkeiten:
  - a) **Hauptdaten:** Hier kannst deine persönlichen Angaben wie Namen, Telefonnummer, Adresse, e-mail usw. ändern und ein Profilfoto hochladen.
  - b) **Zahlungsinformation und login:** Hier kannst du dein Passwort ändern und deine Bankverbindung eingeben und auch die Mitgliedschaft kündigen.

c) **Meine Interessen:** Hier kannst du bei den verschiedenen Interessensgruppen einen Haken setzen oder herausnehmen.

3. Und gaaanz wichtig: **Speichern!**

**Neue Pflichtfelder:** Wenn du dein Profil anpasst, wirst du neu auch gebeten, deine Straße und deine Telefonnummer einzugeben. Deine Straße brauchen wir für den Fall einer Verrechnung, um eine korrekte Rechnung ausstellen zu können. Deine Telefonnummer ist wichtig, damit wir dich bei dringenden Rückfragen z.B. bei Veranstaltungen erreichen können. Wenn du deine Telefonnummer nicht angeben willst, schreibe einfach 1234 in das Feld.

Selbstverständlich findest du all diese Angaben auch auf der Website unter Startseite unter Downloads Anleitungen sowie bei den FAQs. Hier ist der [Link zu den FAQs](#) und hier geht´s zu den [Anleitungen](#).

**Anpassungen:** Im Zuge der Umstellung auf den Regelbetrieb haben wir auch die Allgemeinen Geschäftsbedingungen und die Verhaltensregeln geringfügig angepasst. Hier kannst du sie nachlesen: Link zu den [AGB](#) und zu den [Verhaltensregeln](#).

**Last but not least gibt's hier wie immer einen Ausblick auf eine bunte Woche:**

- **Mo. 02.07. Führung durch die Hauptbibliothek der Uni Wien (1010)**  
Sie steht bei uns in Wien, die älteste Uni-Bibliothek im deutschen Sprachraum, und die müssen wir sehen!
- **Mo. 02.07. Singen und Musizieren (1100)**  
Du hast ein Instrument oder singst gerne? Dann ist das deine Gruppe! Vielleicht gibt's dereinst mal eine TRC-Band, wär das was? Das Repertoire der Gruppe ist jedenfalls umfangreich 😊
- **Mo. 02.07. Kartenspielen im Gartencafé (1060)**  
Im schattigen Garten des Cafés bei Hanni ums Eck, da wird Karten gespielt, und zwar alles Mögliche, nur nicht Schnapsen.

- **Di. 03.07. Laufen leicht und locker (1020)**

Das ist laufen für jedermann und jedefrau! No stress, easy going. Die Ära der Ausreden ist jetzt endgültig vorbei... (schade?). Diesmal am frühen Abend, damit wir den Tag erfolgreich beenden und soooo gut schlafen.

- **Mi. 04.07. Führung durchs Rathaus (1010)**

Es wird eine Extraführung für uns durch diesen Bau der Superlative, und zwar kostenlos, weil wir schon 10 Anmeldungen haben, gell.

- **Do. 05.07. Erzählcafé (1180)**

Du, wir müssen reden: Im Währinger Wohnzimmer über Saturday Night Fever und die coolen roten Rollschuhe. Yeah!

- **Do. 05.07. Lieblingsrezepte, Kochen und Kulinarisches (1060)**

Bringt eure Tipps und Lieblingsrezepte oder kommt einfach so zu uns ins Gartencafé! Wir trinken ein Glaserl, reden über Genuss und lassen es uns gut gehen...

- **Mo. 09.07. Laufen leicht und locker (1020)**

Seht ihr: Die Sache mit dem Laufen hat Potenzial... Raus aus der Komfortzone, rein ins Vergnügen!

**Reinschauen, schmökern, dabei sein! Hier geht's direkt zu den [Veranstaltungen](#).**

So, jetzt wünschen wir euch einen hervorragenden Sonntag und einen super Start in den Sommermonat Juli!

Herzliche Grüße und bis bald

Brigitte, Martin und Wolfgang

The Rocking Community Team

[www.rocking.community](http://www.rocking.community)