

Spaziergänge für Senioren in Mitte: Bewegung und Austausch im Kiez

Der Bezirksstadtrat für Jugend, Familie und Gesundheit, Christoph Keller, hat bekannt gegeben, dass vom 8. April bis zum 6. Mai 2024 in Mitte eine Vielzahl von Spaziergangsaktionen für ältere Menschen stattfinden werden. Unter dem Motto „Erkunden Sie Ihren Kiez zu Fuß“ haben ältere Menschen die Möglichkeit, neue Gegenden des Bezirks kennenzulernen oder sich einfach mit Gleichgesinnten an der frischen Luft auszutauschen. Regelmäßige Spaziergänge im Rahmen des Projekts „Spaziergangsgruppen für Ältere in Mitte“ finden wöchentlich statt. Zusätzlich werden im Aktionsmonat spezielle Spaziergänge angeboten, wie z.B. ein Foto-Spaziergang im Schillerpark mit der Möglichkeit, die entstandenen Fotos auszustellen. Bezirksstadtrat Christoph Keller wird auch …

Der Bezirksstadtrat für Jugend, Familie und Gesundheit, Christoph Keller, hat bekannt gegeben, dass vom 8. April bis zum 6. Mai 2024 in Mitte eine Vielzahl von Spaziergangsaktionen für ältere Menschen stattfinden werden. Unter dem Motto „Erkunden Sie Ihren Kiez zu Fuß“ haben ältere Menschen die Möglichkeit, neue Gegenden des Bezirks kennenzulernen oder sich einfach mit Gleichgesinnten an der frischen Luft auszutauschen. Regelmäßige Spaziergänge im Rahmen des Projekts „Spaziergangsgruppen für Ältere in Mitte“ finden wöchentlich statt. Zusätzlich werden im Aktionsmonat spezielle Spaziergänge angeboten, wie z.B. ein Foto-Spaziergang im Schillerpark mit der Möglichkeit, die entstandenen Fotos auszustellen.

Bezirksstadtrat Christoph Keller wird auch an einigen

Spaziergängen teilnehmen, bei denen die Teilnehmer die Gelegenheit haben, mit ihm ins Gespräch zu kommen. Ein Spaziergang findet am 8. April von 15.00 bis 16.30 Uhr am SOS Kinderdorf statt, ein weiterer am 26. April von 14.30 bis 16.00 Uhr in der Waschküche Brunnenviertel.

Gesundheitsstadtrat Christoph Keller betont die Bedeutung von Bewegung im Alter für die körperliche und mentale Gesundheit. Insbesondere im hohen Alter kann Einsamkeit ein Problem darstellen, das durch Aktivitäten wie die Spaziergangsgruppen bekämpft werden kann. Die Teilnahme an den Spaziergängen ist kostenlos und erfordert keine Anmeldung. Die Spaziergänge sind in der Regel auch für Menschen mit Mobilitätseinschränkungen geeignet.

Für weitere Informationen zu den Terminen und Treffpunkten der Spaziergänge können Interessierte sich an die Pressestelle des Bezirksamts Mitte wenden. Dieses Angebot bietet älteren Menschen die Möglichkeit, sich zu bewegen, soziale Kontakte zu knüpfen und die Vielfalt ihres Bezirks zu entdecken.

Quelle: **www.berlin.de**

Details

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de