

## **„Aktionswoche PlatzMacher: Katernberg fördert Bewegung und Begegnung für Senioren“**

Essen feiert den &quot;Tag der Bewegung und Gesundheit&quot; mit Aktionen für Senioren, Informationsständen und Beratung zu Gesundheitsthemen.

Essen. Im Rahmen der aktuellen „Aktionswoche PlatzMacher 60plus“ des Seniorenreferates der Stadt Essen wurden Plätze in der gesamten Stadt zu lebendigen Orten der Begegnung. Diese Initiative wurde durch das Zentrum 60plus koordiniert und konnte auf die Zusammenarbeit mit verschiedenen Netzwerkpartnern zählen. Das Programm „Katernberg bewegt sich“ stach dabei besonders hervor und spannte einen bunten Bogen an Aktivitäten und Informationsständen, die sich mit dem Thema „Sport und Bewegung im Alter“ auseinandersetzten.

Eines der Highlights der Veranstaltung war der gut besuchte Informationsstand des VdK-Ortsverbands Essen-Katernberg/Stoppenberg/Schonnebeck. Hier erhielten die Besucher umfassende Informationen zu wesentlichen Themen, die ältere Menschen betreffen, darunter Altersarmut, Einsamkeit im Alter und die finanziellen Aspekte der Heimunterbringung. Der Vorstand des Ortsverbands steuerte wertvolle Aufklärungsarbeit bei und beantwortete zahlreiche Fragen, die die Anwesenden bewegten.

### **Vielfältige Angebote und engagierte Unterstützung**

Zusätzlich zu den Informationsangeboten bot der VdK auch

Beratungen zu Pflege- und Schwerbehindertenthemen an, was von den Besuchern gerne angenommen wurde. Ein zentrales Anliegen dieser Aktion war es, praktische Lösungen zu präsentieren und den Anwesenden zu helfen, die Herausforderungen des Alters besser zu bewältigen. Mit verschiedenen Mitmachaktionen wurde zudem dazu motiviert, aktiv zu bleiben und die eigene Gesundheit im Blick zu behalten.

Die Initiative, die sich um die Förderung von Bewegung und Gesundheit für die ältere Generation kümmert, hat sich als äußerst positiv erwiesen. Viele Besucher fühlten sich nicht nur gut informiert, sondern schlossen sich auch aktiv der Gemeinschaft an. Dies führte dazu, dass der VdK neue Mitglieder gewinnen konnte, was ein erfreuliches Zeichen für das Engagement im Ehrenamt darstellt.

Die Resonanz der Teilnehmer war eindeutig: „Bürgerservice vor Ort“ wird als eine starke Säule des VdK wahrgenommen. Diese Rückmeldung machte nicht nur den Initiative-Mitgliedern Freude, sondern bestätigte auch den Wert der ehrenamtlichen Arbeit, die maßgeblich zur Lebendigkeit der Veranstaltung beitrug. Der Tag war reich an positiven Interaktionen und Demonstrationen der Stärke gemeinschaftlicher Unterstützungsangebote.

Insgesamt zeigte die Veranstaltung, wie wichtig und effektiv solche Bewegungen sind, um älteren Menschen eine Plattform zu bieten, auf der sie sich informieren, vernetzen und aktiv teilnehmen können. „Katernberg bewegt sich“ hat damit nicht nur einen Beitrag zur physischen Gesundheit geleistet, sondern auch zur sozialen Interaktion und zum Gemeinwohl. Die Idee, Räume für Begegnungen zu schaffen, wird durch solche Aktionen nachhaltig gefördert und trägt zur Lebensqualität der älteren Generation in Essen bei.

Besuchen Sie uns auf: [n-ag.de](http://n-ag.de)