

Leverkusens Sommerfest: Bewegung, Genuss und Tipps für jedermann

Erleben Sie das Sommerfest von „Leverkusen bewegt“ mit TSV Bayer 04: Bewegung, gesunde Ernährung und Infostände am 30. August!

Ein Sommerfest für Gesundheit und Gemeinschaft

Das Sommerfest von „Leverkusen bewegt“ bot nicht nur eine Plattform für Informationen, sondern auch eine LEHRREICHE Möglichkeit, aktiv zu werden. Messebesucher hatten die Gelegenheit, sich über eine Vielzahl von Angeboten zu informieren, darunter Pflegeberatung, die Rolle der verschiedenen Begegnungsstätten in Leverkusen, und Initiativen zur Verbesserung der Seniorenernährung.

Aktive Unterstützung durch lokale Persönlichkeiten

Bürgermeister Bernhard Marewski und Beigeordneter Alexander Lünenbach füllen die Veranstaltung mit lebendiger Energie. Ihre Teilnahme am Fest und eine mögliche Unterstützung bei Übungen unterstreichen die Bedeutung von lokaler Verantwortung und Gemeinschaftsengagement. Diese Persönlichkeiten zeigen, wie wichtig es ist, die Bürger zu motivieren und sich aktiv für Gesundheit und Wohlbefinden einzusetzen.

Naschen erlaubt: kostenlose Verpflegung

Zur Erfrischung nach den sportlichen Aktivitäten erwarteten die Teilnehmer himmlische Leckereien wie kostenloses Eis, Kaffee und Suppe. Darüber hinaus erhielten die Besucher einen Ernährungs- und Entspannungskalender, um auch in ihrem Alltag gesunde Speisen für zwei Personen zu entdecken und nachzukochen. Die Verknüpfung von Genuss und Gesundheit war ein zentrales Thema des Festes.

Der Startschuss für eine aktivere Lebensweise

Das Sommerfest markierte nicht nur einen Moment des Zusammenseins, sondern auch den Start der „Bewegten Woche“. Bis zum 30. August 2024 haben die Bürger die Möglichkeit, verschiedene sportliche Aktivitäten anzuprobieren, die von Netzwerkpartnern angeboten werden. Diese Initiative zielt darauf ab, eine nachhaltige Integration von Bewegung und gesunder Ernährung ins tägliche Leben zu fördern.

Vielfältige Aktivitäten und Gewinnchancen

Die vielfältigen Aktionen, die auf den Infoständen angeboten wurden, konnten die Besucher aktiv und spielerisch in Kontakt mit Gesundheitsthemen bringen. Unter anderem hatten die Teilnehmer die Möglichkeit, Blutdruck zu messen und an Fitnessübungen teilzunehmen. Mit ein wenig Glück konnten sie bei der Verlosung am Ende des Festes sogar einen der drei tollen Preise gewinnen.

Erreichbarkeit und gesundheitliche Unterstützung

Für eine reibungslose Anreise sorgte der geartete Verkehr, mit Bushaltestellen in der Nähe, wie Tannenbergsstraße oder Bay Arena. Für Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen stand ein Fahrdienst des ASB zur Verfügung, um eine unkomplizierte Anfahrt zur Kurt-Rieß-Anlage zu ermöglichen.

Dies zeigt, dass das Sommerfest für alle zugänglich sein sollte.

Insgesamt hat das Sommerfest von „Leverkusen bewegt“ eine bedeutende Rolle für die Stärkung der Gemeinschaft gespielt, indem es nicht nur Informationen bereitstellte, sondern auch Motivation und Anreize zur Förderung eines aktiven Lebensstils gab. Durch diese Veranstaltungen kann die Stadt Leverkusen ihre Bürger ermutigen, Bewegung und gesunde Ernährung zu einem Teil ihres Alltags zu machen.

Details

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de