

Gemeinsam statt einsam: Frauenspaziergänge in Landau starten durch

Frauen in Landau treffen sich zum gemeinsamen Spaziergang: „Ladies walking and talking“ fördert Kontakte und Austausch.

Im malerischen Luitpoldpark in Landau hat sich eine besondere Gruppe von Frauen zusammengefunden, die mit viel Freude und Begeisterung durch die Stadt spazieren. Dieses Treffen, das nicht nur das Ziel hat, sich zu bewegen, sondern auch um sich auszutauschen, wird von der städtischen Gleichstellungsstelle ins Leben gerufen. Die Idee dahinter: Frauen sollen die Möglichkeit haben, miteinander ins Gespräch zu kommen und neue Bekanntschaften zu schließen. Als unbeschwerte Alternative zum manchmal einsamen Alltag laden die „Ladies walking and talking“ alle interessierten Frauen ein, mitzuwirken.

Die Initiative stieß auf große Resonanz. Bei einem ersten Treffen vor etwa einem Monat, das als Probe gedacht war, haben sich rund 40 Frauen eingefunden, trotz der drückenden Sommerhitze von über 30 Grad. Die beiden Organisatorinnen, Heike Mack und Laura Hess, die neue Gleichstellungsbeauftragte der Stadt, waren von der positiven Rückmeldung der Teilnehmerinnen so begeistert, dass sie beschlossen, das Event regelmäßig anzubieten. Seither findet der Spaziergang jeden dritten Freitag im Monat statt, immer um 19 Uhr auf dem Rathausplatz, ohne vorherige Anmeldung.

Wohlfühlen und Kontakte knüpfen

Bei diesem letzten Treffen kommen 26 Frauen zusammen, um gemeinsam den Abend zu genießen. Mit guter Laune und bequemen Schuhen ausgestattet, herrscht eine fröhliche Stimmung. Die Gruppe setzt sich aus unterschiedlichen Frauen zusammen: von Neulingen in der Stadt bis hin zu langjährigen Landauerinnen. Viele von ihnen gehören der älteren Generation an, doch auch jüngere Frauen sind vertreten. Caroline Klemm von der Gleichstellungsstelle begrüßt die Teilnehmerinnen und wünscht ihnen „nette Gespräche“. Sie hofft, dass vielleicht neue Freundschaften entstehen.

Und wie der Spaziergang weitergeht, das ist ganz dem Zufall überlassen. Es gibt kein festes Programm, und die Frauen laufen einfach los. Sofort entspinnt sich ein reger Austausch. Von alltäglichen Themen bis hin zu persönlichen Geschichten wird alles besprochen. Eine Teilnehmerin berichtet von einem Autounfall, während eine andere von der beeindruckenden Architektur in Landau schwärmt. Insgesamt herrscht eine angenehme Atmosphäre, die es den Frauen leicht macht, miteinander ins Gespräch zu kommen.

Verbindung durch gemeinsame Erlebnisse

„In der Stadt trifft man sonst kaum jemand, höchstens mal im Supermarkt“, bringt es Marlies Kattler auf den Punkt, die seit sechs Jahren in Queichheim lebt. Beim ersten Frauenspaziergang hat sie bereits eine Bekanntschaft geschlossen, die sie immer wieder begleitet. Liselotte Schäfer erzählt, sie sei Witwe und darauf angewiesen, neue Kontakte zu knüpfen. Trotz ihrer Knieprobleme hat sie sich auf den Weg gemacht, um neue Bekanntschaften zu schließen. Ihre Tochter Sabine hat sie eingeladen, an diesem besonderen Abend teilzunehmen, und beide sind sich einig, dass die Aktion fantastisch und entspannt ist.

Auch die neu zugezogene Jutta ist begeistert. Im Luitpoldpark kann sie die alten Gebäude bestaunen, die sie faszinieren. Da sie im Stadtteil Horst wohnt, wo nicht viel los ist, sieht sie dieses

Treffen als wertvolle Gelegenheit, andere Frauen kennenzulernen. Auf dem Weg hat sie bereits eine Unterhaltung mit einer länger ansässigen Landauerin begonnen, die ihr über die Sehenswürdigkeiten in der Gegend erzählt.

Nach einem entspannten Spaziergang von etwa einer Stunde kommt die Gruppe glücklich und zufrieden zum Rathausplatz zurück. Die Frauen haben nicht nur neue Kontakte geknüpft, sondern auch anregende Gespräche geführt. Der nächste Termin für den Walk-and-Talk steht schon fest: Freitag, 20. September, um 19 Uhr. Wo es hingehet, bleibt ein Geheimnis, das erst vor Ort enthüllt wird.

In einer Welt, in der das Alleinsein für viele Frauen im Alltag Realität ist, bietet diese Initiative eine erfrischende Abwechslung. Die einfachen, aber bedeutsamen Gespräche und die Möglichkeit, sich zu vernetzen, können zu einem wichtigen Beitrag für ein stärkeres Gemeinschaftsgefühl in Landau führen.

Die Bedeutung von sozialen Interaktionen für ältere Frauen

Soziale Interaktionen spielen eine zentrale Rolle für die Lebensqualität, insbesondere im Alter. Studien zeigen, dass Einsamkeit und soziale Isolation negative Auswirkungen auf die psychische und physische Gesundheit haben können. Laut einer Untersuchung der **Weltgesundheitsorganisation** (WHO) haben ältere Menschen, die in sozialen Netzwerken eingebunden sind, ein höheres Maß an Zufriedenheit und Lebensqualität. Manche Berichte belegen, dass regelmäßige soziale Aktivitäten das Risiko für Depressionen und Angstzustände signifikant verringern können.

In Deutschland wird das Thema Einsamkeit unter älteren Menschen zunehmend ernst genommen. Programme wie „Ladies walking and talking“ bieten nicht nur eine willkommene Abwechslung im Alltag, sondern fördern auch die Bildung von Freundschaften. Dies ist besonders wichtig für Frauen, die oft

längere Lebensspannen als Männer haben und somit auch häufiger alleine leben. Die Initiative sucht gezielt, diese Einsamkeit zu mildern und ein unterstützendes Umfeld zu schaffen.

Die Rolle von Gleichstellungsstellen in der Gesellschaft

Die Gleichstellungsstelle spielt eine entscheidende Rolle bei der Förderung von Chancengleichheit in der Gesellschaft. Auch in Landau zeigt die Veranstaltung, wie wichtig es ist, Programme zu initiieren, die speziell auf die Bedürfnisse von Frauen zugeschnitten sind. Gleichstellungsstellen sind darauf ausgerichtet, Gendergerechtigkeit zu fördern und dazu beizutragen, dass Frauen in verschiedenen Lebensbereichen mehr Sichtbarkeit und Unterstützung erhalten.

Die Aktivitäten, die von diesen Institutionen angeboten werden, sind vielseitig und reichen von beruflichen Fortbildungsprogrammen bis hin zu gesundheitsfördernden Maßnahmen wie dem Frauenspaziergang. Solche Initiativen tragen dazu bei, das Bewusstsein für Frauenanliegen zu schärfen und Frauen zu ermutigen, Netzwerke zu bilden, die sowohl im persönlichen als auch im beruflichen Umfeld von Wert sind.

Details

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de