

## Stadtteilspaziergänge in der Nordstadt

(uf) Am 29.11. und 06.12.2012 konnten zwei Stadtteilspaziergänge in der Nordstadt stattfinden.

Vorbereitet wurde die Aktion von der Projektgruppe „Gesundheit im Stadtteil“, die sich auf der Stadtteilkonferenz 2011 gebildet hatte. Dank der großzügigen Unterstützung des Projektes durch den Verein Lebensherbst, dem Einsatz des Therapiezentrums Bergisch Land, dem Engagement des Stadt Sportbundes Solingen und des Quartiersmanagements, den Jugendlichen der Taschengeldbörse und des Stadtteilservice der AWO Solingen und der Unterstützung des Stadtdiensts Soziales konnten bisher zwei Spaziergänge am Jahresende realisiert werden.

Freundlicher Gastgeber der Spaziergangsgruppe war an beiden Tagen das Mehrgenerationenhaus, das großzügig sein Café und einen Veranstaltungsraum zur Verfügung stellte. Auch die Senioreneinrichtungen des Evangelischen Altenzentrums Cronenbergerstraße unterstützten freundlicherweise das Angebot mit einer Begleitung ihrer teilnehmenden Bewohnerinnen.

An beiden Nachmittagen trafen sich im Café des Mehrgenerationenhauses jeweils 10 Teil-



Die TeilnehmerInnen trafen sich zum Kennenlernen im Café des Mehrgenerationenhauses  
Foto: K. Goetze

nehmerinnen und Teilnehmer, um sich zunächst bei Kaffee und Kuchen kennen zu lernen und anschließend zusammen etwas für ihre Gesundheit zu tun.

Weil das Wetter an beiden Tagen nasskalt und feucht war, boten die Organisatorinnen als Alternative zum Spaziergang auch ein Bewegungsangebot



Die Gymnastik hält fit und macht Spaß

Foto: Lebensherbst e. V.

im Haus an. Die auf den Rollstuhl angewiesenen Teilnehmerinnen, die weniger gut feuchtkalter Witterung trotzen konnten, nutzten das Angebot des Therapiezentrums Bergisch Land zur Stuhlgymnastik.

Die anderen Teilnehmer/innen gingen zusammen mit den Übungsleiterinnen des Stadt Sportbundes Frau Spies und des Therapiezentrums Bergisch Land, Frau Röhder, zur Korkenziehertrasse hinunter und übten dort an den Trainingsgeräten des Seniorentreffpunktes am Nordbahnhof.



Trainieren am Nordbahnhof  
Foto: Lebensherbst e. V.

Die Resonanz war im Rückblick bei allen Beteiligten sehr positiv. Eine Teilnehmerin fasste ihren Eindruck so zusammen: „Das war mal eine schöne Abwechslung von unserem Alltag. Ich freue mich schon auf den nächsten Spaziergang“. Die hier gezeigten Aufnahmen machte freundlicherweise Frau Schröder vom Verein Lebens-

herbst e.V., dafür herzlichen Dank.

Die Spaziergänge werden ab 18. April 2013 wieder regelmäßig angeboten. So lange das Interesse bei den Senioren besteht, finden die Spaziergänge bis Oktober jeden dritten Donnerstag im Monat statt.

### Ansprechpartnerin:

Stefanie Prescher  
Quartiersmanagerin

Kullerstraße 4-6  
42651 Solingen  
Tel. 23 13 44 0

s.prescher@awo-aqua.de  
www.awo-aqua.de

print media  
digital media  
out-of-home media  
photodesign

**www.deus-werbung.de**  
büro für grafik und produktion

scheidter straße 23  
42653 solingen  
0212 - 139 49 89  
post@deus-werbung.de