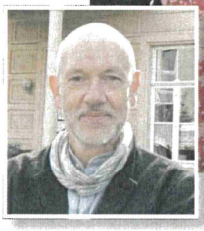
Aktionen und Themen, die Senioren bewegen

Die Seniorenbeauftragten Peter Toporowski und Astrid Paschke erklären, was die Seniorenwochen in beiden Städten bewirken sollen.

ESCHWEILER/STOLBERG Mit dem Alter steigt das Risiko zu vereinsamen. Der Verlust des geliebten Partners und Krankheit sind meist die Auslöser für ein Leben in Isolation. Aber gerade im Alter sind soziale Kontakte immens wichtig. Das wissen die Seniorenbeauftragten **Peter Toporowski** (Eschweiler) und **Astrid Paschke** (Stolberg). Um der Einsamkeit vieler älterer Menschen entgegen zu wirken, bieten die Städte Eschweiler und Stolberg auch regelmäßig Seniorenwochen an. Auf deren Programm stehen viele Aktivitäten und Beratungsangebote, die die Menschen inspirieren sollen, auch in der zweiten Lebenshälfte mehr Lebensfreude zu haben. Was genau die Seniorenwochen bewirken sollen, haben Peter Toporowski und Astrid Paschke **Irmgard Röhseler** verraten.



Eine sehr begehrte Veranstaltung im Rahmen der Seniorenwochen ist immer wieder das Oktoberfest in der Villa Faensen in Eschweiler. **Kleines Bild links:** Seniorenbeauftragter der Stadt Eschweiler Peter Toporowski. **Kleines Bild rechts:** Seniorenbeauftragte der Stadt Stolberg Astrid Paschke

FOTOS: IRMGARD RÖHSELER/ASTRIDPASCHKE

Was ist das Ziel der Seniorenwoche?

Peter Toporowski (Eschweiler): Um den Informationsfluss zu den Bewohnerinnen und Bewohnern in Eschweiler über Angebote und Anbieter im Bereich der Seniorenarbeit weiter auszubauen, wurden in den vergangenen sechs Jahren die Seniorenwochen durchgeführt, um die Vielfalt der Themen in diesem Bereich besser darstellen zu können. Zudem wurde mit der Einführung der Seniorenwochen darauf Wert gelegt, die Thematik der Seniorenarbeit stärker in das Bewusstsein aller Altersgruppen zu rücken. Dazu wurden nicht nur Informationsbeiträge, sondern auch Praxisbeispiele aus der Seniorenarbeit des öffentlichen Trägers sowie von freien Trägern und Unternehmen vorgestellt.

Astrid Paschke (Stolberg): Natürlich möchten wir mit dem Programm vor allem die Gelegenheit bieten, sich zu treffen, sich auszutauschen, sich zu informieren. Neues kennen zu lernen oder Freizeit in angenehmer Gesellschaft zu verbringen. Dabei freuen auch wir uns auf interessante Begegnungen, Gespräche und Anregungen. Wir möchten aber auch die Möglichkeit nutzen, darauf aufmerksam zu machen, dass es über die Seniorenwochen hinaus in Stolberg eine Vielzahl von Akteuren gibt, die das ganze Jahr über interessante Aktivitäten, Angebote und Möglichkeiten für ältere Menschen anbieten. Fast zeitlich parallel zu den Seniorenwochen finden in der gesamten Städteregion Aachen Aktivitäten zu den Alzheimertagen statt, auf die ich gerne noch hinweisen möchte.

Warum ist es beispielsweise gerade in Zeiten von Corona so wichtig, für die ältere Generation solche Aktionen zu organisieren?

Toporowski: Neben den Informationsangeboten während der Seniorenwochen werden ebenfalls eine Menge Angebote im Bereich der sozialen Kontakte angeboten. Gerade auch in Zeiten der Corona-Pandemie und der Flut hier in Eschweiler hat sich in jüngster Vergangenheit gezeigt, dass viele allein lebende Menschen zunehmend von Vereinsamung und Traumata betroffen sind. Mit den Angeboten sollen die Bürgerinnen und Bürger der Stadt Eschweiler informiert werden über die reichhaltigen Beratungs- und Freizeitangebote in und um das Thema „Älter werden in Eschweiler".

Paschke: Der soziale Austausch mit anderen Menschen ist eine wichtige Voraussetzung für gesundes Leben in jedem Alter. Mit den Kontaktbeschränkungen der Corona-Pandemie und der Angst vor Ansteckung haben sich besonders viele ältere Menschen zurückgezogen und ihre sozialen Aktivitäten und Kontakte stark reduziert. Es gab wenig Spielraum für Angebote in Präsenz. Im zweiten Lockdown rief mich eine verzweifelte ältere Dame an und sagte mir, sie habe seit drei Wochen mit keinem Menschen mehr gesprochen. Das hat mir sehr deutlich gezeigt, wie wichtig es ist, besonders in schwierigen Zeiten Räume für Begegnung zu schaffen und damit Einsamkeit vorzubeugen.

Nach welchen Kriterien gestalten Sie das Programm und werden Senioren in die Programmgestaltung mit einbezogen?

Toporowski: Die Themen in den Seniorenwochen sind sehr vielfältig. Sie werden von uns aus der praktischen Arbeit hergeleitet. Wir stellen immer wieder fest, dass in vielen Bereichen ein Informationsdefizit besteht. Dort möchten wir mit unserem Angebot fortbilden und auch informieren. Viele Themenvorschläge kommen auch von den Mitgliedern der Parteien im Sozial- und Seniorenausschuss. Die Themenwunschliste ist mittlerweile so lang geworden, dass wir damit für mehrere Jahre die Seniorenwochen inhaltlich ausfüllen könnten. Dieses Jahr mussten wir aber von dieser Themenplanung Abstand nehmen; mehrere Themenwünsche wurde von Seniorinnen und Senioren an uns herangetragen, und natürlich priorisieren wir diese Wünsche. Das ist, gerade in Hinblick auf die Corona-Pandemie und die Überflutung, eine erfreuliche Entwicklung. Die Villa und deren Angebote werden wahrgenommen.

Paschke: Mit vielen haupt- und ehrenamtlichen Kooperationspartnerinnen und -partnern haben wir ein sehr breit gefächertes Programm zusammengestellt, in dem bestimmt für jede und jeden etwas dabei ist. Es gibt Informationsveranstaltungen, zugeschnitten auf Themen rund um das Älter werden, aber auch tolle Angebote für gemeinsame Freizeitgestaltung oder die Gelegenheit zum Austausch zu wichtigen Themen. Die Teilnehmenden sind herzlich eingeladen, uns ihre Anregungen und Kritik mitzuteilen, die wir gerne mit in die Planung zukünftiger Aktionen nehmen.

Seit wann bieten Sie Seniorenwochen an und wie haben sie sich im Laufe der Jahre entwickelt?

Toporowski: Die Seniorenwochen in der heutigen Form wurden mit der Neukonzeption der Seniorenarbeit und Neuausrichtung des damaligen Städtischen Seniorenzentrum 2016 eingeführt. Durch das Projekt „Altengerechte Quartiere NRW" wurde viele Ideen umgesetzt, so wurde unter anderem das Seniorenzentrum durch einen Namenswettbewerb zur „Villa Faensen – Haus der Begegnung" umbenannt. Seit 2019 wurde aus der Seniorenwoche die zweiwöchigen Seniorenwochen. Hintergrund dieser Verlängerung auf zwei Wochen war der Wunsch der Bürgerinnen und Bürger, die Veranstaltungen Seniorenwochen nicht so kompakt in eine Woche zu legen.

Paschke: Die letzten Jahre haben, bedingt durch Corona, wenig Möglichkeiten geboten, ein Programm wie die Seniorenwochen durchzuführen. Im letzten Jahr hatten wir mit viel Optimismus Seniorentage für den Spätsommer geplant, die dann ja leider zwar nicht Corona, aber dem Hochwasser zum Opfer gefallen sind.

Wie ist die Resonanz, nehmen viele Senioren daran teil? Und gibt es Veranstaltungen, die immer besonders gut besucht sind?

Toporowski: Die Resonanz der Veranstaltung und die Teilnehmerzahl ist so vielfältig wie die Themen der Seniorenwochen. Freizeitangebote wie Bingo, die Bustour, das Oktoberfest und auch die Rock-Fete für Jung und Alt sind meist ausverkauft. Die Informations- und Mitmachangebote werden mehr oder weniger gut besucht, das hängt auch mit der Attraktivität der Angebote zusammen. Themen aus dem Bereich der Pflege, der rechtlichen Vorsorge, demenziellen Veränderungen und finanziellen Hilfen werden auch gerne von pflegenden Angehörigen und Menschen 50plus besucht. Begleitetes Busfahren, Rollator- und/oder Pedelec-Training sowie Fitness-Angebote eher von Seniorinnen und Senioren.

Paschke: Es ist sehr schwer vorherzusagen, wie viele Personen an den Veranstaltungen teilnehmen werden. Einerseits freuen viele sich darauf, wieder etwas zu unternehmen, andererseits sind viele ältere Menschen immer noch verunsichert durch Corona. Einige unserer Angebote sind auch neu, wie beispielsweise die Ü50-Disco oder der Wii-Spielevormittag. Hier sind wir auch sehr gespannt, wie die Resonanz sein wird. Wenn es Angebote gibt, die besonders gut ankommen, werden wir auf jeden Fall darüber nachdenken, ob eine Verstetigung möglich ist.

Anzeige

INFO

Das Programm in Eschweiler:

19. September: 14 bis 17 Uhr: Skat in der Villa (Spielenachmittag), Villa Faensen, Marienstraße 7.

20. September: 14 bis 16 Uhr: „Glück und Zufriedenheit im Alter", Präventionsangebote für die Arbeit mit Menschen der Generation 60+ (im Rahmen der Alzheimertage), Villa Faensen, Marienstraße 7..

21. September: 18 bis 20 Uhr: „Der letzte Hilfe-Kurs", am Ende wissen, wie es geht, Villa Faensen, Marienstraße 7..

22. September: 7.45 bis 20 Uhr, „Dreiländerfahrt" (Tagesausflug mit Schifffahrt), Start: 7.45 Uhr, Senioren- und Betreuungszentrum, Johanna-Neuman-Straße 4, oder um 8 Uhr ab Talbahnhof.

26. September: 14 bis 17 Uhr, Spielenachmittag „Bingo in der Villa" (im Rahmen der Alzheimertage), Villa Faensen, Marienstraße 7..

27. September: 14 bis 17 Uhr, „Fahrsicherheitstraining", Pedelectraining für Generation 65+ (im Rahmen von Stadtblühen – Nachhaltige Aktionen in Eschweiler), Villa Faensen, Marienstraße 7.

28. September: 18 bis 20 Uhr, „Long Covid"– Langzeitfolgen, Villa Faensen, Marienstraße 7.

29. September: ab 12 Uhr, „Oktoberfest in der Villa", zünftiges Traditionsfest mit Mittagsbuffet, Kaffeetafel und Tanz. Eintrittskarten in der Villa Faensen erhältlich (im Rahmen der Alzheimertage).

Anmeldungen per Post: Stadt Eschweiler, Johannes-Rau-Platz 1, 52249 Eschweiler „Stichwort: Seniorenwoche": Persönliche Abgabe am Empfang im Foyer - Bereich des Rathauses, Johannes-Rau-Platz 1 oder in der Villa Faensen – Haus der Begegnung, Marienstraße 7. Telefonisch, per Fax oder E-Mail, Tel: 02403/505362, E-Mail: peter.toporowski@eschweiler.de, oder cem.goekce@eschweiler.de.

Mehr Informationen unter: **www.gege-eschweiler.org**

INFO

Das Programm in Stolberg

20. September: 14 Uhr Auftaktveranstaltung mit Tanztee auf der Liester, St. Hermann-Josef -Kirche. 15 bis 17 Uhr: „Tanztee auf der Liester".

21. September: 15 bis 17 Uhr Kunstwerkstatt für Senioren, Helene-Weber-Haus, Oststraße 66 (Anmeldung unter Tel. 02402/95560. 19 bis 20.30 Uhr „Verstehen und Begleiten von Menschen mit Demenz" (im Rahmen der Alzheimertage): Vortrag mit Austausch über immer wiederkehrende belastende Situationen im Alltag, ihre Ursachen und ihre Bewältigung, VHS Stolberg, Frankentalstraße 3 (Anmeldung unter Tel. 02402/862457).

22. September: 14 bis 16 Uhr „Welche App ist sinnvoll?", im „Blauen Haus" auf der Frankentalwiese.

23. September: 10 bis 12 Uhr Bingo im „Blauen Haus" auf der Frankentalwiese. 16 bis 19 Uhr Kino 60 plus (Demenzerkrankung) in der Wissensoase Liester, Pirolweg 38a.

26. September: 15 bis 17 Uhr „Sicherheit im häuslichen Bereich", eine Präventionsveranstaltung der Polizei Aachen. 15 bis 17 Uhr in der Villa Lynen, Rathausstraße 44.

27. September: 10 bis 12 Uhr Boule-Turnier für Jung und Alt, auf dem Gelände der Jugendberufshilfe, Bergstraße 45.

28. September: Gesundheitstag 60 plus: 9 bis 12 Uhr, Bethlehem- Gesundheitszentrum: „Gehhilfen- Training und Sturzprophylaxe", rechts neben der „Essbar", Zentrum für Rehabilitation und Physiotherapie Stolberg. 13 bis 16.30 Uhr Gesundheitstag 60 plus im Zinkhütter Hof: In der Ofenhalle kann u.a. man an sechs Stationen die „Alltags-Fitness" testen. 18 bis 20 Uhr „Anekdoten und Ameröllchen", gute Unterhaltung im Café Munti, Steinweg 71.

29. September: 15 bis 17 Uhr, oder 5. Oktober, 18 bis 21 Uhr: Austausch zum Thema „Endlich in Rente – und was jetzt? Oder – Eine Chance, den neuen Lebensabschnitt positiv zu gestalten, im Viertel Lab, Rathausstraße 18.

30. September: 19.30 bis 23 Uhr Disco Ü50 mit DJ, im Partykeller der Wissensoase Liester, Pirolweg 38a.

6. Oktober: Informationsveranstaltungen im Viertel Lab, Rathausstraße 18: 15 bis 16.30 Uhr: Rechtliche Absicherung – Informationen zu Vollmachten, gesetzlicher Betreuung und Patientenverfügung. 17 bis 18.30 Uhr „Leistungen der Pflegeversicherung".

7. Oktober: 10 Uhr Handyführerschein, im „Blauen Haus", auf der Frankentalwiese. (Anmeldung im Helene-Weber Haus unter Tel. 02402/95560). 10 bis 12 Uhr WII-Spielevormittag in der Wissensoase Liester", Pirolweg 38.

Anmeldungen nimmt Astrid Paschke (Seniorenbeauftragte der Stadt Stolberg) entgegen, Tel. 02402/13238 oder E-Mail: astrid.paschke@stolberg.de.

Alle Infos zu den einzelnen Angeboten gibt es unter: **www.stolberg.de**