



Unterlage zur Sitzung im öffentlichen Teil

Gremium	am	TOP
Bezirksvertretung 4 (Ehrenfeld)		

Anlass:

- Mitteilung der Verwaltung
- Beantwortung von Anfragen aus früheren Sitzungen
- Beantwortung einer Anfrage nach § 4 der Geschäftsordnung
- Stellungnahme zu einem Antrag nach § 3 der Geschäftsordnung

Stadtteilrundgang Köln-Bickendorf

Alt werden bei guter Gesundheit – das wünschen wir uns alle. Gesundheit ist nichts Selbstverständliches. Nicht nur die Medizin, sondern auch wir können unsere Gesundheit selbst auf vielfältige Weise fördern und erhalten. Ein Spaziergang im Veedel zum Beispiel kann ein Anfang sein.

Das Gesundheitsamt möchte ältere Menschen motivieren sich täglich mehr zu bewegen. Dabei geht es nicht um Leistungssport, sondern um Spaß und Freude an der Bewegung, ob allein, zu zweit, oder mit Anderen gemeinsam. Es müssen nicht weite Ausflüge in die Umgebung gemacht werden. In jedem Stadtteil gibt es bestimmt etwas Neues zu entdecken, etwas Vergessenes wieder aufzufrischen, oder etwas Bekanntes zu vertiefen.

2008 wurde der erste Stadtteilrundgang, der durch das „Vringsveedel“ führt, herausgegeben. Angeregt durch den großen Erfolg dieses ersten Rundganges, griffen Seniorinnen und Senioren aus anderen Kölner Stadtteilen diese Idee auf, so dass es mittlerweile vier Stadtteilrundgänge gibt. Neben „Vringsveedel“, „Poll“ und „Vogelsang“ ist nun ein **neuer Rundgang durch „Bickendorf“** fertig gestellt worden.

Auch dieser Rundgang führt zu Sehenswürdigkeiten, Besonderheiten und Eigentümlichkeiten des Viertels. Körper und Geist kommen gleichermaßen in Bewegung. Der Rundgang kann mit Freunden, Bekannten, Nachbarn oder auch allein unternommen werden – ohne Anmeldung, ohne Kosten und ohne Zeitvorgaben.

Auf den Internetseiten der Stadt Köln unter <http://www.stadt-koeln.de/3/gesundheit/gesund-im-alter/bewegung/>, können alle Rundgänge angesehen, bzw. heruntergeladen werden.

Exemplare können auch telefonisch bei Frau Meißner unter 0221/221-24754, oder per Fax 0221/221-22755 sowie per E-Mail: gesund-im-alter@stadt-koeln.de angefordert werden.