

Unterlage zur Sitzung im öffentlichen Teil

Gremium	am	TOP
Ausschuss Soziales und Senioren	10.01.2008	
Ausschuss Umwelt, Gesundheit und Grün	22.01.2008	

Anlass:

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

Flyer "Mehr Bewegung im Alter"

Alt werden bei guter Gesundheit – das wünschen wir uns alle. Dazu muss aber auch jeder selbst etwas tun. Mit einem Spaziergang kann schon der erste Schritt zu einem gesundheitsbewussten Leben gemacht werden. Ziel ist es, älteren Menschen möglichst lange ihre Mobilität zu erhalten, damit sie ein selbständiges Leben führen können und nicht frühzeitig auf fremde Hilfe und Pflege angewiesen sind.

Das Gesundheitsamt möchte insbesondere ältere Menschen, die sich nicht sportlich betätigen, motivieren Spaß und Freude an der täglichen Bewegung zu finden.

Als Anregung wurde ein Rundgang durch das Vringsveedel entwickelt, weitere Rundgänge durch andere Stadtteile sollen folgen.

Verteilt wurde der Flyer an Senioreneinrichtungen, die Kölner Seniorenvertretung, Seniorenberatungen, Wohlfahrtsverbände sowie niedergelassene Ärztinnen und Ärzte und Apotheken (in der Südstadt) und alle neun Bürgerämter.

Sollten weitere Exemplare gewünscht werden, so können diese unter 221 – 2 4754 (Frau Meißner) angefordert werden.