

Mitteilung

öffentlicher Teil

Gremium	Datum
Gesundheitsausschuss	01.09.2015
Ausschuss Soziales und Senioren	17.09.2015

Dritte Aktionstage „gesund & mobil im Alter,, im Gürzenich am 23. und 24. Juni 2015

Fast 1.500 Seniorinnen und Senioren kamen zu den dritten Aktionstagen „gesund & mobil im Alter“ in den Gürzenich.

Zum dritten Mal veranstaltete das Gesundheitsamt in Zusammenarbeit mit der Seniorenvertretung Köln, am 23. und 24. Juni 2015 die Aktionstage „gesund & mobil im Alter“.

In „Kölns guter Stube“ im Gürzenich präsentierten sich auch diesmal, wie schon in den vorigen Jahren, über 50 Kölner Vereine, Institutionen, Organisationen und Selbsthilfegruppen, die sich der Gesundheit der Kölner Bevölkerung widmen.

Hier konnten sie ihre Angebote zum gesunden älter werden einem interessierten Publikum präsentieren.

Auch die Besucherinnen und Besucher kamen zahlreich, insgesamt besuchten 1.463 Kölnerinnen und Kölner die Aktionstage und informierten sich über die breite Angebotspalette für Seniorinnen und Senioren in Köln, nahmen an den zahlreichen Vorträgen teil und beteiligten sich sehr aktiv an diversen Mitmachaktionen.

Nach wie vor besteht bei den Seniorinnen und Senioren ein großes Interesse an gesundheitsbezogenen Themen und Fragestellungen. Auf den Aktionstagen erhielten sie Anregungen, Tipps und Hilfsmöglichkeiten für viele Lebenslagen. Hier konnten sie sich über die Vielfältigkeit der unterschiedlichen Hilfen / Angebote informieren und/oder zu bestimmten Themen oder Fragen das Beratungsangebot nutzen.

Neben den zahlreichen Informationsständen rundeten Vorträge, Workshops, Aktionen, Theater, Tanz und Musik die Aktionstage ab.

Das Angebot war bunt und vielfältig, von A – wie „Aktivitäten im Alter“, „Arthrose“ über „Gedächtnistraining“, „Hören“, „Notrufsysteme“ und der „Sicherheit im Alter“, bis zum Thema „Vorsorgevollmachten“, „Zahngesundheit“ und vieles mehr, bot das Veranstaltungsprogramm allerhand Abwechslung und stieß auf eine hohe Akzeptanz.

Gesundheit, Mobilität, Wohnen und Sicherheit im Alter beschäftigten viele Menschen, das spiegelte sich in den sehr gut besuchten Vorträgen wider. Aber auch schwierige Themen wie psychische Erkrankungen im Alter und Aufklärung zum Thema Demenz und Schlaganfall zogen viele an.

Die animierenden Aktionen auf der Bühne, die zahlreiche Menschen mit Begeisterung aufgriffen, waren beeindruckend. Die vielfältige Auswahl der Anbieter sowie das breite Spektrum der Vorträge kamen sehr gut bei den Seniorinnen und Senioren an, sodass die Vortragsräu-

me teilweise aus den Nähten platzten.

Die beiden Tage gaben einen umfassenden Überblick und viele Informationen und Anregungen rund um das Thema „Älter werden“ und die Mitmachaktionen boten allen auch Gelegenheit, sich aktiv zu beteiligen.

Das große Informationsbedürfnis, die Freude und Begeisterung aller Beteiligten und nicht zu Letzt auch die freundliche, entspannte, fast „familiäre“ Atmosphäre an beiden Tagen machten diese Aktionstage wieder zu einer lohnenden, informativen und kommunikationsfördernden Veranstaltung.

Während der beiden Aktionstage konnten die Besucher*innen ihre Meinung in Form eines kleinen Fragebogens äußern. Die Auswertung ergab, dass sich die Besucher*innen an beiden Tagen sehr wohlfühlten und alle waren sich einig, diese Aktionstage sollten fortgeführt werden. Die jüngste Besucherin war 18 Jahre, die älteste 92 Jahre alt und das Durchschnittsalter lag bei ca. 70 Jahren.

Deutlich wurde, dass die Besucherinnen und Besucher nicht nur aus dem Kölner Stadtgebiet kamen, sondern auch aus Kölner Umlandgemeinden, d.h. dass viele auch einen weiter entfernten Weg zur Innenstadt nicht scheuten.

Zum Vergleich, die Befragung auf den Aktionstagen 2010 ergaben folgende Daten:

Die jüngste Besucherin war 39 Jahre, die älteste 90 Jahre alt und das Durchschnittsalter lag bei ca. 73 Jahren.

(Für 2008 liegen leider keine Daten vor, da auf den ersten Aktionstagen noch keine Befragung durchgeführt wurde.)

Dass der Besuch der Aktionstage kostenlos war, wurde sehr positiv bewertet.

Alles in Allem war es wieder eine gelungene Veranstaltung mit interessanten Informationsgesprächen und vielen positiven Rückmeldungen.

