

Sieben Tage, sieben Kommunen: Aktionswoche Senioren startet

Verbandsgemeinde Weißenthurm und Pflegestützpunkt laden von 2. bis 8. November 2024 zu umfangreichem Programm - Willi & Ernst sowie OneNightBand im Abendprogramm

Themen, Trends und Angebote für die Generation 50+ sowie Seniorinnen und Senioren bietet die Aktionswoche Senioren in der Verbandsgemeinde Weißenthurm. Der BürgerSTÜTZPUNKT+ der VG Weißenthurm und der Pflegestützpunkt haben gemeinsam mit zahlreichen Netzwerkpartnern ein umfangreiches, informativ-unterhaltsames Programm für die Woche zwischen dem 2. und dem 8. November 2024 zusammengestellt. Das Besondere: Die Aktionswoche ist an jedem Tag in einer anderen Kommune zu Gast. Unterstützt wird der Veranstaltungsreigen von evm und Sparkasse.

Auftakt zur Aktionswoche ist ein Messetag am Samstag, 2. November 2024 in der **Mülheim-Kärlicher Kurfürstenhalle**. Von 12 bis 18 Uhr erwartet interessierte Besucherinnen und Besucher ein vielfältiges Informationsangebot. Neben Ständen gibt es Vorträge zu Themen wie Gesundheit, Pflege und Trauer, aber auch Klima- oder Brandschutz. Das Planetarium Sessenbach lädt zu Vorführungen, es gibt Workshops zu Yoga oder Tango, Acrylmalerei oder dem Smartphone. Zudem ist ein katholischer Gottesdienst vorgesehen. Highlight am Abend ist die OneNightBand, die mit ihrem vielfältigen Repertoire Musikgenuss vom Feinsten bietet. Zweite Station der Aktionswoche ist **Urmitz**, wo am Sonntag, 3. November 2024 im **Pfarrheim** von 10 bis 16 Uhr erneut Infostände, Vorträge wie in jedem Ort unter anderem zu Balkonkraftwerken, Brandschutz und Bestattungen, außerdem Workshops wie Origami, Hockergymnastik oder ein Demenz-Parcours auf die Besucherinnen und Besucher warten. Eine Ausstellung, Musik und eine Kartoffelsuppe runden das Angebot ab.

In der **Bassenheimer Karmelenberghalle** startet der Aktionstag am Montag, 4. November 2024 um 9 Uhr. Wie an allen folgenden Orten auch stehen Infostände bereit. Auftakt zum Vortragsreigen ist ein Leitfaden zu vitalstoffreicher Vollwertkost. Bis 16 Uhr bietet zudem der TV Bassenheim verschiedene Bewegungsworkshops an, der Heimatverein hat ein Shuffleboard dabei und der Pflegestützpunkt zeigt den Demenz-Parcours. Auch das Bims-Museum öffnet seine Türen. Weiter geht es am Dienstag, 5. November 2024 in der **Gaststätte im Kettiger Bürgerhaus** von 9 bis 16 Uhr mit den Infoständen und den Vorträgen. Außerdem stellt der TUS Kettig verschiedene Sportangebote vor.

In **Kaltenengers** bietet der Pflegestützpunkt am Mittwoch, 6. November 2024 erneut den Demenz-Parcours an. Von 9 bis 16 Uhr ist die Aktionswoche im Mehrzweckraum in der **Pater-Wald-Schule** zu Gast. Die Vortragsreihe ergänzen Medizinerin Anja Klinghuber, der Seniorensicherheitsbeauftragte Norbert Besmens und Maria Theresia Schmitz mit einem Beitrag zum Umgang mit Menschen mit Demenz.

In **Weißenthurm** findet am Donnerstag, 7. November 2024 von 9 bis 16 Uhr der zweite große Messetag im Rahmen der Aktionswoche statt. In der **Stadthalle** sind erneut vielfältige Infostände zu finden. Fachleute der Sparkasse erläutern in ihren Vorträgen Themen rund um Finanzen und Immobilien, eine Ethikberaterin ist zu Gast, es gibt Beiträge zu medizinischen Themen und eine Autorenlesung mit Brigitte Fey. In den Workshops geht es kreativ zu. Unter anderem können Interessierte Drachen bauen oder Punzierungen auf Leder aufbringen, oder aber Tipps für ein Makeup bekommen. Um 9 Uhr findet in der Pfarrkirche eine Heilige Messe statt, der Orgelverein sorgt für Kaffee und Kuchen. Highlight am Abend ist der Auftritt des bekannten Comedian-Duos Willi & Ernst.

In **St. Sebastian** gibt es zum Auftakt am Freitag, 8. November 2024 um 9 Uhr im **Pfarrheim** ein gemeinsames Frühstück. Die Vorträge ergänzt Kerstin Awan vom Fachzentrum Ernährung Rheinland-Pfalz und es gibt eine Vorführung von Tanzsport Redukt Koblenz sowie ein Yoga-Schnupperangebot und erneut den Demenz-Parcours.

„Wir freuen uns auf eine tolle Woche, die ohne die Unterstützung vieler Ehrenamtlerinnen und Ehrenamtler nicht umsetzbar wäre“, betont Nina Ketzner vom BürgerSTÜTZPUNKT+. Dass ein so vielfältiges, abwechslungsreiches Programm zustande gekommen ist, sei wesentlich ein Verdienst der beteiligten Vereine und Organisationen. „Neben Informationen zu den unterschiedlichsten Themen bekommen Interessierte während der Aktionswoche auch Beratung und können vieles ausprobieren“, sagt Gabi Schneider vom Pflegestützpunkt. Nicht zuletzt soll der Austausch, das Miteinander und natürlich auch Spaß und Unterhaltung nicht zu kurz kommen. „Wir laden alle herzlich ein, vorbeizukommen“, erklärt Ketzner.

Nähere Informationen zum Programm gibt es unter der Rubrik BürgerSTÜTZPUNKT+ ganz unten auf der Seite www.thatsit-weissenthurm.de unter Angebote.