

Sturz-Prävention ist eines der neuen Angebote

Zwei Tage der offenen Tür am Ettlinger Begegnungszentrum am Klösterle / Viele Mitmach-Angebote nicht nur für Senioren



EINEN SCHNUPPERKURS „STURZ-PRÄVENTION“ gab es bei den Tagen der offenen Tür im Ettlinger Begegnungszentrum am Klösterle.
Foto: kdm

Ettlingen (kdm). „Dass es hier so viele, vor allem auch so unterschiedliche Angebote gibt, hat mich dann doch überrascht.“ Dabei deutet der, wie er selbst sagt immer noch „rüstige Rentner“, auf eine Stelltafel im Foyer des Ettlinger Begegnungszentrum. Dort wird über einen Teil der Arbeit, der vielfältigen Angebote und Programme, so weit das bei der Fülle überhaupt möglich ist, informiert. Und zwar von A bis Z: von A wie Aquarellmalen über C wie Chor und K wie Kegeln bis hin zu T wie Tanzen und Z wie Zeichnen – um nur einige wenige Beispiele zu nennen. „Genau darum geht es. Wir wollen unsere Arbeit, und was bei uns alles geboten wird, vorstellen“, berichtet Otti Vielsäcker, Sprecherin des Seniorenbeirates. Gelegenheit dazu gab's am Wochenende bei zwei Tagen der offenen Tür im Begegnungszentrum, das das ganze Jahr seine Türen für alle Interessierten öffnet.

Allemaal zufrieden mit der Besucher-Resonanz zeigte sich nicht nur Ernst Koch, einer der Macher im Seniorenzentrum. Kaum verwunderlich. Schließlich standen neben Information auch Mitmach-Programm-Angebote im Mittelpunkt der zwei Tage. Hier lud die Singgemeinschaft 50plus zum offenen Singen

ein, dort, bei der Märchenstunde für große und kleine Gäste, wurde eifrig vorgelesen. Das Gedächtnis wiederum konnten Interessierte am Computer mit entsprechenden Trainingsprogrammen üben. All das und vieles mehr sollte – und das tat es auch – Neugierde wecken; auch die Neugierde, sich selbst in die Arbeit der ehrenamtlichen Senioren einzubringen.

„Wir brauchen tatsächlich Nachwuchs“, eröffneten Ernst Koch und Otti Vielsäcker. Zumal die Senioren längst auch in den Ettlinger Ortsteilen tätig sind. Aktiv mitarbeiten kann übrigens jeder – und zwar unabhängig vom Alter. Allein schon mit Blick auf

„Neugierde wecken,
sich selbst einzubringen“

immer wieder neue Angebote ist die Aussage mit dem Nachwuchs durchaus verständlich. Bei einem dieser aktuellen Angebote – gestartet wird damit am 26. September – geht es um Sturz-Prävention, eben darum, wie sich die Gefahren eines folgenreichen Sturzes vermindern lassen.

Bei den Tagen der offenen Tür konnten sich die Besucher ein konkretes Bild über die Kursinhalte verschaffen. Das Gebot der Stunde war „Mitmachen“, etwa unter Anleitung von Marianne Bauer bei Übungen zur Stärkung der Muskeln und des Gleichgewichts.