

Neues Projekt – Tanzen kennt kein Alter

Wer heute zwischen Anfang 60 und Mitte 70 Jahre alt ist, der hat vielleicht als junger Mensch begeistert Rock'n'Roll getanzt, sich zu den Beats der Beatles oder den rockigen Klängen der Rolling Stones bewegt oder es liebt, auf Bällen, Hochzeitsfeiern oder anderen geselligen Empfängen einen Walzer oder einen Cha-Cha-Cha aufs Parkett zu legen. Doch wenn man älter wird, fehlen oft die Gelegenheiten, den Leidenschaften zu fröhnen, denen man sich in jungen Jahren hingegeben hat. Mit Sehnsucht erinnert man sich daran und möchte sich mal wieder zur Musik bewegen. Aber im Alter scheuen sich viele davor. Auch gibt es kaum passende Orte oder die passende Gesellschaft, um mal wieder zu tanzen. Dagegen will die Leitstelle Älterwerden im Rathaus für Senioren etwas tun. Zum Start der „Aktionswochen Älterwerden in Frankfurt“ möchte sie Tanzbegeisterte zu einem „Rosenball“ in die Villa Leonardi einladen. Wenn die Nachfrage entspre-

chend ist, soll dieser Event zugleich Auftakt für ein Tanzcafé sein, das beispielsweise alle zwei Monate in dem klassizistischen Gartenhäuschen im Palmengarten seine Pforten öffnet.

Schon länger hat Pia Flörsheimer, Leiterin der Leitstelle, die Idee für das Projekt „Geselligkeit & Spaß mit Tanz und Musik“. Zudem hätten viele tanzbegeisterte Damen und auch einige Herren diesen Wunsch geäußert, den die Stadt nun erfüllen möchte. „Bewegung ist ein wichtiger Gesundheitsfaktor, und wenn man es zur Musik tut, macht es einfach mehr Spaß“, so Flörsheimer. Bei einem Tanzcafé, bei dem die Geselligkeit nicht zu kurz kommen soll, können die Gäste tanzen, wenn sie Lust haben, anderen zuschauen, sich unterhalten, flanieren und dabei etwas essen und trinken.

Um die Menschen über dieses Projekt zu informieren und um gleichzeitig zu erfahren, welche Anforderungen potenzielle Gäste des



Gelegenheit, das Tanzbein zu schwingen, gibt es zum Beispiel beim Bunten Nachmittag während der Aktionswochen Älterwerden.

Tanz-Cafés an dieses stellen, hat die Leitstelle einen Fragebogen vorbereitet. Wer etwas im Rathaus für Senioren zu erledigen hat, kann sich noch bis Ende Januar an der Umfrage beteiligen. Pia Flörsheimer hofft auf eine rege Beteiligung: „Ich bin schon sehr gespannt auf unseren ersten Rosenball am 19. Juni, mit dem wir die Aktionswochen starten, und der den passenden Bogen zu unserem unterhaltsamen Abschluss, dem Bunten Nachmittag, spannt.“

Sonja Thelen

Wer den Fragebogen zugeschickt bekommen möchte, wendet sich an die Leitstelle Älterwerden, Telefon: 069 / 212 - 44 901 oder -49 944 oder per E-Mail an: aelterwerden@stadt-frankfurt.de

Wohnen im Alter – Broschüre der Wohnberatung

Treppe zu lang? Türschwellen zu hoch? Bad zu eng? Vieles, was in jüngeren Jahren gar nicht wahrgenommen wird, kann im Alter Probleme bereiten. Umbauten, aber auch schon kleine Veränderungen können älter werdenden und alten Menschen nicht nur das Leben erleichtern und komfortabler gestalten, sondern auch wesentlich dazu beitragen, trotz körperlicher Einschränkungen in den eigenen vier Wänden zu bleiben. Die Wohnberatung der Leitstelle Älterwerden im Rathaus für Senioren gibt in einer Broschüre (Wohnen im Alter – Wohnberatung) hilfreiche Tipps, wie mit kleineren Hilfen oder größe-

ren Umbauten die Wohnung barrierefrei(er) gemacht werden kann. Untergliedert ist die Broschüre in verschiedene Bereiche, so etwa den Weg zur Wohnung und ins Haus, das Badezimmer oder die Stufen und Schwellen in der Wohnung. Auch wie Gefahren erkannt und beseitigt und Stürzen vorgebeugt werden kann, wird in dem Heft beschrieben. Zur finanziellen Unterstützung bei Umbaumaßnahmen gibt es einen Überblick. Wer sich mit konkreten Umbauplänen trägt, kann bei der Wohnberatung einen Termin vereinbaren, bei dem individuelle Fragen geklärt werden können (Telefon 069/212 706 76).



Die Broschüre liegt im Rathaus für Senioren und in den Sozialräthusern aus. Sie kann angefordert werden bei: Rathaus für Senioren, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt/Main, und steht auf der Internetseite www.aelterwerden-in-Frankfurt.de zum Download bereit.