

Große Resonanz beim Tag der Senioren

Informieren, Mitmachen, Schauen: Abwechslungsreiches Programm in der Halle IV in Lingen

Alles rund um Gesundheit und Lebensfreude bis ins hohe Alter stand im Mittelpunkt des „Tages der Lingener Senioren“. Dazu hatte die Seniorenvertretung anlässlich ihres 30. Geburtstages am Wochenende in die Halle IV eingeladen.

Von Anne Bremenkamp

LINGEN Informieren, Mitmachen, Schauen: Die auf große Resonanz gestoßene Seniorenmesse am vergangenen Wochenende war ein buntes und belebtes Forum für Austausch, Erkundigung und Begegnung. Zu den 33 ganz individuellen Ausstellern zählten Mitgliedsvereine und Verbände der Seniorenvertretung, verschiedene Senioreneinrichtungen sowie Lingener Firmen, die ihre Produkte und Dienstleistungen für Menschen in der zweiten Lebenshälfte präsentierten.

In persönlichen Gesprächen gab es viele Anregungen und Tipps für alle Generationen. Begeisterten Anklang fand das abwechslungsreiche Bühnenprogramm: So offerierte der fröhliche Kinderchor „Am Kirchblick“ auf äußerst unterhaltsame Weise altes Liedgut. Auch beim Rudelsingen mit Lingens Oberbürgermeister Dieter Krone oder bei den Auftritten des Fanfarenzugs Damaschke, der Heimathausmusikanten Darne, der Tanzschule Lorenz oder dem „up Platt“ Dönkes vertellenden Heimatverein Darne stand der gute Ton im Vordergrund.



Für ihr langjähriges Engagement im Vorstand der Lingener Seniorenvertretung ehrten Ingrid Hermes und Ursula Ramelow (2. und 3. v. l.) die 87-jährige Brunhilde Többen (links).

Foto: Anne Bremenkamp

Die „knackigen Knochen“ in Bewegung brachte nicht nur die Seniorengymnastikgruppe Injoy, sondern auch Motivator Reinhard Falkuß, der mit seinem Mitmachprogramm nicht nur den Körper, sondern auch den Geist ansprach. Auf großes Interesse stießen zudem diverse Fachvorträge zu seniorenrelevanten Themen. Referiert wurde beispielsweise zum richtigen Umgang mit Medikamenten,

zu integrativer Medizin bei Arthrose, zu medizinischer Kosmetik, zum Verständnis von Fahrer-Assistenz-Systemen, zum Wohnen im Alter sowie zur Kür nach der Pflicht: „Was man tun kann, wenn man nichts mehr tun muss.“

Wie wichtig Mitgestaltung des Gemeinwohls, Teilhabe und der Schulterschluss mit den jüngeren Generationen gerade im Alter sind, das un-

terstrichen bei einer Podiumsdiskussion die Vorsitzende der Seniorenvertretung, Ingrid Hermes und Stellvertreterin Ursula Ramelow, die Vorsitzende des niedersächsischen Landesseniorenrates Ilka Dirnberger als Schirmherrin der Seniorenmesse und Oberbürgermeister Dieter Krone. 1988 lebten in Lingen noch 8000 Senioren, heute sind es rund 15 000. Sie alle können, so zeigte sich

Krone überzeugt, nur profitieren vom reichhaltigen Sport- und Kulturangebot der Emsstadt, um aktiv und aufgeschlossen zu bleiben.

Rein ehrenamtlich

Der Oberbürgermeister würdigte ebenso wie Ilka Dirnberger die hervorragende Arbeit der Lingener Seniorenvertretung als einer von 225 in ganz Niedersachsen. Der rein ehrenamtlich täti-

gen Seniorenvertretung gehörte über 25 Jahre, davon alleine 15 Jahre im Vorstand, auch die heute 87-jährige Brunhilde Többen an, die für ihren langjährigen Einsatz geehrt wurde. „Wir werden immer älter, aber wir werden auch immer fitter“, unterstrich abschließend Ilka Dirnberger. Es gelte, aus der Freiheit und Freizeit eines langen Lebens möglichst viel zu machen.