

# Liebe Leserinnen und Leser,



zu den Aktionswochen Älterwerden 2022 lade ich Sie sehr herzlich ein. „Zusammen sind wir weniger allein“ – unter diesem Motto erleben Sie in diesem Jahr ein vielfältiges Programm, das seine Aufmerksamkeit auf das Verbindende und ein gelingendes Miteinander legt.

In den letzten zwei Jahren mussten wir lernen, mit Kontaktbeschränkungen, Abstandsregelungen, Isolation und Quarantäne umzugehen. Distanzierung war Ausdruck von Schutz und gegenseitiger Rücksichtnahme. Das „Miteinander“ – bislang wie selbstverständlich getragen von persönlichen Begegnungen im privaten Umfeld, in Nachbarschaft und Stadtteil, in Bildung, Sport, Bewegung und Kultur, im Ehrenamt und in professionellen Hilfestrukturen – war nicht mehr möglich. Die ganzen Schutzmaßnahmen umzusetzen war für uns alle anstrengend, das ist keine Frage. Diese Zeit hat uns gezeigt, wie wichtig Begegnung für uns ist und wie kreativ wir sein können, um diese auch unter erschwerten Bedingungen umzusetzen. Unser Motto steht daher in diesem Jahr auch für neue Perspektiven auf Begegnungsmöglichkeiten und den sozialen und gesellschaftlichen Zusammenhalt.

WhatsApp, Facebook, Internet – trotz vielfältiger digitaler Möglichkeiten der Kommunikation fühlen sich Menschen alleine, einsam und vom gesellschaftlichen Leben ausgeschlossen. Für viele Menschen ist eine echte Begegnung, ein Gespräch, eine liebevolle Geste oder Umarmung durch nichts zu ersetzen. Fehlen diese Kontakte und Möglichkeiten, wirkt sich dies häufig unmittelbar auf unser Leben und unseren Alltag aus. Dabei muss das Alleinsein an sich nichts Negatives sein. Viele Menschen schätzen es, einmal in Ruhe durchzuatmen und der Hektik des oft von Multitasking und Dauerberieselung geprägten Alltags entfliehen zu können. Ein gutes Buch, ein Spaziergang im Park, all das lässt sich auch mal gut alleine genießen.

Nicht immer heißt alleine sein, sich einsam zu fühlen. Und dennoch wünschen sich viele Menschen manchmal mehr Kontakte. Umso besser, wenn aus vielfältigen Angeboten eine individuelle Wahl getroffen werden kann.

Das Programm der Aktionswochen Älterwerden lädt Sie ein, sich damit auseinanderzusetzen, wie Sie sich Gemeinschaft und ein gutes Miteinander vorstellen. Was Ihre Wünsche und Bedürfnisse sind, um gut in Kontakt kommen zu können. Ob digital oder analog – lassen Sie sich von den Angeboten der Aktionswochen Älterwerden inspirieren, entdecken Sie neue Perspektiven und lernen Sie in spannenden Begegnungen interessante Menschen und Sichtweisen kennen.

Gemeinsam mit den Trägern der Altenhilfe, Vereinen und Institutionen haben wir wieder ein umfangreiches Programm mit großer thematischer Breite und Vielfalt für Sie auf die Beine gestellt.

Am 19. September eröffne ich die Aktionswochen Älterwerden im Kino „Cinestar Metropolis“ um 17 Uhr mit dem Film „Und wenn wir alle zusammenziehen?“ des Regisseurs Stéphane Robelin. Im Anschluss freue ich mich, Sie zusammen mit dem Frankfurter Gesundheitsdezernenten Stefan Majer und der Vorsitzenden des Seniorenbeirats Frau Dr. Renate Sterzel zum Filmgespräch zu begrüßen.

Beim Fachtag „Wie gehts der Psyche? Auch im Alter genau hinschauen!“ am 21. September im Stadthaus Frankfurt in der neuen Frankfurter Altstadt stellen wir das Programm „Würde im Alter“ der Stadtgesellschaft vor. Die interessanten Fachvorträge sowie ein Boulevard mit vielfältigen Informationen stehen allen Interessierten offen. Am Nachmittag möchten wir mit Besucher:innen, Akteur:innen und Fachleuten ins Gespräch kommen: In einem offenen und interaktiven Format wollen wir diskutieren, welche Themen und Initiativen für Frankfurt aus ihrer Sicht besonders wichtig sind.

Treffen Sie mich persönlich am 29. September ab 14 Uhr zu einer Fahrt im Ebbelwei-Express. Unter dem Motto „Babbeln im EbbelEx“ lade ich Sie ein, auf der Fahrt durch unsere Stadt mit mir ins Gespräch zu kommen. Gern möchte ich mit Ihnen darüber sprechen, wie Sie Gemeinschaft in unserer Stadt erfahren, ob und wie Sie Einsamkeit erleben und welche Ideen Sie für das Miteinander in Ihrer Nachbarschaft haben.

Ich bin sicher, dass Sie in diesem Programmheft wieder zahlreiche und für Sie interessante Angebote finden werden. Nutzen Sie die Gelegenheit – besuchen Sie unsere Aktionswochen Älterwerden in Frankfurt! Denn: „Zusammen sind wir weniger allein!“

### **Ihre Elke Voitl**

Dezernentin für Soziales, Jugend, Familie und Senior:innen