



Anregung

TOP:
Vorlagen-Nummer: **VII/2020/01843**
Datum: 07.10.2020
Bezug-Nummer.
PSP-Element/ Sachkonto:
Verfasser: Senius, Kay
Plandatum:

Beratungsfolge	Termin	Status
Stadtrat	28.10.2020	öffentlich Kenntnisnahme

Betreff: Anregung des Stadtrates Kay Senius SPD-Fraktion zur Ertüchtigung und Ausweitung von Seniorenwegen

Die Stadt Halle (Saale) hat mit den Seniorenwegen in der Heide und den Generationenspielplatz im Pestalozzipark zwei gute Angebote für Senioren auf städtischem Gebiet. Die Anzahl der aktiven Senioren in der Stadt Halle (Saale) wird vermutlich in den nächsten Jahren stetig wachsen.

Vor diesem Hintergrund rege ich an, dass die Stadtverwaltung prüft inwieweit weitere gekennzeichnete Wege markiert und gegebenenfalls auch aufgewertet werden können.

Als positives Beispiel kann man die Kommune Levico Terme in Norditalien nennen. Hier gibt es am Ufer eines Sees einen kleinen Pfad, auf dem mehrsprachige Tafeln (Siehe Abbildung im Anhang) angebracht sind. Auf diesen Tafeln finden sich Übungen zur Stärkung der Kognition, der Stressresistenz aber auch leichte körperliche Übungen. Die Tafeln wurden gemeinsam mit der dortigen Alzheimer Stiftung konzipiert.

gez. Kay Senius
Sozialpolitischer Sprecher
SPD-Fraktion Halle (Saale)

Anhang:

Beispieltafel mit Übung

Alzheimer Trento Italia **UNIF** **Leica Curie**

ESERCIZIO 2

Obiettivo: ciò che non è ascoltato bene non può essere ricordato. L'acutezza uditiva va perfezionata allenandosi, per esempio a distinguere e riconoscere i rumori circostanti.

Esercizio: ascoltate attentamente tutti i rumori che sono presenti nel parco. Cercate di porre l'attenzione ad un solo tipo di rumore alla volta. Ad esempio, ascoltate solo i suoni umani (parole, grida, pianto, riso, ecc.). Fate la stessa cosa per altri rumori che udite (animali, motori, acqua, ecc.).

Variante: ascoltate attentamente tutti i rumori che sono presenti nel parco. Divideteli in gruppi di appartenenza come sopra, e, ad occhi chiusi, cercate di individuare la sorgente dei rumori nello spazio intorno a voi.

Consigli: allenatevi regolarmente ad ascoltare le parole delle canzoni, gli strumenti di un brano musicale, i rumori in luoghi affollati.

EXERCISE 2

Aim: you can't remember what you don't listen well to. Auditive acuity has to be improved by training, for example by recognizing and distinguishing surrounding noises.

Exercise: listen carefully to every noise in the park. Try to pay attention to each sound at the time. For example, listen to human sounds (words, yells, crying, laughers, etc.) and then do the same thing for other sounds you hear (animals, engines, water, etc.).

Variation: listen carefully to every noise in the park. Sort each sound into different groups as above and, with closed eyes, try to find where they come from.

Advices: train yourself regularly in listening to words in songs, instruments in music pieces, sounds in crowded places.

ÜBUNG 2

Ziel: Wenn man etwas nicht richtig zugehört hat, dann erinnert man sich schlecht daran. Das Hörverständnis ist durch Training zu verbessern, zum Beispiel, wenn man Geräusche aus der Umgebung unterscheidet und identifiziert.

Übung: Hören Sie sich aufmerksam alle Geräuschquellen im Park an. Versuchen Sie sich dabei immer nur auf eine einzelne Geräuschquelle zu konzentrieren. Zum Beispiel konzentrieren Sie sich nur auf menschliche Geräusche (Worte, Schreie, Weinen, Lachen, usw.). Wiederholen Sie dies für die anderen Geräuschquellen, die sie hören (Tiere, Motoren, Wasser, usw.)

Variante: Hören Sie aufmerksam alle Geräusche im Park an. Teilen Sie sie in Gruppen wie oben auf und versuchen Sie ihre Quelle in der Umgebung mit geschlossenen Augen zu bestimmen.

Tipps: Üben Sie regelmäßig dem Text eines Liedes, den Instrumenten eines Musikstückes, den Geräuschen in vollen Räumen genau zuzuhören.