

Aktuelles von der IG Golzheim *aktiv*

Das Senioren-Gedächtnistraining in Golzheim: Nicht vergessen!

Am Freitag, 18. März 2011, füllte sich das Golzheimer Pfarrheim mit rund 20 Senioren, die sich fest vorgenommen haben, geistig fit zu bleiben. Zu der Veranstaltung eingeladen hatte die IG Golzheim *aktiv*. Ein aktives Mitglied der Interessengemeinschaft hatte die Idee, diese Veranstaltung anzubieten und das Konzept des Abends zu entwickeln. Hyun Neulen ist ausgebildete Logopädin mit eigener Praxis in Düren. Für Sie gehören Übungen dieser Art zum Alltag. Nach einer kurzen Einführung von Dr. Michael Granitzka über die Funktionsweise des Gehirns aus medizinischer Sicht, stellte Frau Neulen den anwesenden Senioren einige knifflige Aufgaben. In Arbeitsgruppen aufgeteilt wurden gemeinsam Rätsel gelöst, gerechnet und Buchstaben und Begriffe zugeordnet. „Uns war es wichtig, den Senioren zu zeigen, mit welchen Übungen, teilweise aus dem Alltag, sie sich fit halten können. Dafür ist keine spezielle Anleitung nötig. Wichtig ist, dass das Gedächtnis regelmäßig trainiert wird“, erklärt Hyun Neulen. Die Stimmung im Pfarrheim und die Resonanz bei den Teilnehmern war sehr positiv. Weitere Übungen stellt Frau Neulen am 13. Mai um 19.00 Uhr im Pfarrheim vor.

An alle Senioren: Termin nicht vergessen!

Jahreshauptversammlung der IG Golzheim *aktiv* 8. April 19.00 Uhr im Pfarrheim

Der Vorstand der IG Golzheim *aktiv* lädt alle Mitglieder und die, die es werden möchten zur diesjährigen Jahreshauptversammlung ein.

Den Abend wird Michael Granitzka eröffnen mit einem kurzen Beitrag über den Jakobsweg, dessen Route ja bekanntlich durch Golzheim läuft und auch im Golzheimer Wappen zu entdecken ist. Wie bereits im letzten Jahr wird es

anschließend einen kurzen Rückblick auf die Veranstaltungen des vergangenen Jahres geben und eine Ausschau auf die diesjährigen Aktivitäten. Neben den offiziellen Wahlen, gibt es die Gelegenheit Wünsche und Ideen zu äußern und sich über die Aktionen im Dorf miteinander auszutauschen. Im letzten Jahr waren rund 80 der 100 Mitglieder bei der Jahreshauptversammlung. „Diese Resonanz hat uns sehr beeindruckt. Das hat uns gezeigt, dass die Menschen in unserem Dorf die Aktivitäten des Vereins schätzen. Wir würden uns auch in diesem Jahr über eine hohe Teilnehmerzahl sehr freuen,“ erklärt Michael Granitzka, Vorsitzender der IG Golzheim *aktiv*.

Kindersachenbörse und Garagentrödel suchen weitere Helfer

Am Samstag, 19. März 2011 hat wieder mit großem Erfolg die Golzheimer Kindersachenbörse stattgefunden. Alle Stände waren vergeben und die Börse sowie die Cafeteria gut besucht. Auch im Herbst, am Samstag, den 15. Oktober 2011, ist wieder eine Veranstaltung dieser Art geplant. Für die Kindersachenbörse als auch für den Garagentrödel, der am 18. September 2011 stattfinden wird, werden noch Helfer benötigt, die bei der Organisation und Durchführung unterstützen können. Der zeitliche Aufwand ist nicht allzu groß. Eine Stunde für Auf- oder Abbau, für ein paar Einkäufe oder um in der Cafeteria zu helfen. Über eine Kontaktaufnahme freut sich: Susanne Bär, 0171 6931665.

Für Presse-Rückfragen:

Interessengemeinschaft Golzheim aktiv e.V., Nicole Monz,

Telefonnummer: 02275-33 24 24

Mail: presse@golzheimaktiv.de