

"VdK-Mitgliederversammlung: Gemeinsam soziale Netzwerke stärken und durch gegenseitige Hilfe zusammenrücken"

Am Samstag, dem 5. April, versammelten sich die Mitglieder des VdK-Ortsverbandes im evangelischen Gemeindehaus zur Mitgliederversammlung 2025.

Bürgermeister Matthias Renschler, erster Vorsitzender des Ortsverbandes, eröffnete die Veranstaltung mit herzlichen Worten und präsentierte einen Überblick über das Programm.

Im Anschluss gedachte man der Verstorbenen.

Doris Aichele stellte den Tätigkeitsbericht und Dagmar Criegee den Kassenbericht für das Geschäftsjahr 2024 vor.

Der Kassenprüfer Herbert Hügens bestätigte die einwandfreie Kassenführung und übernahm die Entlastung der Vorstandschaft, die einstimmig und ohne Enthaltungen erfolgte.

Frau Andrea Münch, Leiterin der IAV-Beratungsstelle der Stadt Walldorf hielt einen Vortrag mit dem Thema: "Ein guter Plan fürs Alter". Frau Münch hob hervor, dass das Leben zwar nicht planbar sei, aber aktiv und selbstbestimmt gestaltet werden könne. Mit Hilfen, Gesundheitspflege, Mobilität sowie sozialen Kontakten und Teilhabe lasse sich Lebensqualität bewahren. Frühzeitige Regelungen zu Einstellungen, Wohnform, Vorsorge und Unterstützung seien entscheidend. In Zeiten des demografischen Wandels und Fachkräftemangels gewinne soziale Vernetzung, Zusammenhalt und gegenseitige Hilfe zunehmend an Bedeutung. Die IAV-Beratungsstelle bietet kostenfreie, vertrauliche Unterstützung, um Krisen frühzeitig zu vermeiden und die Lebensqualität älterer Menschen zu sichern.

Herr Alfred Stricker präsentierte das Bewegungstraining „Lifekinetik“, das er an der Volkshochschule (VHS) Wiesloch unterrichtet. Das Training fördert die Bildung neuer Verknüpfungen im Gehirn und verbessert selbst im Alter die geistige Flexibilität sowie die Bewegungskontrolle. Theorie und Praxis des Programms wurden durch praktische Übungen veranschaulicht. Herr Stricker kündigte an, die Kurse künftig an der VHS Walldorf anzubieten und er ist außerdem bereit einen Kurs gezielt für VdK-Mitglieder auszurichten. VdK-Mitglieder sind hierzu herzlich eingeladen.

Den Abschluss der Veranstaltung bildete ein gemütliches Beisammensein.