

# Schrittweise im Alter Kontakte knüpfen

## Projekt bietet Rundgänge an

**Minden** (mt/lkp). „Schritt für Schritt im Mühlenkreis“ ist ein Projekt der Selbsthilfe-Kontaktstelle, der Freiwilligen-Agentur Minden (beide Pari-Sozial Minden-Lübbecke/Herford), des Treffpunkts Johanniskirchhof in Minden und des Kreises Minden-Lübbecke. Idee und Ziel des Projekts ist, dass ältere, insbesondere allein lebende Menschen,

über die begleiteten Spaziergänge motiviert werden, sich gemeinsam mit anderen zu bewegen und auszutauschen. Weiterhin können soziale Kontakte zu anderen Menschen aufgebaut und vertieft werden.

Zwölf Rundgänge wurden im vergangenen Jahr in Minden angeboten und weitere fünf in Espelkamp. Zwischen

46 und 84 älteren Menschen nahmen allein in Minden pro Rundgang teil.

In diesem Jahr läuft das Projekt in Minden wieder jeden zweiten und vierten Donnerstag im Monat. Treffpunkt ist wiederum der Johanniskirchhof in Minden. Der erste Rundgang ist für den 9. April geplant, der letzte Rundgang ist am 24. September.