

# **Begleitete Spaziergänge in der Weihnachtszeit**

**BIAzza-NordWest bietet an Weihnachten begleitete Spaziergänge für alleinlebende Senior\*innen in Niederursel, Heddernheim und in der Nordweststadt an!**

Gerade in der Winterzeit, wenn es früh draußen dunkel wird, gehen viele ältere Menschen nicht gern alleine spazieren. Ein Spaziergang an der frischen Luft fördert aber nicht nur die Mobilität und Beweglichkeit, er wirkt sich auch positiv auf das seelische Befinden aus. Um der coronabedingten Vereinsamung älterer Menschen, gerade auch über die Weihnachtsfeiertage, entgegenzuwirken, bietet BIAzza-NordWest begleitete Spaziergänge an.

## **Anmeldung**

Die Termine werden, soweit verfügbar, für den zweiten Weihnachtsfeiertag oder den darauffolgenden Sonntag vereinbart. Wer an einem begleiteten Spaziergang interessiert ist und einen Termin vereinbaren möchte, kann sich von Montag, 21.12., bis Mittwoch, 23.12., zwischen 9 und 13 Uhr bei Projektkoordinatorin Sandra Erb melden: 069-2475149-6920, [sandra.erb@diakonie-frankfurtoffenbach.de](mailto:sandra.erb@diakonie-frankfurtoffenbach.de)

**Das Angebot ist kostenfrei. Dauer je Spaziergang rund 60 Minuten.**

Die aktuellen Kontaktbeschränkungen erlauben den Aufenthalt von zwei Personen aus verschiedenen Haushalten in der Öffentlichkeit. Der urbane Spaziergang findet mit Abstand und unter Einhaltung der AHA-Regeln statt.

[Mehr über das Angebot von BIAzza-NordWest erfahren Sie hier.](#)