



**Landesvereinigung für Gesundheitsförderung
in Schleswig-Holstein e.V.**

Flämische Str. 6-10, 24103 Kiel
Tel.: 0431/ 94 2 94, Fax: 0431/ 94 8 71
gesundheit@lvqfsh.de
www.lv-gesundheit-sh.de



Pressemitteilung

8/2011



„Am Ball bleiben“

Modellprojekt der Landesvereinigung für Gesundheitsförderung in der AWO WOHNpflege Elmshorn motiviert zur Bewegung im Sitzen für hochbetagte mobilitätseingeschränkte Menschen

Kiel/Elmshorn – 4. April 2011. Seit Februar heißt es in der AWO WOHNpflege Elmshorn jeden Donnerstag „Am Ball bleiben“. Das Angebot der Landesvereinigung für Gesundheitsförderung in Schleswig-Holstein e.V. findet im Rahmen des Projektes Bewegung im Norden statt und möchte hochbetagte Menschen zu mehr Bewegung und damit auch mehr Lebensfreude motivieren.

Motopädagogin Maike Frömming aus Elmshorn von der Fachschule für Motopädagogik IBAF gGmbH Neumünster führt mit den hochbetagten, mobilitätseingeschränkten und zum Teil auch demenziell erkrankten Bewohnerinnen und Bewohnern Bewegungsübungen im Sitzen durch.

Die nächste Bewegungsstunde findet am **Donnerstag, den 7. April 2011 um 10.00 Uhr** in der AWO WOHNpflege, Hamburger Str. 129, 25337 Elmshorn statt.

Die 20 - 26 Seniorinnen und Senioren, die jede Woche dabei sind, haben viel Spaß bei den Bewegungseinheiten. Mit Softbällen, Frisbeescheiben und einem Schwungtuch werden unterschiedliche Sinne und die Motorik angesprochen. Besonders gefallen den Teilnehmerinnen und Teilnehmern die Freude, die sie gemeinsam haben und die leuchtenden Farben der Materialien.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer bleiben so spielerisch in Bewegung und singen auch gerne mal ein Lied bei den Übungen. Die Freude auf die nächste Stunde ist jede Woche groß. So sagte die Bewohnerin der AWO WOHNpflege Frau W. (83 Jahre): „Jetzt bin ich wieder ordentlich in Bewegung gekommen!“ und Frau M. (75 Jahre) fügte hinzu: „Und das wir so viel Spaß dabei haben gefällt mir sehr.“ Auch den Satz „Dann wollen wir uns heute mal wieder was Gutes tun!“ hörte man vor Beginn der Bewegungsstunde bereits öfter.

Parallel zum laufenden Kurs werden die Betreuungskräfte der AWO WOHNpflege im Bereich Sinneswahrnehmung und Bewegung geschult, so dass sie das Bewegungsangebot nach dreimonatiger Einführung als Dauerangebot weiter führen können. Ganz besonders hervorzuheben ist das große Interesse und die Offenheit des AWO-Teams für neue Ideen, um die Bewohnerinnen und Bewohner zur Bewegung zu motivieren.

„Am Ball bleiben“ ist eines von mehreren Angeboten der Landesvereinigung für Gesundheitsförderung im Rahmen des „Zentrums für Bewegungsförderung Nord – Bewegung im Norden“. Kooperationspartner ist das Institut für Berufliche Aus- und Fortbildung (IBAF). Das Projekt „Bewegung im Norden“ wird im Rahmen von "In Form" -Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung vom Bundesministerium für Gesundheit finanziell gefördert. Nähere Informationen zu den Projekten der Landesvereinigung im Rahmen von Bewegung im Norden unter www.lv-gesundheit-sh.de /Arbeitsschwerpunkte / Bewegung im Norden.

Weitere Informationen unter:
www.bewegung-im-norden.de,
www.bewegung-foerdern.de und
www.in-form.de.

Mehr Infos:

Landesvereinigung für Gesundheitsförderung in Schleswig-Holstein e.V. (LVGF)
Flämische Straße 6-10, 24103 Kiel
Geschäftsführerin/Ansprechpartnerin: Dr. Elfi Rudolph
Tel: 0431/94 2 94 - Fax: 0431/9 48 71
E-Mail: gesundheit@lvgfsh.de
www.lv-gesundheit-sh.de

Kontakt AWO WOHNpflege Elmshorn:

Hamburger Str. 129, 25337 Elmshorn
Ergotherapeutin Rosemarie Häggmark
Tel: 04121-4617 0