

Ziel

Das Projekt knüpft nahtlos an das Bewegungsprojekt „Move it – Bewegung im Quartier“ an (Projektlaufzeit 2020-2022), das neben einer allgemeinen Bewegungsförderung, die Sensibilisierung der Bewohner*innen für Gesundheitsthemen anstrebt, um eine damit verbundene Verbesserung des persönlichen Wohlbefindens und der Lebensqualität zu erreichen.

Durch die Weiterführung des Projektes wird bereits Aufgebautes und in Entstehung befindliches weitergeführt und etabliert, Netzwerke und Projektbausteine verfestigt und ein regelmäßiges Weiterführen (Beteiligung der Bewohner*innen) ermöglicht.

Bausteine

- ✿ Schaffung und Weiterführung von Bewegungsangeboten entlang des Boulevards Kastanienallee unter Einbezug der neuen Sport- und Bewegungselemente
- ✿ Anleitung von regelmäßigen Sportgruppen durch Übungsleiter*innen
- ✿ Zielgruppenspezifische und zielgruppenübergreifende Angebote
- ✿ Übersicht über regelmäßige Bewegungsangebote im Quartier (u.a. mittels APP, direkte Ansprache)
- ✿ Sensibilisierung für das Thema „Warum ist Bewegung wichtig?“ auf Festen, in Schulen etc.

Ausgangssituation

Eine Befragung der Bewohner*innen hatte den Wunsch nach mehr Bewegungsangeboten für alle Altersstufen gezeigt. Sie möchten von sich aus mehr für ihre eigene Gesundheit tun. Die äußeren Rahmenbedingungen vor Ort, diesen Bedarf zu decken und dem gesamt-gesellschaftlichen Problem von Übergewicht und Bewegungsmangel zu begegnen, sind im Vergleich zu anderen Quartieren sehr gut.

Die BEGSpO erarbeitete während Corona neue und kreative Konzepte für draußen, die an die jeweils geltenden Kontaktbeschränkungen kurzfristig angepasst wurden und weiterhin werden.

Träger

Berliner Gesellschaft für Gesundheit durch Sport gUG (BEGSpO)

Handlungsfeld

Nachbarschaft, Integration, Gemeinwesen

Zielgruppe(n)

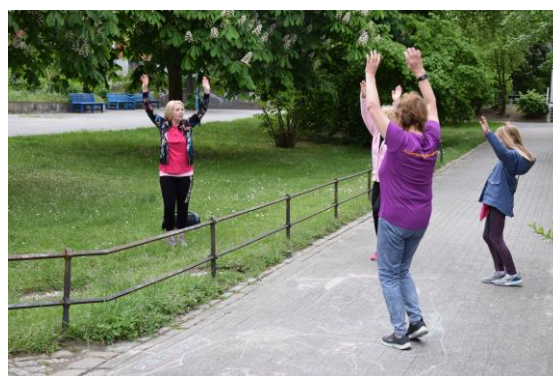
Ältere Menschen ab 60 Jahren, Männer, Familien mit Kindern, Nachbarschaft

Laufzeit

01.04.2022 – 30.06.2024

Fördersumme

60.000 €



Projektverlauf | Meilensteine

Ab 04/2022 und dann fortlaufend

- ✿ Regelmäßige Bewegungsangebote (bedarfsorientiert)
- ✿ Actionbound (Prinzip Schnitzeljagd, mit Aufgaben, Fragen und Sportübungen)

Aufbau und Festigung Stammtisch

- ✿ Gesundheitsstammtisch (6x/Jahr, jeden 2. Monat)

Einmalige Veranstaltungsreihe 2022 + 2023

- ✿ Fette-Reifen-Event (im Juli)
- ✿ Familiensportfest (September-Oktober)

06/2024

- ✿ Projektabschluss / Familiensportfest (Juni 2024)