Bildnachweis: Wasserfreunde Spandau 04 e. V.

Bewegen und Reden in Spandau

Bezirk: Spandau
Handlungsraum: GI Falkenhagener Feld/Spandauer Neustadt

Projektlaufzeit: 01.02.2022 – 31.01.2024
Projektbudget: 59.684,22 Euro

Mit vielfältigen Maßnahmen arbeitet der Bezirk Spandau kontinuierlich an der Verbesserung der Gesundheitschancen, der Förderung gesellschaftlicher Teilhabe und an der Förderung des sozialen Zusammenhalts – insbesondere für ältere Menschen. Mit den Auswirkungen der Coronapandemie gilt die gesundheitliche Entwicklung älterer Menschen als stärker gefährdet, vor allem, wenn sie sich in sozial benachteiligten Lebenslagen befinden. Über das Thema „Bewegung" kann dem entgegengewirkt werden. Der Verein Wasserfreunde Spandau e. V. hat ein Präventionskonzept entwickelt, dass die Themen Teilhabe und Bewegungsförderung verknüpft. Das Konzept ist damit in den bezirklichen Gesundheitszieleprozess „Gesund aufwachsen, leben und älter werden in Spandau" eingebettet.

Projektbeschreibung

Mit dem Projekt wird ein offenes Angebot geschaffen, dass ältere Menschen motiviert, sich sowohl körperlich zu betätigen als auch sozial Anschluss zu finden. Die körperliche Mobilisierung ermöglicht den Teilnehmenden einen gesünderen und müheloseren Alltag. Mit dem Redeanteil wird die Sozialkompetenz gestärkt und der Anschluss zu anderen Teilnehmenden ermöglicht. Bei Unterstützungsbedarf und Problemen der Teilnehmenden können mit der sozialpädagogischen Begleitung lokale Hilfsangebote vermittelt und Lösungen erarbeitet werden.

Zielgruppe

Ältere Menschen

Handlungsfelder

Bewegung, Entspannung, Stärkung von Gesundheits- und Lebenskompetenzen

Lebenswelt

Stadtteilzentrum, öffentlicher Raum

Ziele

- Körperliche Mobilisierung für ältere Menschen
- Soziale Teilhabe für ältere Menschen

Download Projektsteckbrief

+ Welche Akteur*innen/ Kooperationspartner*innen begleiten das Projekt inhaltlich und strategisch? Mit wem sind Sie vernetzt?

Maßnahmen

- Verschiedene Angebote des Nachbarschaftssports, flankiert mit einer sozialpädagogischen Ansprache, sozialarbeiterischer Beratung und Vernetzungsmöglichkeiten mit anderen Menschen aus der Nachbarschaft

Good Practice Kriterien

Setting-Ansatz, niedrigschwellige Arbeitsweise, Partizipation, Empowerment, Qualitätsmanagement

Einblicke

- Der Verein Wasserfreunde Spandau 04 ist weltweit bekannt durch seine Stärke im Wasserball mit über 100 nationalen und internationalen Titeln und vielen Erfolgen im Individualsport im und auf dem Wasser.
- Das Bewegungsangebot erfolgt durch eine erfahrene Trainerin des Rehasports.
- Das Projekt – hier vor allem die sozialarbeiterische Komponente – erfolgt in Kooperation mit den Stadtteileinrichtungen im Quartier.
- Im Rahmen des Projekts können mehrere Angebote zu Mobilisation/Bewegung gestellt werden.
- Die Ergebnisse des Projekts werden in einer Konzeptmappe für Interessierte festgehalten.

+ Welchen Nutzen hat das Projekt für die Bewohnenden im Stadtteil?

+ Wie kam das Projekt zustande?

Kontakt

Organisation: Wasserfreunde Spandau 04 e. V.
Anschrift: Hanns-Braun-Straße, 14053 Berlin

E-Mail: sven.spannekrebs@spandau04.de
Website: www.spandau04.de

Diesen Beitrag teilen

Weitere Projekte

Bewegung für Ältere rund um die Heerstraße

Gesund & Fit im AVA-Kiez

Bewegung für Ältere in Marzahn und Hellersdorf Nord

Anschrift

Gesundheit Berlin-Brandenburg e. V.
Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit Berlin
Friedrichstr. 231
10969 Berlin

Links

Förderung
Realisierte Projekte
Katalog qualitätsgesicherter Projekte
Qualitätsentwicklung
Kooperationsförderung
Aktuelles

Kontakt

Nils Stakowski
T: 030 – 44 31 90 78
M: stakowski@gesundheitbb.de

Boris Metz
T: 030 – 44 31 90 967
M: metz@gesundheitbb.de