



Bildnachweis: CHANCE BJS gGmbH\*

## Fit – Fahrrad ist toll

Bezirk: Pankow

Handlungsraum: Benn Weißensee

Projektlaufzeit: 01.04.2022-31.03.2024

Projektbudget: 32.000,00 Euro

Im Handlungsraum befinden sich verschiedene Gemeinschaftsunterkünfte mit Geflüchteten bzw. geflüchteten Familien, die wenig Bewegungsangebote nutzen und in der Regel auch meistens nicht aus dem Sozialraum herauskommen. Ebenso ist der Stadtteil geprägt durch viele einkommensschwache Familien und

Ein-Eltern-Familien. Vielfach ist eine Bewegungsarmut festzustellen. Zudem leben im Stadtteil eine größere Anzahl an älteren Bewohnenden, deren Mobilität eingeschränkt ist.

### Projektbeschreibung

Im Projekt „Fit – Fahrrad ist toll“ in Pankow werden vielfältige Aktionen rund um das Thema Radfahren im Pankower Stadtteile Weißensee durchgeführt. Die verschiedenen Akteure und Einrichtungen im Stadtteil Weißensee beteiligen sich, um für die unterschiedlichen Zielgruppen im Handlungsraum passgenaue Aktionen anzubieten. Hierbei werden nicht nur die Bewohnenden in der Gemeinschaftsunterkunft vor Ort angesprochen, sondern auch die alteingesessene Bevölkerung.

### Ziele

- Gesundheitsförderung durch Bewegung
- Motivation und Förderung des Empowerments zur Fahrradnutzung über den Sozialraum hinaus
- Förderung der klimagerechten Mobilität
- Sicherheit im Straßenverkehr – per Fahrrad und auch zu Fuß – verbessern
- Kompetenzvermittlung im Bereich Radfahren
- Stärkung des Miteinanders in der eigenen Peergroup und damit einhergehende Selbstwertsteigerung
- Stärkung des Miteinanders und damit Vorbeugung von Vereinsamung und Stärkung der psychischen Gesundheit
- Kennenlernen der Umgebung über den eigenen Kiez hinaus

### Zielgruppe

Ältere/ alte Menschen, werdende, junge Familien mit Kindern, Alleinerziehende, Kinder/ Jugendliche im Alter ab 5 Jahren, junge Erwachsene im Alter von 18 bis 25 Jahren, Menschen mit Migrationsgeschichte, Frauen und Mädchen / interkulturelle Gruppen

### Maßnahmen

- Zurverfügungstellung von Fahrrädern
- Trainings und Übungsmöglichkeiten zum Fahrradfahren für Menschen mit Fluchterfahrungen
- Verkehrserziehung (für verschiedene Altersgruppen)
- Fahrradreparaturkurse
- Gemeinsame Fahrradausflüge
- Nutzung digitaler Plattformen und Informationen zur eigenständigen Umsetzung von Maßnahmen

### Handlungsfelder

Bewegung, Stärkung von Gesundheits- und Lebenskompetenzen

### Lebenswelt

Stadtteilzentrum, Familienzentrum, Öffentlicher Raum, Gemeinschaftsunterkunft

### Good Practice Kriterien

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



Download Projektsteckbrief

### Kontakt

Organisation: Chance – Bildung, Jugend und Sport BJS gGmbH  
Anschrift: Allee der Kosmonauten 33, 12681 Berlin

Tel: 030/35304960  
E-Mail: [info@chance-berlin.com](mailto:info@chance-berlin.com)  
Website: [www.chance-berlin.com](http://www.chance-berlin.com)

Diesen Beitrag teilen

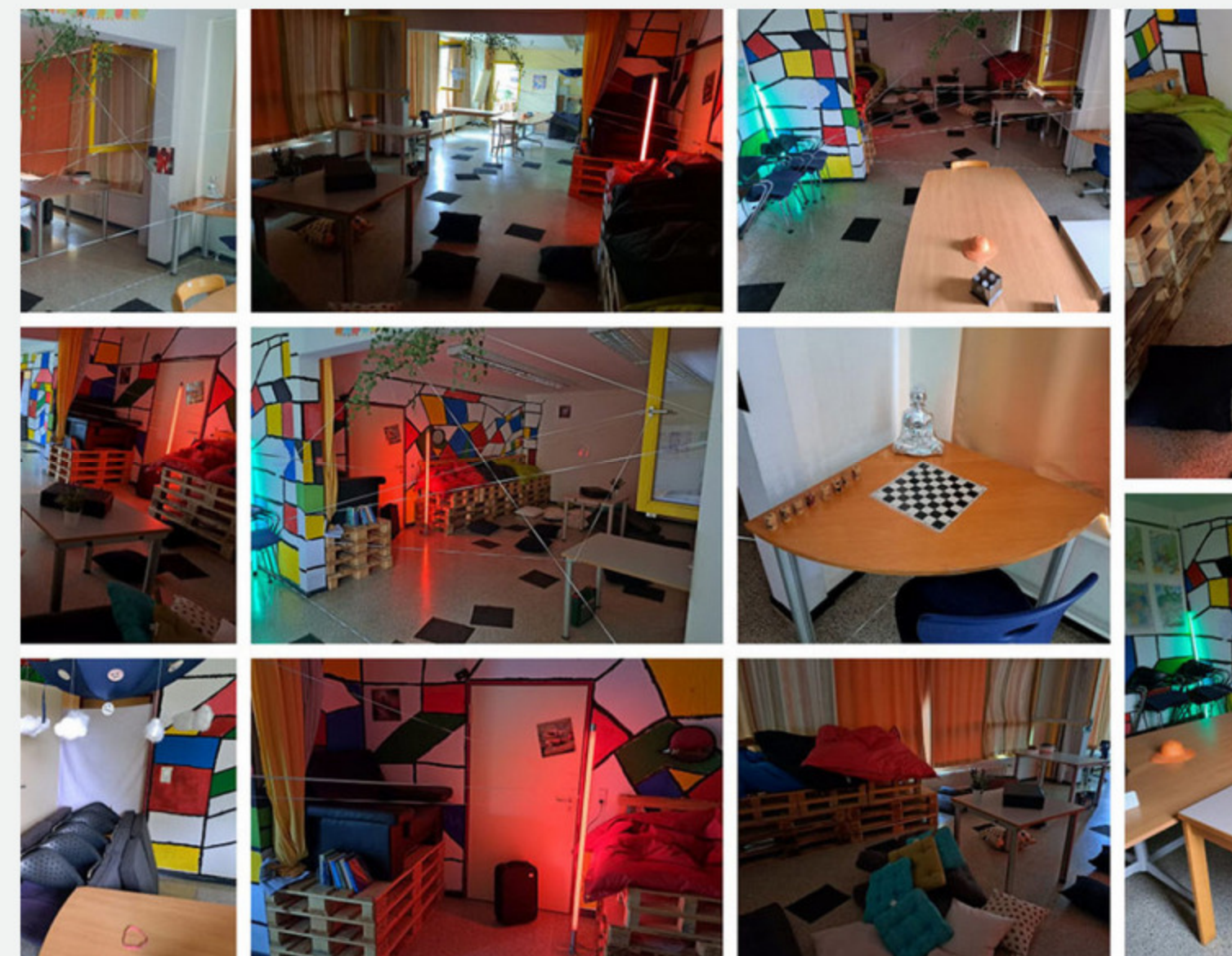


### Weitere Projekte



Platzhalter Bild wird in Kürze aktualisiert

Zeit für dich! – Psychosoziale Entlastungsangebote für Alleinerziehende



Escaperoom in der „Alten Feuerwache“



Bewegung für Ältere rund um die Heerstraße

#### Anschrift

Gesundheit Berlin-Brandenburg e. V.  
Kordinierungsstelle 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](mailto:stakowski@gesundheitbb.de)  
  
Boris Metz  
T: 030 – 44 31 90 967  
M: [metz@gesundheitbb.de](mailto:metz@gesundheitbb.de)