

Gesundheitsprojekt

Move it - Bewegung im Quartier



QUARTIERSMANAGEMENT
Boulevard Kastanienallee

Projektfonds

2019

Ziel

Eine allgemeine Bewegungsförderung sowie die Sensibilisierung der Bewohner*innen für Gesundheitsthemen (wie z.B. gesunde Ernährung) sollen angestrebt werden, um eine damit verbundene Verbesserung des persönlichen Wohlbefindens und der Lebensqualität zu erreichen. Durch niedrigschwellige Angebote im öffentlichen Raum sollen den Bewohner*innen verschiedener Altersgruppen Mitwirkungsmöglichkeiten eröffnet werden.

Bausteine

- ✿ Schaffung von Bewegungsangeboten entlang des Boulevards Kastanienallee unter Einbezug der geplanten Elemente von bwgt e.V. (z.B. Parcours für Fitness und zum Balancieren)
- ✿ 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 hat den Wunsch nach mehr Bewegungsangeboten für alle Altersstufen zum Ausdruck gebracht. Sie möchten von sich aus mehr für ihre eigene Gesundheit tun. Die äußeren Rahmenbedingungen vor Ort, diesen Bedarf zu decken und dem gesamtgesellschaftlichen Problem von Übergewicht und Bewegungsmangel zu begegnen, sind im Vergleich zu anderen Quartieren sehr gut. Rund um den Boulevard Kastanienallee sind reichlich Grünflächen vorhanden, Spielplätze angelegt und weitere Bewegungselemente im Rahmen der großen Umgestaltung des Boulevards im Entstehen. Diese Voraussetzungen sollen aufgegriffen werden. Eine gezielte Bedarfsanalyse unter den Bewohner*innen soll Einfluss auf die Art und den zeitlichen Rahmen der Angebote haben.

Träger Berliner Gesellschaft für Gesundheit durch Sport gUG

Handlungsfeld Nachbarschaft (Kultur, Gemeinwesen, Integration, Gesundheit)

Zielgruppe(n) Ältere Menschen ab 60 Jahren, Männer, Familien mit Kindern, Nachbarschaft

Laufzeit 2020 - 2021

Fördersumme 70.000 €



© BZgA – AlltagsTrainingsProgramm - A. Bowinkelmann



© BZgA – AlltagsTrainingsProgramm - A. Bowinkelmann



© bwgt e.V.



Projektverlauf

- ✿ Die gezielten Bewegungsangebote erfolgen in Abhängigkeit der Ergebnisse aus der Bedarfsanalyse, die von Okt.-Dez. 2019 im Vorfeld des Projektes stattfindet und mit Geldern der Clearingstelle Gesundheit finanziert wird.

Meilensteine in 2020

- ✿ Beginn des 1. Bewegungsprojektes (Januar / Februar 2020)
- ✿ Beginn des 2. Bewegungsprojektes (April 2020)
- ✿ Ü-50-Fußballcup für Männer (September 2020)
- ✿ Sportfest mit Möglichkeit zum Sportabzeichen/AFT (September 2020)

Meilensteine in 2021

- ✿ Start des Radprojekts (Februar 2021)
- ✿ Start mit weiteren Bewegungsangeboten (April / Mai 2021)
- ✿ Bewegungsfest am „Tag der Nachbarschaft“ (Mai 2021)
- ✿ Sport im Park (Mai 2021)
- ✿ Sportfest mit Möglichkeit zum Sportabzeichen/AFT (September 2021)