

PRESSEMITTEILUNG

Lebensräume zu Bewegungsräumen gestalten

Neue Broschüre „Aktiv und gesund altern – Bewegungsförderung“ erschienen

Dresden, 11. November 2015. Der Verband Sächsischer Wohnungsgenossenschaften e. V. (VSWG) hat zusammen mit der Sächsischen Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e. V. (SLfG) im Rahmen der Kooperation zum sächsischen Gesundheitsziel Aktives Altern und dem integrativen Versorgungs- und Dienstleistungsnetzwerk Chemnitz+ eine neue Broschüre zum Thema „Aktiv und gesund altern – Bewegungsförderung“ herausgegeben. Die Publikation wurde vom Bundesministerium für Bildung und Forschung und dem Sächsischen Staatsministerium für Soziales und Verbraucherschutz gefördert. Sport und Bewegung ist vor allem bei älteren Menschen ein wichtiger Aspekt, um ein aktives Altern zu fördern. Die Broschüre zur Bewegungsförderung knüpft hier an und stellt viele Bewegungsangebote in Sachsen aus der Praxis vor. Insbesondere bei älteren Menschen kann das gesundheitliche Wohlbefinden verbessert und somit schwere Stürze verhindert werden. Damit erhalten sie langfristig ihre Selbstständigkeit und können in ihrer gewohnten und vertrauten Umgebung alt werden.

Die Broschüre beleuchtet das Thema der Bewegungsförderung aus vier Perspektiven:

Bewegungsförderung aus dem Blickwinkel ...

- ... der Gesundheit und des Sports
- ... der Wohnung und Wohnumgebung
- ... von Bund, Land und Kommune
- ... der Praxis.

Die druckfrische Broschüre „Aktiv und gesund altern – Bewegungsförderung“ zeigt am Beispiel von Chemnitz+¹ unter Projektleitung des Verbandes Sächsischer Wohnungsgenossenschaften e. V. (VSWG) wie Lebensräume zu Bewegungsräumen gestaltet werden können. Die Wohnung wird durch die Vernetzung relevanter Akteure innerhalb der Region, deren intelligente Anbindung an den Lebensraum und durch entsprechende Gestaltungskonzepte zum GESUNDHEITSSTANDORT WOHNEN weiterentwickelt. Dabei ist die Bewegungsförderung auch zum Erhalt der Mobilität und zum Knüpfen sozialer Kontakte ein wichtiger Teil des selbstbestimmten Lebens.

¹ weitere Infos zum Projekt „Chemnitz+“ unter: www.zukunftsregion-sachsen.de

Ferner wird z. B. das Generationenspiel „Gemeinsam gesund“ vorgestellt, welches von der Sächsischen Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e. V. (SLfG) entwickelt und vom Sächsischen Staatsministerium für Soziales und Verbraucherschutz finanziert wurde. Es ist als konkretes Angebot für Kitas und Einrichtungen der Seniorenarbeit gedacht, die im Bereich des intergenerativen Ansatzes arbeiten. Dabei steht der Aspekt, das Miteinander von Jung und Alt zu unterstützen, im Vordergrund. Auf spielerische, interaktive Art und Weise soll der Austausch der Generationen gefördert und zu einem gegenseitigen voneinander Lernen angeregt werden. Das Generationenspiel „Gemeinsam gesund“ kann bei der SLfG ausgeliehen werden.

Wir wollen Akteuren im Sozialraum damit Anregungen geben, sich zum Thema Bewegung zu informieren und sie damit anregen, weiter gute Beispiele im Rahmen der Bewegungsförderung umzusetzen.

Die Broschüre können Sie [>>>HIER<<](#) als PDF herunterladen.

Die 219 im Verband Sächsischer Wohnungsgenossenschaften e. V. (VSWG) organisierten Wohnungsgenossenschaften sind ein bedeutender Faktor im sächsischen Wohnungsmarkt. Sie bewirtschaften mit insgesamt 278.743 Wohneinheiten 20,9 Prozent des gesamten Mietwohnungsbestandes im Freistaat Sachsen und bieten damit rund einer halben Million Menschen ein zukunftssicheres Zuhause. Als Unternehmen erwirtschaften sie mit den jährlichen Umsatzerlösen in Höhe von 1,13 Milliarden Euro einen Anteil von 1,2 Prozent am sächsischen Bruttoinlandsprodukt und sind für rund 2.400 Mitarbeiter und 65 Auszubildende ein verlässlicher Arbeitgeber und sichern gleichzeitig Aufträge sowie Arbeitsplätze in vielen weiteren der Wohnungswirtschaft flankierenden Branchen.

Bei Rückfragen wenden Sie sich bitte an:
Verband Sächsischer Wohnungsgenossenschaften e. V.
Alexandra Brylok (Referentin Soziales und Projekte)
Telefon: 0351 80701-51, Mobil: 0171 8670121, E-Mail: brylok@vswg.de