Runter vom Sofa

Nachbarschaftsverein Win will Menschen in Empelde in Bewegung bringen

Von Uwe Kranz



Freuen sich auf das Projekt: Friederike Erhart (Mitte) mit Sportwissenschaftlerin Lea Waldeck (links) und Fitnessökonomin Nico Volker.Foto: Jonas Gonell

Empelde. Der Verein Wohnen in Nachbarschaften (Win) plant ein neues Projekt im Quartierstreff Empelde: "Runter vom Sofa! Gemeinsam bewegen in Empelde" soll die Empelder aktivieren und gemeinsam in Bewegung bringen. Bei der Eröffnungsveranstaltung können sich Interessierte, die sich ehrenamtlich engagieren möchten, über das Projekt informieren. Als Termin wurde Sonnabend, 25. Februar, von 11 bis 13 Uhr und als Alternative Donnerstag, 2. März, um 17.30 Uhr auserkoren. Ort des Geschehens ist der Quartierstreff, Löwenberger Straße 22, in Empelde.

Spiel, Spaß und Freude

Das Projekt soll die Menschen in Empelde einladen, sich mehr zu bewegen und gemeinsam Neues zu erleben. Es geht um Spiel, Spaß und Freude – draußen, auf Spielplätzen, auf Wiesen und überall da, wo es

geht, heißt es aus dem Quartierstreff. Dafür werden Ehrenamtliche gesucht, die Interesse an "Gesundheit und Bewegung" haben. In einer Qualifizierung zum Bewegungspaten erhalten diese Ehrenamtlichen das notwendige Basiswissen für diese interessante Aufgabe.

In der Schulung wird es um Übungen und Spiele gehen, die dann in der Praxis umgesetzt werden können. Erste-Hilfe, Kommunikation, Motivation und Umgang mit Konflikten sind weitere Punkte der Qualifizierung, die eine Sportwissenschaftlerin und ein Fitnessökonomen leiten. Jeder kann mitmachen, die Ehrenamtlichen müssen keine Sportskanonen sein. Die Termine für die Ausbildung erfahren Interessierte während der Eröffnungsveranstaltung.

Und dann geht's raus ins Quartier: Ab Frühling werden die Ehrenamtlichen dann aktiv und bieten kostenfreie Spiel-, Sport- und Bewegungsangebote im öffentlichen Raum an. Da können dann auch alle anderen mitmachen: Kinder, Jugendliche und Erwachsene sind eingeladen, gemeinsam in Aktion zu kommen.

Krankenkasse fördert Projekt

Der Verein Win verfolgt mit dem Projekt das Ziel, ein weiteres Angebot schaffen, um Menschen zusammenzubringen und miteinander zu vernetzen. Dabei soll es um Begegnung und Soziales, Verringerung von Einsamkeit, aber auch um Gesundheitsförderung gehen. Nicht nur Letzteres führt dazu, dass die AOK Niedersachsen das Projekt im Rahmen ihres Programms "Gesundheit im Quartier", fördert. Die Angebote werden für die Teilnehmer kostenfrei und offen für alle Menschen sein.

Und es geht auch um Ehrenamt. Die KSG Hannover hat in einer Befragung ihrer Mieterinnen und Mieter herausgefunden, dass sich viele Menschen aus Empelde vorstellen könnten, sich ehrenamtlich in ihrem Quartier zu engagieren. Der von der KSG initiierte Verein Win schafft mit "Runter vom Sofa! Gemeinsam bewegen in Empelde" dafür das passende Angebot.

Alle Informationen über das Win-Projekt sind im Internet unter www.win-e-v.de zu finden. Der Quartierstreff des Vereins befindet sich an der Löwenberger Straße 22 in Empelde. Fragen zum Thema beantwortet auch die Quartiersmanagerin Friederike Erhart unter Telefon (05 11) 8604213 oder per E-Mail an erhart@win-e-v.de.