

Schulungsmaßnahme: **Bewegungsbegleiter*innen – 3000 Schritte**

In vielen Studien werden individuelle Risikoprofile betrachtet. Bewegungsmangel wird stets genannt. Für Sportvereine ist es eine große Herausforderung ältere Neu- oder Wiedereinsteiger für Angebote in der Sporthalle zu motivieren. Von daher wird in Kooperation mit lokalen Akteuren (Senioren- und PflegeStützpunkt, Kultur- und Heimatpflegevereine, Sportvereine, Seniorentreffpunkte) vor Ort ein leicht zugängliches Bewegungsangebot in unmittelbarer Nähe zum Wohnumfeld erarbeitet – Spazierrouten bzw. Themenwege.

In Hattorf und Hehlingen werden die ersten Spazierthemenrouten für „3000 Schritte – Bewegungsbegleiter“ erarbeitet.

Bewegungsbegleiter*innenausbildung: 25. und 26. Januar 2019

Auskunft/Informationen: Senioren- und PflegeStützpunkt Wolfsburg – Gerda Kamphaus (Tel.:05361/282750), GSV(Gesundheitssportverein) Wolfsburg - Gitti Fahse, Turnkreis Wolfsburg – Gisela Wacker und Nieders. Turner Bund – Tina Pfitzner.