

Gemeinsame Pressemitteilung

BIB-Bewegungsprogramm© für Senioren: Startschuss für die Angebote zur Gesundheitsförderung im Schlosspark Berlin-Buch, Volkspark Prenzlauer Berg, Brosepark und Weisser See

Berlin, 4. Juni 2021. Der QVNIA e.V. hat mit dem Projekt Bewegung im Bezirk, kurz BIB, für ältere Menschen in Pankow ein Angebot geschaffen, das sich inzwischen seit fast drei Jahren großer Beliebtheit erfreut. Während der Pandemie hat sich gezeigt, wie wichtig es gerade für das Wohlergehen älterer Menschen ist, miteinander aktiv zu sein, im Austausch zu bleiben und konkrete qualifizierte Ansprechpartner zu haben. In Pankow kann nach coronabedingter Pause auch das BIB-Bewegungsprogramm© für Senioren mit erweitertem Angebot wieder in den ersten vier Parkanlagen stattfinden. Angebote in weiteren drei Bezirksräumen folgen. Initiiert und verantwortet wird BIB – Kommunale Bewegungsförderung für Ältere im Bezirk Pankow“ vom Verein Qualitätsverbund Netzwerk im Alter e.V. (QVNIA e.V.). Das von Sportwissenschaftlern entwickelte Bewegungsprogramm als ein Baustein von BIB wird von speziell geschulten Trainern durchgeführt. Vorkenntnisse oder besondere sportliche Fitness sind für die Teilnahme nicht erforderlich. Neben der Bewegung soll auch der soziale Austausch zwischen den Teilnehmern gefördert werden. Das Bewegungsangebot richtet sich an Senioren ab dem 65. Lebensjahr, die Teilnahme ist kostenfrei. Um Anmeldung vorab wird dringend gebeten. Zum Programmstart 2021 wurde u.a. eigens eine Broschüre aufgelegt und eine Homepage errichtet, in der alle Informationen nachzulesen sind. Die Broschüre kann kostenfrei beim Qualitätsverbund Netzwerk im Alter-Pankow e.V. unter kontakt@gvnia.de oder T.030/47488771 angefordert werden. Natürlich sind auch alle Informationen und Termine rund um BIB abrufbar unter www.gvnia.de

„Wir sind mehr als erfreut, dass unser Projektangebot den Senioren*innen des Bezirkes zu Gute kommt. Wir freuen uns auf die Möglichkeit, im Rahmen des Projektes weitere BIB-Bewegungsangebote© kostenfrei zu entwickeln, innovative Angebote zur Förderung der Gesundheit zu unterbreiten und vor allem Menschen zusammenzubringen, um gemeinsam Gesundheitsförderung in unserem Bezirk nachhaltig weiterzuentwickeln. Hierbei steht insbesondere auch die Chancengleichheit für uns im Fokus!“, äußert sich Katja Dierich, Geschäftsführerin QVNIA e.V., Projektleitung BIB, zum Programmstart.

„Insbesondere ältere Menschen sind im Bewegungsradius eingeschränkt bzw. auf den Heimatkiez fokussiert. Die Herangehensweise bei BIB, einen Bezirk als Lebenswelt in den Mittelpunkt zu stellen, ist besonders und hebt das Programm von anderen Angeboten ab. Die individuelle Gesundheitskompetenz kann niedrigschwellig vor Ort gestärkt werden. Für uns Ersatzkassen ist es ein Kernanliegen, gesundheitsfördernde Lebensweisen zu unterstützen“, so Marina Rudolph, Leiterin der vdek-Landesvertretung Berlin/Brandenburg.

„Das Projekt erfreut sich im Bezirk hoher Beliebtheit und passt überdies hervorragend in unsere bezirkliche Strategie der Gesundheitsförderung, die Bewegungsförderung im öffentlichen Raum weiterzuentwickeln“, so Dr. Torsten Kühne, Schirmherr des Projektes und Pankower Bezirksstadtrat für Schule, Sport, Facility Management und Gesundheit.

Trainings Termine 2021 auf einen Blick:

- Brosepark, 1. Juni – 30. November, jeden Dienstag, 14:00 – 15:30 Uhr und 15:40 – 17:00 Uhr, ggf. 14:30 – 16:00 Uhr
- Schlosspark Buch, 2. Juni – 24. November, jeden Mittwoch, 14.00 – 15:30 Uhr; 15:40 – 17:10 Uhr
- Volkspark Prenzlauer Berg, 3. Juni – 25. November, jeden Donnerstag, 14:00 – 15:30 Uhr und 15:40 – 17:10 Uhr
- Weisser See, 7. Juni – 29. November, jeden Montag, 14:00 – 15:30 Uhr und 15:40 – 17:10 Uhr

Kontakt:

Qualitätsverbund Netzwerk im Alter – Pankow e. V. (QVNIA e. V.)

Katja Dierich, Geschäftsführerin, Tel.: 030/474 88 77 0, E-Mail: kontakt@qvnia.de

Verband der Ersatzkassen (vdek), Landesvertretung Berlin/Brandenburg

Ulrike Geitz, Pressesprecherin, Tel.: 030/25 37 74 18, E-Mail: ulrike.geitz@vdek.com

Über QVNIA e. V.

Der Projektträger QVNIA e. V. ist ein gemeinnütziger Verein und engagiert sich seit 2000 für eine bessere gesundheitliche und soziale Versorgung im Bezirk Pankow, um Strukturen und in der kommunalen Altenhilfe nachhaltig und kontinuierlich zu gestalten. Zudem bemüht sich der Verein, bezirkliche Strukturen und Interventionen zur Prävention im Alter zu implementieren.

Über vdek-Landesverband Berlin/Brandenburg

Der Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) ist Interessenvertretung und Dienstleistungsunternehmen aller sechs Ersatzkassen, die zusammen nahezu 28 Millionen Menschen in Deutschland versichern. In Berlin und Brandenburg versichern sie rund 2,8 Millionen Menschen und sind damit in beiden Bundesländern größte Kassenart.

- Techniker Krankenkasse (TK)
- BARMER
- DAK-Gesundheit
- KKH Kaufmännische Krankenkasse
- hkk - Handelskrankenkasse
- HEK - Hanseatische Krankenkasse