

Gemeinsame Pressemitteilung

AWO Landesverband Saarland e.V.
Verband der Ersatzkassen e.V. (vdek) – Landesvertretung Saarland

Finale: Das Präventionsprojekt „Mobil im Alter – Gesund im Quartier“ unterstützt St. Ingberter:innen bei einem gesünderen Lebensstil

St. Ingbert, 29.08.2024 – Das Präventionsprojekt „Mobil im Alter – Gesund im Quartier“ ist im September 2022 in St. Ingbert–Mitte gestartet. Es ist bereits das zweite Präventionsprojekt zwischen dem AWO Landesverband Saarland e.V. und dem Verband der Ersatzkassen (vdek) im Saarland. Ziel des Projektes war es, den Alltag von den meist älteren Bewohner:innen aus St. Ingbert gesundheitsförderlicher zu gestalten. Mit einem Blick zurück freuen sich die Projektpartner, dass dies nach dem erfolgreichen Projekt in Saarbrücken–Malstatt auch in St. Ingbert gelungen ist.

„Mobil im Alter – gesund im Quartier“ geht weiter

„Wir sind froh, dauerhaft den Alltag der Bewohner:innen aus St. Ingbert–Mitte gesundheitsförderlicher gestaltet zu haben und hoffen, dass auch nach dem Projektfinale zahlreiche neue Bewohnenden an den etablierten Angeboten in St. Ingbert teilnehmen“, erklärt Susanne Hohlfeld–Heinrich, Leiterin der Quartiersprojekte der AWO im Saarland. „Der Grundstein hierfür ist gelegt und beim bisherigen Engagement der Projektteilnehmer:innen bin ich sicher, dass das heutige Finale kein Abschluss ist, sondern der Anfang“, so Hohlfeld–Heinrich weiter.

„Es ist nicht selbstverständlich, dass ein Präventionsprojekt den Bedarf der Teilnehmer:innen trifft und gut angenommen wird, so dass das ganze Quartier gesundheitsförderlicher wird. Zusammen mit der AWO ist dies nun zum zweiten Mal gelungen. Wir freuen uns über die zahlreichen positiven Rückmeldungen der Teilnehmenden aus dem Projekt und sind uns sicher die St. Ingberter bleiben dran!“, erklärt Martin Schneider, Leiter der vdek–Landesvertretung Saarland.

Aktiver und gesünder durch den Alltag

Nach ihrem Erwerbsleben möchten Menschen möglichst lange selbstständig in ihrem gewohnten Umfeld leben. Um dies zu unterstützen, hat der Verband der Ersatzkassen e.V. gemeinsam mit dem AWO Landesverband Saarland e.V. im Projekt „Mobil im Alter – Gesund im Quartier“ gesundheitsförderliche Strukturen im Stadtteil St. Ingbert–Mitte initiiert. Es wurde sich gemeinsam bewegt, gekocht und Tipps für ein gesünderes Leben ausgetauscht bzw. vermittelt. Die Bewegungsgruppe nahm einen ganz besonderen Stellenwert bei den Teilnehmenden ein. „Die gemeinsame Bewegung zur Musik und das Tanzen bereiten uns sehr viel Freude und bringen Abwechslung in den Alltag. Ich fühle mich viel fitter, mobiler und genieße die Gesellschaft in der Gruppe“, berichtet eine Teilnehmerin aus der Bewegungsgruppe.

Auch der Männer–Kochkurs fand einen enormen Zuspruch. „Die Freude am aktiven Miteinander, die fachkompetente Anleitung, die Gespräche übers Essen und das Leben waren sehr bereichernd für mich. Alle hatten Freude beim Kochen zusammen – Erfahrungen wurden ausgetauscht. Mein Fazit: Rundum ein gelungener Abend“, berichtet ein Teilnehmer.

Die Bewegungsgruppe soll nach dem Ende des Projektes weitergeführt werden. Auch Kochkurse soll es weiterhin in St. Ingbert geben, so dass die Bewohner:innen auch zukünftig gesund und mobil im Alter bleiben.

#regionalstark: Ersatzkassen fördern innovative Präventionsprojekte vor Ort

Unter der Dachmarke „Gesunde Lebenswelten“ fördert der vdek im Namen und im Auftrag der Ersatzkassen Projekte zur Prävention und Gesundheitsförderung in den Lebenswelten, z.B. Pflegeheimen, Stadtteilen oder Einrichtungen für Menschen mit Beeinträchtigung. Diese sollen insbesondere die gesundheitlichen Chancen der Bewohner:innen in den jeweiligen Lebenswelten verbessern und insgesamt Ungleichheiten beim Gesundheitsrisiko in der Bevölkerung abbauen. Die Projekte verfolgen das Ziel, das individuelle Verhalten der Betroffenen und die Bedingungen in ihrem Lebensumfeld langfristig gesundheitsfördernd zu gestalten. Weitere Informationen und aktuelle Projekte sind unter www.gesunde-lebenswelten.com abrufbar.

Ansprechpartnerin Presse:

Angela Legrum
Verband der Ersatzkassen e. V.
Heinrich-Böcking-Str. 6 – 8
66121 Saarbrücken
Tel.: 06 81 / 9 26 71 – 17
Fax: 06 81 / 9 26 71 – 19
angela.legrum@vdek.com
www.vdek.com