



## Bewegt und mobil älter werden

*Eine Übungsgruppe der Sturzprävention, Foto: Pressestelle Landkreis Havelland*

03.05.2016

Die Bürgerausstellung "*Bewegt und mobil älter werden!*" ist derzeit auf Havelland-Tour und stellt 13 kreative Projekte, Initiativen und Angebote vor, welche die Bewegungsförderung älterer Menschen im Land Brandenburg unterstützen. Vorgestellt wird auch ein Projekt aus dem Havelland: Die Sturzprävention, ein erfolgreiches Projekt der Stadt Nauen, das im Rahmen des Demografie-Projektes Havelland entstanden ist.

**Landrat Roger Lewandowski dazu:** *"Mobilität ist besonders in ländlichen Regionen eine wichtige Voraussetzung für ein gutes und gesundes Älterwerden. Das Sichtbarmachen vieler Initiativen durch die Ausstellung gibt nicht nur Anregungen zu neuen Projekten, sondern macht mit der Sturzprävention auch ein erfolgreiches Projekt des Demografie-Projektes Havelland über die Kreisgrenzen hinweg bekannt."*

Die Bürgerausstellung entstand 2014 im Auftrag des Gesundheitsministeriums (MASGF) im Rahmen des Bündnis Gesund Älter werden im Land Brandenburg, um die Vielfalt der Beispiele zur Bewegungsförderung älterer Menschen aus ganz Brandenburg aufzuzeigen.

An der Ausschreibung beteiligten sich ca. 100 Brandenburger Angebote, unter anderem auch die Stadt Nauen mit dem Projekt der Sturzprävention, welches im Rahmen des Demografie-Projektes Havelland im Jahr 2012 initiiert wurde und mittlerweile durch 16 Sportgruppen mit 300 Teilnehmern umgesetzt wird. Ziel des Projektes ist es, mit gezielten Übungen eine Gang- und Standsicherheit zu erreichen, um das Sturzrisiko zu minimalisieren und zukünftige Stürze zu vermeiden. Sabine Kosakow-Kutscher, Demografie-Referentin des Kreises: *"Die Sturzprävention ist ein wichtiger Part zur Erhaltung von Mobilität und Verhinderung bzw. Verzögerung des Eintretens von Pflegebedürftigkeit."*

Die Ausstellungsmacher haben mit den haupt- und ehrenamtlichen Organisatoren und Organisatorinnen sowie mit Teilnehmerinnen und Teilnehmern von insgesamt 13 Beispielen guter Praxis ausführliche Interviews geführt. Gleichzeitig wurde das Geschehen in den Bewegungsgruppen im Bild festgehalten. Für jede Initiative wurde eine eigene Ausstellungstafel erstellt.

Zu sehen ist die Wanderausstellung:

**vom 18. Mai - 19. Juni 2016 in Nauen**

in der Galerie im Blauen Haus, 14641, Gartenstraße 31

&

**vom 22. Juni - 12. August 2016 in Falkensee**

im Johannes-R.-Becher Kulturhaus, Havelländer Weg 67.

[Zurück](#)