

Mobilitätstraining für Menschen mit Rollator

Kostenloses Training und Unterstützung am und mit dem Rollator

mit Doris Chr. Vogelsang

immer Dienstags 18:00 – 19:00 Uhr

Um die Teilhabe von Menschen zu fördern, die auf einen Rollator oder eine Geh-Hilfe angewiesen sind, hat das Bürgerzentrum Neue Vahr – gefördert aus dem Verfügungsfond der Technikerkrankenkasse für die Vahr – ein neues Bewegungsangebot ins Leben gerufen:

Unter Anleitung einer Ergotherapeutin haben diese künftig die Möglichkeit, in einer Gruppe zu trainieren und so ihre Bewegungsfreiheit im Umgang mit dem Rollator zu verbessern. Am 3. Juni 2023 gab es für Interessierte bei einer sportlich-kulinarischen Veranstaltung des Lauftreffs erstmals die Gelegenheit, sich bei einem kurzen Übungslauf kennenzulernen und ihren Bedarf ermitteln zu lassen: Wie sicher ist der Umgang mit dem Rollator? Welche Hürden und Unsicherheiten gibt es?

„Mit diesem Angebot wird im Stadtteil ein Bewegungsangebot für ältere und beeinträchtigte Menschen geschaffen, die bisher an offenen Bewegungsangeboten nicht teilnehmen konnten“, sagt Julia Törper, Gesundheitsfachkraft in der Vahr.

Im Anschluss an den Auftakttermin im Juni wird darauf aufbauend ein Konzept für ein Rollator-Training erstellt, das insgesamt 20 Wochen dauert und nach den Sommerferien Ende August startet. Dazu gehören beispielsweise Schulungen zum Umgang mit dem Hilfsmittel, Training wie Stufen bewältigen, aber auch Lauftrainings auf verschiedenen Untergründen. „Im Vordergrund steht die gemeinsame Bewegung mit dem Rollator“, sagt Julia Törper.

Während des Projekts finden außerdem weitere sportlich-kulinarische Events gemeinsam mit dem Lauftreff Bremen-Vahr statt. Ziel der Zusammenarbeit ist es, dass das Training die Mobilität von Menschen mit Rollatoren verbessert und diese sich anschließend mit den Teilnehmenden des Lauftreffs zum gemeinsamen Laufen treffen.

Infos und Anmeldung bei Doris Vogelsang Tel. 0152 55952077 oder per

Mail:dorisv@1956@gmail.com

Ein Angebot von:

Bürgerzentrum Neue Vahr e.V.

Adresse:

Berliner Freiheit 10
Bürgerzentrum Neue Vahr
28327 Bremen

Ansprechperson:

Doris Chr. Vogelsang

Telefon:

0152 55 95 20 77

E-Mail-Adresse:

dorisv1956@gmail.com

Internetadresse:

www.bzvahr.de

Nächste Termine:

- 26.11.2024, 18:00 – 19:00
- 03.12.2024, 18:00 – 19:00
- 10.12.2024, 18:00 – 19:00
- 17.12.2024, 18:00 – 19:00

Anmeldungsinfo:

Anmeldung erforderlich

Kosten:

Teilnahme kostenlos