

Aktiv bis ins hohe Alter

Modellprojekt für hochaltrige Menschen / Bildungsakademie und Diakonie kooperieren

Das Modellprojekt „AGIL“ (Aktiv geht's immer leichter) der Bildungsakademie des Landessportbundes Hessen und der Diakonie Hessen ist offiziell gestartet. AGIL bietet ehrenamtlich Engagierten, Übungsleitern und Akteuren aus Sport und Bewegung, Aktiven aus Kirchen- und Moscheegemeinden, Betreuungskräften, Angehörigen und allen Interessierten eine kostenlose Fortbildung zur gezielten individuellen Bewegungsförderung von hochaltrigen Menschen in deren Zuhause an.

„Wir dürfen die zunehmende Zahl pflegebedürftiger alter Menschen nicht einfach nur hinnehmen und den Pflegenotstand beklagen. Pflegebedürftigkeit im hohen Alter können wir durch Bewegungsförderung verhindern oder zumindest mindern“, sagte Dr. Harald Clausen, Vorstand der Diakonie Hessen, beim Start des Kooperationsprojektes.

Wer sich bewegt, bleibt auch im Alter agil

„In unserer älter werdenden Gesellschaft kommen präventive Maßnahmen, die darauf abzielen, die körperliche und geistige Fitness auch im hohen Alter möglichst lange zu erhalten, eine große Bedeutung zu“ sagt Prof. Dr. Heinz Zielinski, Vorstandsvorsitzender der Bildungsakademie des Landessportbundes Hessen. „Bewegung, insbesondere zum Erhalt der Alltagsmotorik, ist eine der wichtigsten Faktoren, um auch im Alter lange fit und agil zu bleiben“.

Hochaltrige Menschen, d. h. Menschen, die über 80 Jahre alt sind, gehören zur am stärksten wachsenden Altersgruppe in Deutschland. Durch Maßnahmen der Kurzaktivierung für Körper und Geist soll Gesundheitsförderung im Alltagsleben verankert werden. Hierzu wurden Übungskarten und ein Handbuch mit Erläuterungen entwickelt. Die Übungen können von Betreuungskräften, freiwillig Engagierten oder Angehörigen einfach und schnell angeleitet und durchgeführt werden.

Kostenfreie Qualifizierung

Die kostenfreie eintägige bzw. 1,5-tägige Qualifizierung wird in jeder Projekt-Region zweimal pro Jahr angeboten. Das Hessische Sozialministerium und die Verbände der Pflegekassen in Hessen unterstützen das Modellprojekt mit insgesamt 430.000 Euro für drei Jahre. Damit knüpft AGIL an das erfolgreiche Bewegungsprogramm „moment!“ (www.moment-hessen.de) an, eine Bewegungsförderung für Menschen mit und ohne Demenz. Das AGIL-Konzept basiert auf den



positiven Erfahrungen des Age Institute in Helsinki. Kunnon eväät, was so viel heißt wie „Gesundheit gehört zum guten Leben“, setzt auf gezielte individuelle Bewegungsförderung von hochaltrigen Menschen in deren Zuhause und macht in Finnland bereits landesweit Schule.

Drei Projektregionen

In Hessen ist das Projekt in zwei Landkreisen mit hohem Altersanteil - dem Odenwaldkreis und dem Vogelsbergkreis - gestartet. Zusätzlich sind Stadt und Landkreis Offenbach durch die regionale Diakonie aufgrund des erhöhten Anteils von alten Menschen mit Zuwanderungsgeschichte mit einbezogen.

Ute Müller-Steck/Dagmar Jung

O B E N

Das Projekt-Team stellt sich vor (von links): Anita Kabisch (Diakonie Vogelsberg), Ute Müller-Steck (Bildungsakademie des Lsb h), Martina Gessner (Diakonie Offenbach), Elke Boß (Diakonie Odenwald), Svenja Flüeck und Karen Zacharides (beide Bildungsakademie) und Dagmar Jung (Diakonie Hessen).

Foto: Martina Gessner, Diakonie Offenbach



Weitere Informationen zum Projekt erhalten Sie bei der Bildungsakademie des Landessportbundes Hessen, Ute Müller-Steck & Karen Zacharides, Tel: 069 6789-298, E-Mail: umueller-steck@sport-erlebnisse.de

AGIL
aktiv geht's immer leichter

Kickoff in Dreieich

Projekt AGIL gestartet

Zur Kick-Off Veranstaltung am 12. Dezember 2018, die in der Winkelmühle in Dreieich statt fand, trafen sich 40 freiwillig Engagierte, Übungsleiter/-innen sowie ehrenamtlich Tätige, um Näheres über die Projektinhalte und die Projektpartner zu erfahren.

Das Projekt AGIL wird wissenschaftlich von der Evangelischen Hochschule Darmstadt begleitet und Prof. Dr. Michael Vilain hat es sich nicht nehmen lassen, sich gemeinsam mit seinem Doktoranden Tobias Meyer einen persönlichen Eindruck vom Projekt zu verschaffen.



Die Projektleiterinnen Dagmar Jung (Diakonie Hessen), Ute Müller-Steck und Karen Zacharides (Bildungsakademie) stellten das Projekt vor, während die Projektkoordinatorinnen Anita Kabisch (Vogelsberg), Elke Boß (Odenwald) und Martina Gessner (Offenbach) auf die besonderen Umstände und Bedürfnisse ihrer Regionen eingingen.

Nette Abwechslung zwischen den kurzweiligen Vorträgen gab es durch Agnes Boos und Heidi Gumbert, beide Referentinnen der Bildungsakademie, die auch die Schulungen für die Qualifizierungsmaßnahme durchführen werden. Mit viel Spaß wurde bei allen Teilnehmer/-innen Körper und Geist in kurzen Sequenzen „aufgefrischt“, um dann wieder konzentriert den einzelnen Vorträgen folgen zu können.

Ute Müller-Steck/Karen Zacharides

O B E N

Körper und Geist werden in kleinen aktiven Bewegungspausen aufgefrischt.

Foto: Martina Gessner, Diakonie Offenbach

Ausbildung: Broschüre jetzt bestellen

Alle Ausbildungen des lsb h, der Sportjugend und der Bildungsakademie in einem Heft



Die Ausbildungsbroschüre des Landessportbundes Hessen für 2019 ist erschienen. Auf 112 Seiten finden Interessierte dort alle Ausbildungen, die von lsb h, Sportjugend und der Bildungsakademie angeboten werden

Die Bildungsangebote untergliedern sich in Ausbildungsangebote ohne Lizenzerwerb, Ausbildungs- und Weiterbildungsangebote mit Lizenzerwerb, Ergänzungsausbildungen, Zusatzausbildungen und Ausbildungen mit besonderer Zielsetzung sowie offene Bildungsangebote.

Die Ausbildungsbroschüre versammelt klar und verständlich alle notwendigen Informationen zu allen den Aus- und Weiterbildungsangeboten, von lsb h, Sportjugend und Bildungsakademie.

maw



Sie finden alle Informationen dieser Broschüre auch auf unserem Bildungsportal. Dort können Sie sich auch online für die jeweiligen Angebote anmelden: www.bildungsportal-sport.de



Weitere Informationen

gibt es bei: Marion Leonhardt,
E-Mail: mleonhardt@lsbh.de,
Telefon: 069 6789-311