

VEREINT GEHT'S BESSER
**AKTIV UND FIT
LEBEN**

**Ein Projekt zur Bewegungsförderung
durch Turnverein und Kommune**

Jetzt mitmachen
und Tandem
werden!

Das Projekt „Aktiv und Fit leben“ bringt Turnvereine und Kommunen zu Tandems zusammen, um gemeinsam Bewegungsangebote für ältere und bisher wenig aktive Menschen zu entwickeln und umzusetzen.

VEREINT
GEHT'S BESSER!

Aktiv und Fit
leben.

Weitere Infos unter
www.htv-online.de



Ihr möchtet euer Bewegungsangebot vor Ort weiterentwickeln und mehr Menschen erreichen? Dann werdet Teil eines Tandems aus Turnverein und Kommune.

So werdet ihr als vom HTV unterstützt:

- Fortlaufende Begleitung durch feste Tandembetreuung
- Begleitende und professionell durchgeführte Workshops
- Unterstützung beim Aufbau von Kooperationen
- Erfahrungsaustausch mit anderen Projekt tandems
- Thematische Fortbildungsangebote
- Anschubfinanzierung zur Umsetzung eigener Maßnahmen

Ziel des Projekts:

- Mehr Bewegung für ältere und/oder inaktive Menschen
- Kombination aus Verhaltens- und Verhältnisprävention
- Niedrigschwellige Angebote im Wohnumfeld
- Nachhaltige Zusammenarbeit zwischen Turnverein und Kommune

So funktioniert die Teilnahme:

1. Interesse bekunden
2. Tandem aus Turnverein und Kommune bilden
3. Erstgespräch und Strategie-Workshop
4. Umsetzung eigener Bewegungsangebote
5. Begleitung im Projektverlauf
6. Reflexion



GKV-Bündnis für
GESUNDHEIT
Hessen

**Gestaltet jetzt Bewegungsangebote
in eurer Kommune aktiv mit!**

Kontakt

Leonie Wiedekind &
Valerie Sühling
regional@htv-online.de

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V