

## **Die Vahrer Löwen suchen Partner für das Projekt „Bewegt durch das Jahr“**

Die Vahrer Löwen sind ein Verein für nachbarschaftliches Zusammenleben und aufsuchende Seniorenarbeit. Wir und unsere Netzwerkpartner in der Vahr können den Senioren im Stadtteil ein breites Beschäftigungsprogramm bieten

Auch in diesem Jahr haben die Vahrer Löwen wieder eine „WiN“ (Wohnen in Nachbarschaft) Förderung erhalten und möchten mit dem Projekt „Bewegt durch das Jahr“ ältere Menschen zur Bewegung motivieren. Dafür wollen wir nicht nur unser eigenes Bewegungsprogramm gestalten und das der Netzwerkpartner vorstellen. Wir möchten den Senioren auch als Wegweiser dienen und ihnen aufzeigen, wo es sonst noch Angebote gibt, die von Interesse sein könnten.

Wir wissen alle, dass jeder in Bezug auf Bewegung seine eigenen Grenzen, sein eigenes Niveau und seine eigenen Interessen und/oder Vorlieben hat. Im Alter aktiv zu bleiben ist aber wichtig, denn es beugt körperlichen Problemen vor, steigert das Wohlbefinden und somit die Lebensqualität. Gemeinsame Aktivitäten wirken der Vereinsamung älterer Menschen entgegen.

Wir rufen darum Vereine, Fitness-Center, Laufgruppen, Rehakliniken, Physiotherapeuten etc. mit Bewegungsangeboten für Senioren in der Vahr auf, sich bei uns zu melden. Nach Absprache würden wir dann eine „Besichtigung“ bei Ihnen verabreden, oder Sie zu einem Besuch bei uns einladen, bei dem Sie über Ihr Angebot informieren oder auch etwas demonstrieren können.

Wir möchten den Senioren so viel Auswahl geben wie möglich, damit jeder sein perfektes Bewegungsangebot findet. Außerdem wollen wir unser Netzwerk erweitern und schon einmal zum Löwenpokal 2018 (spielerischer Wettbewerb, an dem alle Organisationen mit einer Mannschaft teilnehmen können) im November einladen.

Wer Interesse hat sein Angebot vorzustellen und/oder sich über die verschiedenen Angebote informieren möchte sollte sich unbedingt bei uns melden!

Tel. 95 91 348 oder [info@vahrer-loewen.de](mailto:info@vahrer-loewen.de)

Bremen, 20.04.2018