

Bewegung im Stadtteil

Bewegung und soziale Teilhabe sind für alle, aber insbesondere für vulnerable Personen wie Seniorinnen und Senioren oder erwerbslose Personen ein wichtiges Thema. Hier sind aktivierende und niedrighschwellige Angebote im Quartier gefragt! In diesem Seminar lernen Sie, ein Angebot für Ihre Teilnehmenden zu gestalten, welches folgende Aspekte vereinbart: Gemeinsam etwas erschaffen, die eigene Region (wieder) besser kennenlernen und dabei Freude an der alltäglichen Bewegung entwickeln. Durch das hohe Ausmaß an Gestaltungsspielraum können sich künftige Teilnehmende kreativ und aktiv mit ihren eigenen Ideen, ihrem Wissen über die Region und persönlichen Geschichten bei der Entwicklung eines Stadt(teil)rundgangs einbringen. Somit nehmen sie sich selbst als wichtigen Teil einer Gemeinschaft wahr, gelangen in den gegenseitigen Austausch und erleben die eigene Selbstwirksamkeit.

Themen

- ▶ Wie gewinne ich andere für mein Vorhaben?
- ▶ Hilfe zur Selbsthilfe: Eigenverantwortliche Gruppentreffen initiieren
- ▶ Selbstwirksamkeit steigern: Schritte zur Entwicklung des Rundgangs
- ▶ Methodische Umsetzung und Umgang mit Teilnehmenden

Nutzen

In diesem Seminar werden Sie befähigt, eine Gruppe von Personen bei der Entwicklung eines Stadt(teil)rundgangs zu unterstützen und anzuleiten. Dadurch können Sie ein auf Ihre Teilnehmenden zugeschnittenes Bewegungsangebot entwickeln und somit die soziale Teilhabe und die Gesundheit in der Region verbessern. Überdies erhalten Sie wertvolle Hinweise, um Personen zu befähigen, selbstständig an einer Sache zu arbeiten.

Termine

28.02. bis 01.03.2022, Online

21. bis 22.11.2022, Dresden

ab 324 Euro

(inkl. 19% USt.)