

Aktiv und fit leben in der Verbandsgemeinde Diez

Auftaktveranstaltung der Bewegungsgruppe für Hochaltrige

SCHEIDT. Im Dorfgemeinschaftshaus der Ortsgemeinde Scheidt begrüßte der erste Beigeordnete der Verbandsgemeinde Diez, Michael Schnatz, gemeinsam mit Ortsbürgermeister Hans-Wilhelm Lippert und Netzwerkkoordinator Klaus-Herrmann Wilbert eine große Anzahl von älteren Menschen zur Auftaktveranstaltung der Bewegungsgruppe für Hochaltrige in der Region Esterau.



Der Beigeordnete sieht die Seniorenarbeit als Zukunftsaufgabe an, und mit Blick auf einer stetig steigenden Lebenserwartung müsse es Ziel sein, die gewonnenen Lebensjahre bei möglichst guter Gesundheit und Lebensqualität zu erleben.

Gesunde Ernährung, ausreichende Bewegung und soziale Kontakte seien für ältere Menschen im eigenen Wohnumfeld wichtige Voraussetzungen, um lange gesund, fit und selbstständig sein zu können.

Und das bedeutet für Senioren ein deutliches Plus an Lebensqualität. Schnatz bedankte sich bei den Übungsleiterinnen Simone Schmidt und Hannelore Strutt, sowie beim Übungsleiter Oswald Leipelt für ihr großes Engagement in der

Mit den Bewegungsgruppen Altendiez, Diez, Gückingen, Eppenrod und Scheidt wurde nun bereits die fünfte Bewegungsgruppe in der Verbandsgemeinde Diez integriert.

Foto: pr

Seniorenarbeit. Im Dezember 2013 unterzeichnete Michael Schnatz den Vertrag zwischen der Verbandsgemeindeverwaltung Diez und dem Deutschen Turner-Bund, mit dem gesteckten Ziel, mindestens vier Bewegungsangebote für ältere Menschen in der Verbandsgemeinde zu integrieren. Schnatz berichtet mit viel Freude, dass im Kontext des Pilotprojektes „Aktiv und fit leben“ nunmehr fünf Bewegungsgruppen als sogenanntes kommunales Tandem mit Sportvereinen der Region entstanden sind. Mit den Bewegungsgruppen in Altendiez, Diez, Gückingen und Eppenrod stellt Scheidt nun

bereits den 5. Standort dar. „Wohin die Reise geht, hängt nicht von der Windrichtung ab, sondern davon, wie man die Segel setzt“, so ist sich der Beigeordnete sicher die Segel richtig gesetzt zu haben und das es wichtig und richtig ist, das Projekt „Aktiv und fit leben“ zu begleiten und die Sportvereine der Region als kommunaler Teil des Tandems aktiv zu unterstützen. Der Deutsche Turner-Bund (DTB) wurde zusammen mit dem Landessportbund Berlin für das Projekt „AUF (Aktiv und Fit) Leben“ des Deutschen Olympischen Sportbunds (DOSB) als Teilprojektpartner ausgewählt. Das Gesamtprojekt zielt

darauf ab, Bewegungsangebote für Menschen in der zweiten Lebenshälfte zu schaffen und wird vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) gefördert. Das Teilprojekt des DTB läuft unter dem Motto „AUF Leben – Fit und aktiv bis ins höchste Alter / Gut für sich sorgen“. Hierfür wurden deutschlandweit an sechs verschiedenen Standorten Netzwerke aus z.B. Kommunen, Vereinen, Kirchengemeinden, Wohlfahrtsorganisationen, usw. aufgebaut, die nachhaltig Bewegungsangebote für inaktive Ältere, Menschen mit Demenz und pflegende Angehörige einführen. -ea-