



DER LANDKREIS SCHWÄBISCH HALL BEWEGT SICH

GiB BEWEGUNGSTREFFS ...

... gibt es in verschiedenen Städten und Gemeinden des Landkreises Schwäbisch Hall. Orte, Termine und Ansprechpartner der einzelnen Treffs finden Sie unter: www.gib-sha.de

Wenn Sie weitere Informationen zum Projekt „Gemeinsam in Bewegung“ im Allgemeinen benötigen oder an einer Mitarbeit als Bewegungsbegleiter/in interessiert sind, können Sie sich an die folgenden Ansprechpartner wenden:

Seniorenbüro des Landkreises:

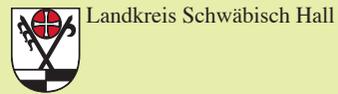
Bärbel Hambalek Tel. 0791 755-7879

Kreissenorenrat:

Rudolf Schmid Tel. 0791 9452773

Die Bewegungstreffs werden von ehrenamtlichen Bewegungsbegleitern angeleitet. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung. Die Teilnehmer stellen die Veranstalter und die Bewegungsbegleiter von allen Haftpflichtansprüchen bezüglich dieser Veranstaltungen frei.

GiB IST EINE INITIATIVE VON



Landkreis Schwäbisch Hall



Kreissenorenrat

Schwäbisch Hall

Dieser Flyer wurde überreicht durch:

GiB KOORDINIERUNGSSTELLE

Seniorenbüro Landkreis Schwäbisch Hall
c/o Landratsamt • Münzstraße 1
74523 Schwäbisch Hall
Tel. 0791 755-7879
seniorenbuero@LRASHA.de

GiB BEWEGUNGSTREFF



GiB FREUDE

GiB SPASS

GiB GESELLIGKEIT

www.gib-sha.de

Gemeinsam mit dem Kreissenorenrat und den Stadtse-
niorenräten Crailsheim und Schwäbisch Hall startet der
Landkreis Schwäbisch Hall eine Initiative zur Gründung
von Bewegungstreffs in den Städten und Gemeinden des
Landkreises.

In den Städten und Gemeinden des Landkreises sollen
niederschwellige Bewegungstreffs initiiert werden, die
regelmäßig 1 mal pro Woche zu
aktiver Bewegung in der Gruppe einladen.

DIE TREFFS SOLLEN ...

... an einem **Ort im Freien** stattfinden,
der gut erreichbar ist.

... die **kostenlose Teilnahme ohne vorherige
Anmeldung** ermöglichen.

... die Teilnahme am **Bewegungsprogramm
in „Alltagskleidung“** ermöglichen.

... **keinerlei Vorkenntnisse oder
Sportausrüstung** erfordern.

DIE BEWEGUNGSTREFFS VERFOLGEN DIE FOLGENDEN ZIELE:

GiB FREUDE

Bewegung hält gesund. Gemeinsam wollen wir uns fit
halten und vorbeugend etwas gegen altersbedingte
Risiken tun.

GiB SPASS

Bewegung soll Spaß machen. Wir wollen uns zwar
anstrengen, aber nicht überfordern. Und viel Freude
haben an dem, was wir tun.

GiB GESELLIGKEIT

Gemeinsam mit anderen etwas unternehmen ist wichtig.
Der Bewegungstreff gibt uns die Chance, unseren Alltag
durch die Begegnung mit anderen anzureichern.

Die Treffs werden von **ehrenamtlichen
Bewegungsbegleitern** geleitet. Wir sind der
Auffassung, dass bürgerschaftliches
Engagement **verlässliche Unterstützung** braucht.
Deshalb garantieren wir:



die Möglichkeit der Qualifizierung der
ehrenamtlichen Bewegungsbegleiter durch
regelmäßige Schulungen sowie den
gegenseitigen Erfahrungsaustausch.



die Erstattung der mit dem Engagement
verbundenen Aufwendungen
(z. B. Fahrtkosten).



die Unterstützung insbesondere bei organi-
satorischen Fragen durch einen verlässlichen
Ansprechpartner / Organisation in den Städten
und Gemeinden vor Ort.



eine landkreisweit abgestimmte Öffentlichkeits-
arbeit, die die Treffs vor Ort in der Bewerbung
des Angebots tatkräftig unterstützt.

