



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](http://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:

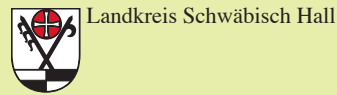
Bärbel Hambalek Tel. 0791 755-7879

### 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



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](mailto:seniorenbuero@LRASHA.de)

## GiB BEWEGUNGSTREFF



**GiB FREUDE**

**GiB SPASS**

**GiB GESELLIGKEIT**

[www.gib-sha.de](http://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.

