

## Presstext

### „Projekt-Kick-off im Seniorenhaus Wegwarte in Knittelfeld“

Am 30.06.2014 lud das **Seniorenhaus Wegwarte** gemeinsam mit dem **Projektteam (Mag.<sup>a</sup> Claudia Kraxner, ASKÖ Kärnten und Mag. (FH) Roland Deutsch, ASKÖ Steiermark)** zur offiziellen Auftaktveranstaltung des Projekts **„Generationen-FIT im betreuten Seniorenwohnheim“** in Knittelfeld.

Das Projekt – gefördert vom **Fonds Gesundes Österreich** und der **ASKÖ Bundesorganisation** – hat eine Laufzeit von 24 Monaten und insgesamt nehmen 11 Seniorenwohnheime (5 Häuser in Kärnten sowie 6 Häuser in der Steiermark) daran teil. Jedes Seniorenwohnheim veranstaltet im Rahmen des Projekts gemeinsam mit einer Partnerinstitution (Kindergarten oder Volksschule) **Generationen-FIT-Feste**. Dabei kommen die Kinder direkt in die Wohnheime, um gemeinsam mit den BewohnerInnen im Rahmen von Bewegungsspielen aktiv zu sein.

Dies ermöglicht das Miteinander der Generationen, das Erkennen von individuellen Ressourcen sowie den Austausch und ein voneinander Lernen und folglich ein gesundes Leben und Zusammenleben.

Speziell bei älteren Menschen ist neben dem sozialen Kontakt mit jüngeren Generationen regelmäßige Bewegung entscheidend für körperliche und geistige Mobilität, Selbstständigkeit und Lebensqualität. Mit dem Einsatz von gezielter Bewegung lassen sich laut zahlreicher Studien physische und psychische Einschränkungen sowie Pflegebedürftigkeit vermeiden und folglich Kosten im Gesundheitssystem einsparen. Daher werden im Zuge des Projekts neben den Generationen-FIT-Festen in jedem Seniorenwohnheim **zielgruppenspezifische Bewegungseinheiten** installiert. Es gibt jeweils ein spezielles Angebot für BewohnerInnen, die mobiler sind und Einheiten für BewohnerInnen mit größeren Einschränkungen.

Vermittelt werden soll, dass Gesundheit und deren Förderung als lebenslanges Thema alle Generationen betrifft und gemeinsam gestaltet und erfahren wird.

#### **Ansprechpartner:**

*Projektleitung und Ansprechpartner:*

**Mag.<sup>a</sup> Claudia Kraxner**

ASKÖ Kärnten, Tel. 0664 / 4183696

Email: [claudia.kraxner@askoe-kaernten.at](mailto:claudia.kraxner@askoe-kaernten.at)

*stv. Projektleitung, Assistenz und Evaluation:*

**Mag. (FH) Roland Deutsch**

ASKÖ Steiermark, Tel. 0316/58 33 54-17

Email: [roland.deutsch@askoe-steiermark.at](mailto:roland.deutsch@askoe-steiermark.at)