

KoGi - Kommunale Gesundheitsinitiativen interkulturell

	Ziele des Projekts / der Maßnahme:	• Mehrsprachige, kultursensible Gesundheitsveranstaltungen • Ziele: u.a. Gesundheitskompetenz und Selbstwirksamkeit stärken • Themen im Bereich „Bewegungsförderung“: Gesunde Bewegung für Kinder, Erwachsene und im Alter
	Kurzbeschreibung des Projekts / der Maßnahme:	• Das Gesundheitsprojekt „KoGi“ wird von Kinder im Zentrum Gallus e.V. gemeinsam mit dem Gesundheitsamt Frankfurt durchgeführt • Rund 80 Ehrenamtliche bieten Gesundheitsveranstaltungen in verschiedenen sozialen Einrichtungen an • Insg. rund 40 Gesundheitsthemen: Gesunde Bewegung, Seelische Gesundheit, Klimawandel und Gesundheit etc.
	Für wen? (Zielgruppe)	• Menschen werden in ihren Lebenswelten wie z.B. einem Frauencafe oder in anderen sozialen Einrichtungen besucht
	Mit wem?	• Kooperationspartner: Gesundheitsamt Frankfurt am Main • Weitere Partner: soziale Einrichtungen, Quartiersmanagements, etc.
	Wo?	Frankfurt am Main
	Kontaktperson bei Rückfragen	Sophia Stenzel (Kinder im Zentrum Gallus e.V. Mehrgenerationenhaus, sophia.stenzel@kiz-gallus.org)

Mehrgenerationenhaus (Kinder im Zentrum Gallus e.V.)



**Mehr
Generationen
Haus**
Miteinander – Füreinander



	Ziele des Projekts / der Maßnahme:	Bewegungsförderung im Stadtteil Gallus
	Kurzbeschreibung des Projekts / der Maßnahme:	Durch Kooperationen mit verschiedenen Anbietern als auch Verstetigung verschiedener Projekte die Bewegungskurse im Haus anbieten
	Für wen? (Zielgruppe)	Für alle Interessierten
	Mit wem?	Kooperationspartner: SV66, Bewegungsimpulse, MSO-Vereine (Tango, Chinesische Tanzgruppe, Bulgarischer Volkstanz, Orientalischer Tanz, etc.)
	Wo?	Frankfurt am Main, Gallus
	Kontaktperson bei Rückfragen	Empfangsteam (Kinder im Zentrum Gallus e.V. Mehrgenerationenhaus, empfang@kiz-gallus.org)

GeniAl - Gallus bleibt Aktiv

PROJEKT
GENIAL

Gefördert durch:
 Bundesministerium
des Innern
und für Heimat
aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Gefördert durch:
 Bundesministerium
für Gesundheit
aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



**Ziele des Projekts / der
Maßnahme:**

- *Bewegungsförderung: Ältere Menschen mit und ohne Migrationshintergrund für Bewegungsangebote begeistern*
- *Menschen mit finanziellen Hürden die Teilnahme an Bewegungsangeboten ermöglichen*



**Kurzbeschreibung des Projekts /
der Maßnahme:**

- *Als eines von 5 Teilprojekten durften wir im Zeitraum vom 2021 - 2023 das GeniAl-Projekt vom DOSB durchführen*
- *durch vielfältiges Bewegungsangebot und kostengünstige Teilnahme Spaß an Bewegung fördern und neue Sportarten kennenlernen*
- *Gesunde Ernährung näher bringen*



Für wen? (Zielgruppe)

- *Ältere Menschen mit Migrationshintergrund*
- *Menschen, die noch keine Erfahrung mit Sport sammeln konnten*



**Mit wem? (Kooperationspartner
auf kommunaler Ebene):**

- Kooperationspartner: Deutscher Olympischer Sportbund
- Netzwerkpartner: BEATA (Bewegte Aktive Tafel), VERBUND (Sportamt), SV66



Wo?

Frankfurt am Main, Gallusviertel



Kontaktperson bei Rückfragen

Sophia Stenzel
(Kinder im Zentrum Gallus e.V. Mehrgenerationenhaus, sophia.stenzel@kiz-gallus.org)

Bewegungsangebot im Stadtpark Schnupperworkshop

	Ziele des Projekts / der Maßnahme:	• Belebung des neu gestalteten Stadtparks • Bewegungsförderung • Heranführen der Bürgerinnen und Bürger an die Outdoor Fitnessgeräte unter fachlicher Anleitung • selbstständige Nutzung der Outdoor Fitnessgeräte stärken • Bewegung ist wichtig- in allen Altersgruppen möglich- muss nichts kosten
	Kurzbeschreibung des Projekts / der Maßnahme:	Im Eltviller Stadtpark bietet das Mehrgenerationenhaus und Familienzentrum Eltville jetzt das erste kostenfreie und offene Bewegungsangebot für Eltvillerinnen und Eltviller an. In einem Schnupperworkshop unter fachlicher Anleitung einer Ergotherapeutin erklärt diese die vorhandenen Sportgeräte und bringt den TN die richtige Ausführung möglicher Übungen näher. In weiteren Terminen startet das eigentliche Zirkeltraining. Kugelhanteln und Therapiebänder kommen ebenfalls zum Einsatz..
	Für wen? (Zielgruppe)	Alle Erwachsene aus allen Fitnesslevels, Interessierte mit Beeinträchtigungen können auch teilnehmen. Kinder können gerne mitgebracht werden und sich derweil auf dem Spielplatz ohne Aufsicht austoben.
	Mit wem?	MGH Eltville und Danny Voth, Ergotherapeutin
	Wo?	Stadt Eltville am Rhein
	Kontaktperson bei Rückfragen	Mehrgenerationenhaus Eltville 06123 697-402 oder mgh@eltville.de

Aroha



**Mehr
Generationen
Haus**

Miteinander – Füreinander

	Ziele des Projekts / der Maßnahme:	▪ Prävention und Förderung der Gesundheit ▪ Übungen auch für die weitere Verwendung zu Hause
	Kurzbeschreibung des Projekts / der Maßnahme:	Aroha macht den Kopf frei. Effektiver Gesundheitskurs mit einem Mix aus Haka, Kung Fu und Tai Chi für mehr Körper- und Wohlfühl
	Für wen? (Zielgruppe)	Erwachsene unabhängig vom Trainingszustand
	Mit wem? (Kooperationspartner auf kommunaler Ebene):	Mehrgenerationenhaus Eltville und Kursleitung Susanne Link
	Wo? (in welcher Kommune / Kommunen)	Stadt Eltville am Rhein
	Kontaktperson bei Rückfragen	Susanne Link 06722-44025419 oder aufrecht.durchs.leben.2006@gmail.com

Kanga Training

	Ziele des Projekts / der Maßnahme:	▪ Bewegungsförderung ▪ Rückbildung nach der Geburt ▪ Gegenseitige Unterstützung unter den Müttern
	Kurzbeschreibung des Projekts / der Maßnahme:	Postnatales Ganzkörperworkout für Frauen mit Ihren Babys. Schwerpunkte sind Beckenboden und Bauchmuskulatur – Babys sind in der Trage beim Training mit dabei. Eine Abwechslungsreiche Mischung aus Kräftigungsübungen, Herz-Kreislauf-Ausdauer und Dehnung.
	Für wen? (Zielgruppe)	Frauen mit ihren Babys
	Mit wem? (Kooperationspartner auf kommunaler Ebene):	Mehrgenerationenhaus Eltville und Kursleitung Victoria Müller
	Wo? (in welcher Kommune / Kommunen)	Stadt Eltville am Rhein
	Kontaktperson bei Rückfragen	Victoria Müller 0157-36268863 oder victoria@kangatraining.de



Sturz-Prophylaxe „Vital und Stabil“

	Ziele des Projekts / der Maßnahme:	▪ Prävention vor Stürzen im Alter ▪ Bewegungsförderung ▪ Übungen auch für die weitere Verwendung zu Hause
	Kurzbeschreibung des Projekts / der Maßnahme:	Mit viel Spaß an der Bewegung im Sitzen, Stehen und Gehen erhalten interessierte Seniorinnen und Senioren Anleitungen, wie Stürzen im Alter vorgebeugt werden kann. Hierbei werden mit gezielten Übungen Gleichgewicht, Reaktion, Koordination und Muskelkraft geschult. Auch Personen mit leichten Grunderkrankungen und Gehhilfen sind willkommen.
	Für wen? (Zielgruppe)	Alle Seniorinnen und Senioren
	Mit wem? (Kooperationspartner auf kommunaler Ebene):	Mehrgenerationenhaus Eltville und Kursleitung Silke Hebauf
	Wo? (in welcher Kommune / Kommunen)	Stadt Eltville am Rhein
	Kontaktperson bei Rückfragen	Mehrgenerationenhaus Eltville 06123 697-402 oder mgh@eltville.de

Familienzentrum Büdingen

	Ziele des Projekts / der Maßnahme:	Oster-/Herbstferienspiele
	Kurzbeschreibung des Projekts / der Maßnahme:	Programme in den Ferien mit Bewegungsaktionen, Spielen drinnen und draußen.
	Für wen? (Zielgruppe)	Von 6 – 10, Grundschulalter
	Mit wem? (Kooperationspartner auf kommunaler Ebene):	Stadt Büdingen
	Wo? (in welcher Kommune / Kommunen)	Stadt Büdingen
	Kontaktperson bei Rückfragen	Leitung Familienzentrum: Anke Richter Telefon: +49 6042 9534101 E-Mail: pz@familienstadt-buedingen.de

Familienzentrum Büdingen

	Ziele des Projekts / der Maßnahme:	Workshop „Geistig beweglich bis ins hohe Alter“
	Kurzbeschreibung des Projekts / der Maßnahme:	Bewegungstraining mit Life Kinetik zur Förderung von körperlicher Fitness und geistiger Aktivität bei älteren Erwachsenen
	Für wen? (Zielgruppe)	Von X - 99, Angebote im Familienzentrum werden für alle Generationen konzipiert
	Mit wem? (Kooperationspartner auf kommunaler Ebene):	Stadt Büdingen
	Wo? (in welcher Kommune / Kommunen)	Stadt Büdingen
	Kontaktperson bei Rückfragen	Leitung Familienzentrum: Anke Richter Telefon: +49 6042 9534101 E-Mail: pz@familienstadt-buedingen.de

Familienzentrum Büdingen

	Ziele des Projekts / der Maßnahme:	Eltern-Kind-Gruppe („Zwergentreff“) für Kinder von 0-3 Jahren
	Kurzbeschreibung des Projekts / der Maßnahme:	Treffen mit frei spielerischen Phasen und gelenkten Gruppenaktivitäten aus Bereichen wie Bewegung, Musik und Spiel.
	Für wen? (Zielgruppe)	Von 0 – 3, Eltern - Angehörige
	Mit wem? (Kooperationspartner auf kommunaler Ebene):	Stadt Büdingen
	Wo? (in welcher Kommune / Kommunen)	Stadt Büdingen
	Kontaktperson bei Rückfragen	Leitung Familienzentrum: Anke Richter Telefon: +49 6042 9534101 E-Mail: pz@familienstadt-buedingen.de

Familienzentrum Kriftel-

Spiele im Park – „Sporterlebnistag Inklusion“

	Ziele des Projekts / der Maßnahme:	Spiele im Park – „Sporterlebnistag Inklusion“
	Kurzbeschreibung des Projekts / der Maßnahme:	Sporterlebnistag Inklusion mit zahlreichen Angeboten für Menschen mit und ohne Behinderung
	Für wen? (Zielgruppe)	Von 0 – 99, Kinder, Eltern, Angehörige
	Mit wem? (Kooperationspartner auf kommunaler Ebene):	Gemeinde Kriftel, 1. Petanque Club Kriftel, SV07 Kriftel, TuS 1884 Kriftel
	Wo? (in welcher Kommune / Kommunen)	Gemeinde Kriftel, Freizeitpark Kriftel – Parkstraße, 65830 Kriftel
	Kontaktperson bei Rückfragen	Kathrin Bennett, E-Mail: kriftel-mob@jj-ev.de

Billabong Familienzentrum: nappydancers®

	Ziele des Projekts / der Maßnahme:	Fördert bspw.: Bindung, Koordination, Rhythmusgefühl, Körperwahrnehmung, Motorik , Selbstbewusstsein und soziales Verhalten in der Gruppe
	Kurzbeschreibung des Projekts / der Maßnahme:	Tanzen für Kinder von 20 bis 40 Monaten. Gemeinsam mit Mama oder Papa.
	Für wen? (Zielgruppe)	Eltern und Kinder
	Mit wem? (Kooperationspartner auf kommunaler Ebene):	-
	Wo? (in welcher Kommune / Kommunen)	Frankfurt am Main: Stadtteil Riedberg
	Kontaktperson bei Rückfragen	Familienzentrum Billabong, Graf-von-Stauffenberg-Allee 46b 60438 Frankfurt am Main