

Unterstützt wird die *Betreibung des Parks insbesondere durch...*

Freundeskreis **behütet leben** e.V.



Kontakt:

Freundeskreis
"Behütet leben" e. V.
Grünhufer Bogen 1a
18437 Stralsund

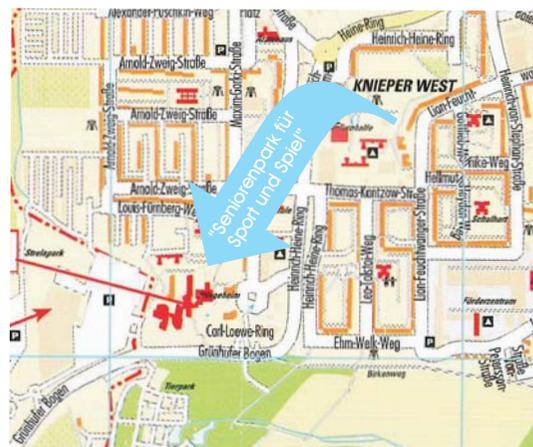
Telefon: 03831 304-304

Hier erhalten Sie mehr Informationen zum Projekt sowie zu Umfang und Möglichkeiten der Nutzung der Anlage (u. a. auch für Gruppen).

Unterstützen Sie...

...mit einer Geldspende auf das Konto der Wohlfahrtseinrichtungen der Hansestadt Stralsund gemeinnützige GmbH beim Kreditinstitut: Sparkasse Vorpommern, Bankleitzahl: 150 505 00, Kontonummer: 0 100 077 900,

Herzlichen Dank!



- » Die anspruchsvolle Freianlage (ca. 1.900 m²) befindet sich auf dem Gelände des Sozialzentrums "Am Grünhufer Bogen".
- » zur generationsübergreifenden Nutzung für die Öffentlichkeit im breiten Rahmen (u. a. Anwohner der näheren Umgebung, Besucher, Gäste, Mitarbeiter und auch Bewohner der Pflegeeinrichtungen)
- » Zielgruppe ist speziell die Generation 50 +... Kinder sind ebenfalls herzlich willkommen



*Seniorenpark
für
Sport und Spiel*

Das Projekt...

Im Zuge der umfangreichen Sanierung des Pflegeheimes "Am Grünhain" am Grünhofer Bogen, wurde durch die Wohlfahrtseinrichtungen der Hansestadt Stralsund gemeinnützige GmbH - mit Hilfe von Fördermitteln des Sozialministeriums Schwerin und Spendengeldern - der "Seniorenpark für Sport und Spiel" als ein Modellprojekt errichtet.

Der Park ist ein Ort der Begegnung...
...gärtnerisch schön gestaltet mit attraktiver Bepflanzung mit Bäumen, Hecken, Zier- und Blütensträuchern. Wohltuend ist das Zusammensein mit anderen Menschen. Dies leistet einen wichtigen Beitrag für das gemeinsame Handeln, Kommunizieren, Entdecken und Bewegen. Hierzu laden u.a. Kegelbahn und Pavillon ein.



Die Zeiten ändern sich...und wir gehen mit...

Mit diesem Projekt bieten wir:

- » ein neues frei zugängliches Angebot für die Bürgerinnen und Bürger, das die Lebensqualität erhöht
- » generationsübergreifende und unkomplizierte Kontaktmöglichkeiten im öffentlichen Raum
- » ein sanftes Training an der frischen Luft zur Steigerung der Lebensfreude und Vitalität
- » die Möglichkeit Open-Air-Veranstaltungen durchzuführen



Mit Spaß aktiv sein...

Der Park ist ein Ort der Gesundheit...

Das Konzept ermuntert, sich an frischer Luft in Park-Atmosphäre zu bewegen. Ohne großen Aufwand werden an den Geräten einfache Bewegungsabläufe, Muskulatur, Kondition, Gleichgewicht und Koordination trainiert. Die Übungen vermitteln Spaß an Bewegung und helfen, das geistige und körperliche Wohlbefinden zu erhalten und zu fördern. Die Geräte eignen sich für jedermann in jeder Jahreszeit; sie können in ganz normaler Büro-, Straßen- oder Alltagskleidung genutzt werden.

Zur Verfügung stehen u.a.:



RadTrainer

Aufsanfte Art wird die Beinmuskulatur trainiert.



RotationTrainer

Übungsgerät für Beweglichkeit und Koordination. Besonders positiver Effekt durch langsames Drehen der Hüfte.



NordicTrainer

Durch gleichmäßiges Bewegen der Stangen werden Armmuskulatur und Kondition gestärkt.