

Landesverband Brandenburg e.V.  
Verbandsbereich Prignitz-Ruppin  
*Geschäftsstelle*

Volkssolidarität LV Brandenburg e.V., Verbandsbereich Prignitz-Ruppin  
Poststraße 11, 16909 Wittstock

Poststraße 11  
16909 Wittstock

Gemeinde Heiligengrabe  
Frau Geyer  
Am Birkenwäldchen 1a  
16909 Heiligengrabe

Telefon: 03394-47 59 0  
prignitz-ruppin@volkssolidaritaet.de

Bank für Sozialwirtschaft  
IBAN: DE46 3702 0500 0003 3621 00  
BIC: BFSWDE33XXX

Steuernummer: 046/141/00546

Mitglied im PARITÄTischen  
Wohlfahrtsverband

**Abschlußbericht: Pflege vor Ort,  
Gemeinsam in Bewegung, gesund aktiv älter werden**

Wittstock, 27.02.2024

### Zielgruppe:

Die Zahl der Stürze ist brisant: 9.373 Menschen starben 2017 durch einen Sturz im Haushalt. Ab einem Alter von 65 Jahren steigt das Sturzrisiko deutlich. Mehr als die Hälfte aller tödlich Gestürzten war über 85 Jahre alt. Es gibt viele Gründe für Sturzunfälle. Ein langes und selbstbestimmtes Leben in der Häuslichkeit hängt auch von der Gesundheit und Bewegungsspielraum ab. Es geht uns um die Verbesserung der Alltagsmobilität hochaltriger Menschen, die zu Hause leben. Mit jedem Stück Bewegung bringen wir den Menschen auch Lebensqualität.

### Ziele:

Unser Ziel ist es, Gruppen aufbauen/anbieten, für Senioren\*innen die sich gerne durch Balancetraining, Stuhlgymnastik und Stärkung der Muskulatur, Sicherheit im Alltag aneignen wollen und soziale Kontakte knüpfen möchten.

Um dieses Angebot durchführen zu können, erfordert es eine Abstimmung mit den jeweiligen Ortsvorstehern\*innen, für der Nutzung der notwendigen Räumlichkeiten.

Das oberste Ziel ist die Mobilität und Selbstständigkeit der Älteren zu erhalten und zu verbessern. Auch Einzelangebote in der Häuslichkeit sind wichtig. Da es immer mehr Ältere gibt, die auf Grund einer Erkrankung nicht mehr selbstständig das Haus verlassen können. Wir möchten Umfassende Informationen über Maßnahmen zur Sturzprävention weitergeben.

### Beschreibung der Projektaktivität:

Wir konnten ab April 2023 einen Projektmitarbeiter, Herrn Kristoff Markantelli für die Stelle gewinnen. Zuvor unterstützte er die Koordination der Coronatestzentren bei uns im Verband. Mit seinem Einstieg haben wir uns umgehend mit Deniz Öz als Kümmerin der Gemeinde Heiligengrabe zu den konzeptionellen und praktischen Inhalten des Projektes ausgetauscht. Hier wurde u.a. festgelegt, dass wir mit einem ersten Bewegungsangebot in Blumenthal starten wollen. Dahingehend wurde ein Flyer entworfen, um das Bewegungsangebot zu