

Bielefelder Spaziertreffs “Komm, wir gehen spazieren”



Rahmen, Ziele und Erfolgsfaktoren

Bei den Spaziertreffs handelt es sich um ein **offenes und niedrigschwelliges Angebot**, das vor allem älteren Menschen einen einfachen Zugang zu **gemeinsamer Bewegung** und einem sozialen Miteinander ermöglicht.

Die Teilnehmenden treffen sich einmal wöchentlich an einem festen Ort in „ihrem Viertel“, um gemeinsam spazieren zu gehen.

- Der zunehmenden Vereinsamung von (älteren) Menschen entgegenwirken
- Erhalt von **Mobilität**
- Förderung neuer sozialer Kontakte
- **Sichtbarkeit** der älteren Menschen erhöhen
- Förderung von Ehrenamt
- **Vernetzung** von Akteur:innen im Stadtteil

Gesundheitsförderung im Alter beginnt nicht in der Arztpraxis – sie beginnt im Alltag, im Quartier, im Miteinander.

HEIMAT
KRANKENKASSE

BKK GILDEMEISTER
SEIDENSTICKER
Einfach. Gut. Für Alle.

BKK_DÜRKOPP ADLER
Für SIE. Für EUCH. Für DICH.

PVM GESUND
ZENTRUM
BIELEFELD

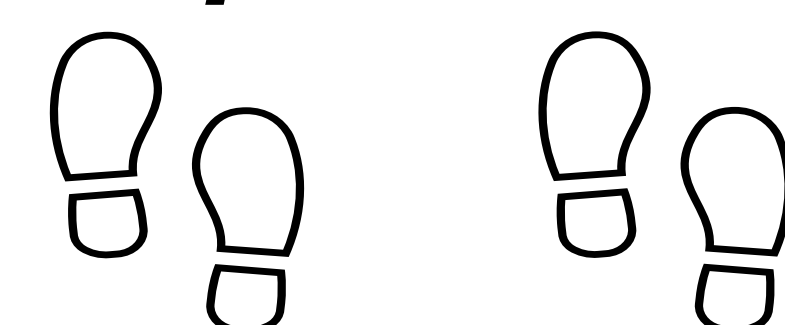
BI

sportbund # BI
BIELEFELD

Bereits in 18 Stadtteilen haben sich die Spaziertreffs, die von ehrenamtlichen Pat:innen durchgeführt und hauptberuflich begleitet werden, etabliert. Die Spaziertreffs sind ein Modell für eine zukunftsweisende Stadtentwicklung, die **Bewegung** und **Begegnung** vereint.

Alltagsnahe Bewegung und soziales Miteinander zur Förderung der Gesundheit

„Schritt für Schritt zu mehr Gesundheit und Lebensqualität im Alter!“



„Gemeinsam Zeit gegen Einsamkeit“

Die Spaziertreffs tragen vor Ort zu einer Verbesserung der Angebots- und Teilhabestruktur für ältere Menschen bei.

Kontakt, Informationen und aktuelle Termine

