



## Sport und Freie Wohlfahrtspflege vor Ort

### Projektname: „Fit in den Tag“

Der Landessportbund NRW und die Freie Wohlfahrtspflege NRW haben eine Vereinbarung geschlossen, mit der die Zusammenarbeit unserer Gliederungen in den Regionen, Kommunen und Quartieren intensiviert werden soll. Gemeinsam soll die Lebensqualität älterer Menschen verbessert und durch Bewegung und Sport ihre Gesundheit und das allgemeine Wohlbefinden gestärkt werden.

- 1. Projektname:** „Fit in den Tag“
- 2. Ziel des Projektes vor Ort:** Freude an der Bewegung, Erhalt und Aufbau von Körperkraft und Balance, Sturzprophylaxe
- 3. Voraussetzungen zur Umsetzung:** Übungsleiter, entsprechende Räumlichkeiten im Seniorenzentrum, Begleitpersonal des Seniorenzentrums
- 4. Projektpartner vor Ort:** VFL ( Verein für Leibesübungen, Gladbeck 1921 E.V )  
Schützenstr. 120, 45964 Gladbeck
- 5. Ansprechpartner:** Fr. Grewe, Fr. Wallutis
- 6. Telefon:** 02043 / 403621
- 7. E-Mail:** sz-gladbeck@awo-ww.de
- 8. Informationsmaterial (Flyer etc):** /

