

Ergebnisse der Gesundheitswerkstatt in Lichtenau am 28.09.2022

Bewegung

Übungsleiter-C-Lizenzen

- Qualifizierung in Lichtenau anbieten
- ggf. Finanzierung über Stiftung
- ➔ Weitere Absprache durch den KSB

Wanderungen

- Fest etablieren z. B. durch regelmäßige Treffen
- Ggf. Interesse abfragen bei Lichtenauer Wandertagen
- Eggegebirgsverein (EGV) reaktivieren
- ➔ Rücksprache mit der Stadt Lichtenau und dem EGV

Demenz

- Wanderungen/Tanzen mit Denksport

Ernährung

Naturbezogene Aktionen

- Landwirtschaft mit Kitas und Grundschulen zusammenbringen
- Projekt „Naturstrolche“ ausweiten -> ggf. auf weitere Grundschule
- Kräuterwanderungen
- Kochkurse (ggf. auch speziell für Männer) z. B. gemeinsam mit den Landfrauen oder Ortsvereinen
- ➔ Kontaktaufnahme zu relevanten Akteur*innen und Institutionen

Ehrenamt

- Thema wird durch das Projektteam zukünftig verstärkt in den Blick genommen
- Kleinere Projekte, die z. B. zweimal im Jahr stattfinden, mit Ehrenamtlichen durchführen

Entspannung

Achtsamkeit & Resilienz

- Aktionstag durchführen oder in Veranstaltungen der Sportvereine integrieren
- Vorhandene Programme nutzen wie z. B. Programm „Affenstill“

Information

Crossiety

- Erneute Bewerbung durch die Stadt und das Projektteam
- Schulung für Vereine zukünftig geplant

Referentenliste

- Liste mit Referent*innen und Anbietern für unterschiedliche Themen erstellen
- Liste ggf. mithilfe eines Aufrufes über das Stadtmagazin füllen
- Nutzung von Crossiety oder der Stadt-Homepage

Beratung

Erreichbarkeit vulnerabler Gruppen

- Zielgruppen erreichen, die im besonderen Maße von Angeboten profitieren
- Workshop für Schulanfänger*innen und Eltern nutzen, um bestimmte Themen zu platzieren
- ➔ Rücksprache mit der Stadt Lichtenau

Austausch

- Angebote aus anderen Bereichen bieten oftmals Möglichkeiten sich auszutauschen (z. B. Wanderungen, Kochkurse etc.)
- Offene Gesprächsrunden (wie z. B. in Bad Wünnenberg)
- ➔ Erfahrungswerte erfragen