

„Wir bringen Bewegung
ins Quartier“

Als Dachverband des organisierten Sports
und anerkannter Bildungsträger initiieren wir

- › Bewegungsangebote für jedes Alter
- › Generationenübergreifende Bewegungsangebote
- › Bewegungsangebote zur Prävention
- › Bewegungsangebote im Reha-Bereich
- › Bewegungsangebote für spezielle Zielgruppen
(z.B. neurologische Erkrankungen)
- › Ausbildungen (z.B. ÜL-C-Ausbildung,
Reha-Ausbildung, Spazierpaten usw.)
- › Fortbildungen
- › Infoveranstaltungen
- › Aktionstage



 **KreisSportBund**
Rhein-Erft

KreisSportBund Rhein-Erft e.V.
Haus der Vielfalt
Im Euel 2
50129 Bergheim
buero@ksb-rhein-erft.de

Ihre Ansprechpartnerin:
Helga Bajohr
Telefon 0 22 71 / 70 74 40
helga-bajohr@ksb-rhein-erft.de

 **KSB**
Rhein-Erft
Gesundheit

 **KSB**
Rhein-Erft
Senioren

Im Rahmen des Programms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“
des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen.

Gefördert durch:

Ministerium für Familie, Kinder,
Jugend, Kultur und Sport
des Landes Nordrhein-Westfalen



LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



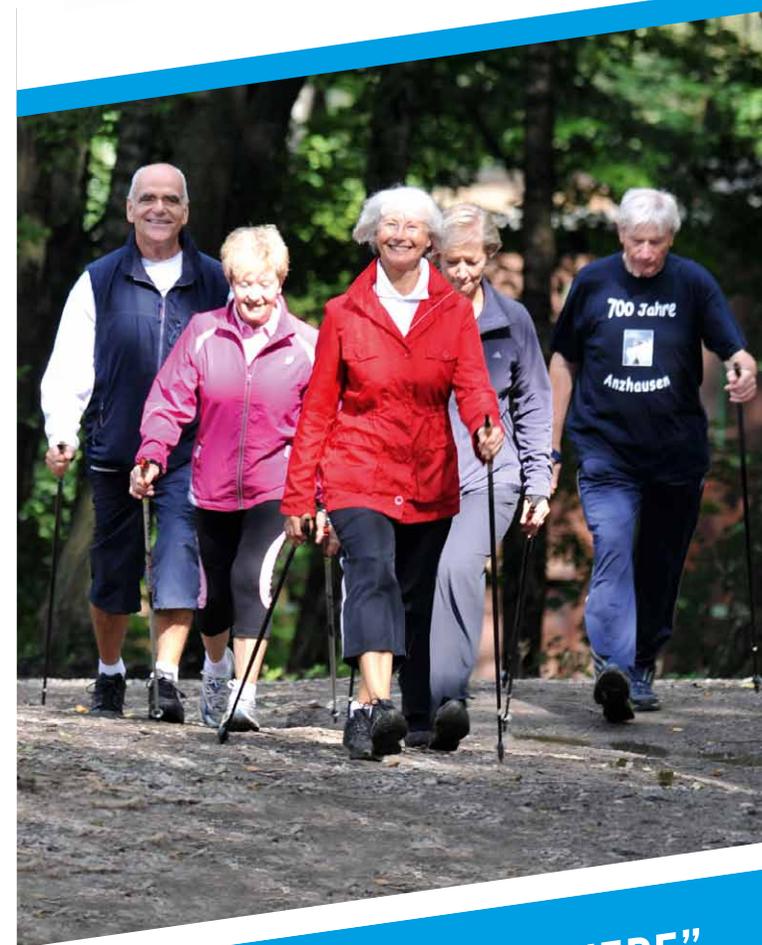
Stand: 02/2020, Fotos: © LSB NRW, Andrea Bowinkelmann

www.ksb-rhein-erft.de



KreisSportBund Rhein-Erft e.V. – Wir bewegen!

 **KreisSportBund**
Rhein-Erft



„Wir bewegen QUARTIERE“
im Rhein-Erft-Kreis

Ein Quartierswegweiser vom
Kreissportbund Rhein-Erft e.V.

Was ist Quartiersarbeit?

Die Quartiersarbeit

- › nimmt alle gesellschaftlichen Themen ganzheitlich in den Blick
- › ermutigt, unterstützt und aktiviert Menschen, ihre Angelegenheiten selbst zu gestalten
- › arbeitet mit und für die Menschen im Quartier,
- › strebt eine selbstbestimmte und aktive Gestaltung der Lebensbedingungen an
- › Freiwilligkeit ist das oberste Prinzip
- › untersucht und entwickelt die im Quartier vorhandenen Potenziale der unterschiedlichen Angebote, um sie nutzen zu können
- › baut die verschiedenen Netzwerke aus und nutzt sie
- › vernetzt und begleitet bürgerschaftliches Engagement



Bewegung in der Quartiersarbeit



Bewegung dient Körper, Geist und Seele!

Bewegung, Spiel, Sport und Entspannung haben in jedem Alter vielfältige positive Auswirkungen. Sie fördern körperliche Ausdauer und Beweglichkeit, bringen Spaß, wirken ausgleichend auf die Psyche, stärken Selbstwahrnehmung und Selbstbewusstsein.

Bewegung dient der Bewältigung des Alltags!

Die Erfahrungen, die gemacht werden, lassen sich auf den Lebensalltag übertragen. Bis ins hohe Alter bleiben Menschen vitaler, kommunikativer, sind im Alltag sicherer und erhalten sich die Fähigkeit, ihr Leben selbst zu gestalten.

Bewegung dient dem Wohlbefinden!

Der soziale Kontakt in der Gemeinschaft trägt zu Wohlbefinden und Lebensqualität bei. Einsamkeit ist in höherem Alter heute weit verbreitet. Gemeinsam statt einsam ist unser Credo.

Die Quartiere

Quartiere einer Kommune sind in der Regel überschaubare, aber sehr vielfältige Wohngebiete, in der Menschen mit unterschiedlichsten Lebensentwürfen leben. Durch die Möglichkeit Freizeit, Spiel und Sport in einem Quartier zu gestalten, wirkt es urbaner, lebendiger und attraktiver. Dies ist der Grund, dass der organisierte Sport es als seine Aufgabe ansieht, das Quartier mitzugestalten.

Die Bewegungsangebote sollen der sozialen Funktion eines Sportvereins gerecht werden und in das Lebensumfeld der Menschen vor Ort eingebunden werden. Sie werden auf die Notwendigkeiten und Bedürfnisse eingebunden.



Als KreisSportBund Rhein-Erft e.V. wollen wir im Netzwerk mit unseren Vereinen, Bewegung in das Leben aller Bürger bringen. Unser Ziel ist es, die Teilhabe aller Menschen im Quartier zu ermöglichen.