



■ WIR FÖRDERN ...

das Miteinander der Menschen unterschiedlicher Herkunft und sozialer Stellung und setzen uns für Chancengleichheit, Solidarität und Toleranz ein.

■ WIR SEHEN ...

im Sportverein einen Ort sozialer Interaktion und Kommunikation, der wichtig für ein funktionierendes Gemeinwesen ist und auf Menschen gesundheitsförderlich wirken kann.

■ WIR GESTALTEN ...

unsere Zusammenarbeit, kooperativ, strukturiert und zielorientiert. Vereinsarbeit ist für uns Teamarbeit. Der Wunsch nach kontinuierlichen Qualitätsverbesserungen und lebenslangem Lernen verbindet uns.

■ WIR SUCHEN ...

Kooperationspartner mit denen wir vernetzt gemeinsam bewegungsorientierte, gesundheitsförderliche Angebote und Lebenswelten gestalten können.

■ UNSER ZIEL ...

ist es, ein qualitätsorientiertes und attraktives Gesundheits- und Rehabilitationssportangebot lokal und in der Region aufzubauen und kontinuierlich weiterzuentwickeln.

■ GESCHÄFTSSTELLE

Gesundheits-sportverein pro Bewegung e.V.
c/o Dr. Becker Neurozentrum Niedersachsen
Am Freibad 5
49152 Bad Essen

Ansprechpartner: Elke Bernhold
Robert Soika
Hans-Jörg Kohorst

Telefon: 0 54 72 / 4 00 - 0
Fax: 0 54 72 / 4 00 - 7 55
Email: info@pro-bewegung.de
Internet: www.pro-bewegung.de

■ AUSSENSTELLE KLINIK NORDDEICH

Ansprechpartner: Sonja Engelkes
Uta Remmers

Telefon: 0 49 31 / 9 85 - 5 34
Fax: 0 49 31 / 9 85 - 5 54

Sie suchen einen (Wieder-)Einstieg in gesundheitssportliche Aktivität und wissen nicht, welches Angebot für Sie geeignet ist? Oder Sie wollen erfahren, ob Rehabilitationssport für Sie in Frage kommt? Rufen Sie uns an. Wir beraten Sie kostenlos und unverbindlich.

■ Gesundheits- und Rehabilitationssport im Verein

Unser Motto:
Bewegung fördern -
Lebensqualität verbessern!

In Kooperation mit:

Dr. Becker  Klinik Norddeich

In Kooperation mit:

Dr. Becker  Neurozentrum Niedersachsen

Sport stärkt Arme, Rumpf und Beine,
kürzt die öde Zeit,
und er schützt uns durch Vereine
vor der Einsamkeit.

Joachim Ringelnatz (1883-1934)



- Bewegungsfreude erleben
- Gesundheit und Wohlbefinden steigern
- Soziale Kontakte knüpfen

■ HERZLICH WILLKOMMEN BEIM GESUNDHEITSSPORTVEREIN PRO BEWEGUNG E.V.

Bereits zu Beginn des 20. Jahrhunderts erkannte der Kabarettist und Lyriker Joachim Ringelnatz die positiven physischen und psychosozialen Gesundheitspotentiale des Sporttreibens im Verein.

Heute ist wissenschaftlich längst belegt, dass gesundheitsorientiertes Sporttreiben das Wohlbefinden, die Leistungsfähigkeit und die Lebensqualität der Menschen verbessern kann und vielen chronischen Erkrankungen vorbeugt.

Auch wenn es bereits zwickt und zwackt oder Sie schon erkrankt sind, kann gezielt ausgewählte und dosierte sportliche Aktivität helfen, wieder gesund zu werden. Sporttherapie ist ein wichtiger Bestandteil der medizinischen Rehabilitation. Mediziner sprechen von der Heilkraft der Bewegung – einem Medikament ohne Nebenwirkungen.

Hinzukommt das präventives und rehabilitatives Sporttreiben im Verein gesundheitsförderlich wirkt, indem es soziale Kontakte schafft, Menschen verbindet und Freude bereitet.



■ BEWEGUNG FÖRDERN – LEBENSQUALITÄT VERBESSERN!

Der Gesundheitssportverein pro Bewegung e. V. hat sich das Ziel gesetzt in Bad Essen, im regionalen Umfeld und in Norddeich das Gesundheits- und Rehabilitations-sportangebot auszubauen.

Einen Schwerpunkt bildet der Rehasport für Schlaganfallbetroffene in Kooperation mit dem Dr. Becker Neurozentrum Niedersachsen sowie der Rehasport nach Hüftgelenk- oder Kniegelenkersatz in Zusammenarbeit mit der Dr. Becker Klinik Norddeich.

Darüber hinaus bietet der Verein qualitätsgeprüfte und zertifizierte Präventionskurse gemäß § 20, SGB V an, wie Rücken-Fit, Cardio-Aktiv und Nordic-Fit, die von vielen gesetzlichen Krankenkassen gefördert werden.

Regelmäßige Gesundheitssportangebote für Jung und Alt und Maßnahmen zur Betrieblichen Gesundheitsförderung runden das Angebotsspektrum des Vereins ab.

■ UNSER LEITBILD

Gesundheitssport und Bewegung halten Menschen gesund, und sind ein wichtiger Faktor eines präventiven und rehabilitativen Gesundheitssystems. Der Aufbau nachhaltiger und qualitätsorientierter Gesundheits- und Rehabilitationssportangebote auf Sportvereinsebene bietet nach unserer Einschätzung große Potentiale, den gesellschaftlichen Herausforderungen der Zukunft, wie dem demographischen Wandel, dem zunehmenden Bewegungsmangel im Alltag und der sozialen Integration von Menschen mit Migrationshintergrund, gerecht zu werden.

■ WIR SIND ...

ein gemeinnütziger, unabhängiger und ehrenamtlich geführter Gesundheitssportverein, der sich im Aufbau befindet.



■ WIR WOLLEN ...

Menschen von Jung bis Alt gesundheitsorientiert in Bewegung bringen und in Bewegung halten.

■ WIR VERMITTELN ...

Gesundheitswissen, Gesundheitskompetenzen und Bewegungsfreude und motivieren Menschen zu gesundheitsförderlichen Verhaltens- und Lebensstiländerungen.

