



DIE BEWEGTE FRAU - EIN GESUNDHEITSFÖRDERUNGSPROGRAMM FÜR FRAUEN

PreisträgerIn:

FH Campus Wien, Studiengang Physiotherapie



Projekinhalt:

Die FH Campus Wien führt unterschiedliche Studiengänge, unter anderem auch den Bachelor-Studiengang Physiotherapie. Ziel des Projekts „Die bewegte Frau – Ein Gesundheitsförderungsprogramm für Frauen“ war es, ein niederschwelliges Bewegungsprogramm in Wohnortnähe anzubieten. Dabei sollte Studierenden die Möglichkeit gegeben werden, ihr theoretisch, auf medizinischen Grundlagen aufbauendes Wissen im Rahmen eines supervidierten Praktikums durch zwei Lehrtherapeutinnen praktisch zu gestalten, durchzuführen und anschließend zu evaluieren. Das Bewegungsangebot für Frauen wurde von Studierenden im 5. Semester entwickelt und wöchentlich in den Räumlichkeiten des BewohnerInnen-Zentrums Basenna 10 in der Per Albin Hanssonsiedlung abgehalten. Damit konnte das Praxisangebot im Bereich der Prävention und Public Health erweitert und probate Anwendungsbeispiele für theoretisch erworbenes Wissen geschaffen werden.

Fakten zum Projekt:

- Laufzeit: Oktober 2016 bis Juni 2017
- Zielgruppe: Frauen der Altersgruppe 60 plus
- wöchentliches Bewegungsangebot im BewohnerInnen-Zentrum in der Per Albin Hanssonsiedlung
- pro Woche wurden bis zu 50 Frauen erreicht
- Ergebnisse: mehr Bewegungsfreude, Wohlbefinden und Beibehalten eines aktiven Lebensstils bei den Teilnehmerinnen

