



## MOVI KUNE – GEMEINSAM BEWEGEN

### PreisträgerIn:

Universität Wien und Hemayat



### Projekthalt:

Menschen, die vor Krieg oder Verfolgung aus ihrem Heimatland flüchten und Schutz in einem anderen Land suchen, mussten häufig extreme Erfahrungen in ihrem Leben machen – dies hinterlässt tiefe Spuren in der Seele eines Menschen. Das Projekt „**Movi Kune – gemeinsam bewegen**“ soll benachteiligten Menschen die Möglichkeit bieten aktiv ihre **Gesundheit zu verbessern**, barrierefrei **psychosoziale Unterstützung** zu erhalten und einen **Zugang** zur österreichischen Gesellschaft zu finden. Es spricht insbesondere geflüchtete Menschen an, die aufgrund traumatischer Ereignisse psychosoziale Unterstützung benötigen. Bewegung und Sport sind universelle Sprachen in unserer Welt. Daher kommt bei Movi Kune **Bewegung und Sport** als nonverbale Methode zur **Förderung der psychischen und physischen Gesundheit** zum Einsatz. Das Programm basiert auf der Idee der aktiven Mitgestaltung durch die betroffenen Menschen selbst und einer aktiven Gesundheitsförderung.

## Fakten zum Projekt:

- Laufzeit: **seit 2016** durchgehendes Angebot
- **Zielgruppen:** Überlebende von Krieg und Folter, KlientInnen des Betreuungszentrums HEMAYAT
- **Team aus 10 freiwilligen MitarbeiterInnen:** studentische MitarbeiterInnen, Sport- und BewegungstherapeutInnen und TraumaexpertInnen
- **Zweimal wöchentlich** stattfindendes **Bewegungsprogramm** mit Kondition, Kraft, Spiel, Sport, Tanz und Entspannung.
- Gruppengrößen von **max. 15 Personen**, um ideale Bedingungen zu ermöglichen

