



IDEENBÖRSE „IHRE GESUNDE IDEE FÜR KLEIN & GROSS“

Sie haben eine Idee, wie Sie selbst zu einem guten Miteinander von Jung & Alt sowie einem bewegungsreichen Leben beitragen können? Dann machen Sie mit! Unter dem Motto „Ihre gesunde Idee für Klein & Groß!“ unterstützt die Wiener Gesundheitsförderung – WiG Aktivitäten, die dazu beitragen, intergenerative Begegnungen zu ermöglichen.

Die folgenden – bereits umgesetzten – Kleinprojekte sollen als Inspiration für Ihre eigene Initiative dienen! Das Rad muss nicht neu erfunden werden. Sie können gerne eine der Ideen übernehmen oder sich daran orientieren. Oder Sie entwickeln eine ganz eigene Idee!

Wenn Sie eine konkrete Idee haben, diese selbst organisieren und umsetzen möchten, melden Sie sich im Projektbüro. Wir unterstützen Sie gerne bei der Einreichung Ihrer Grätzelinitiative! Die Wiener Gesundheitsförderung – WiG unterstützt Sie bei der Finanzierung von Sachaufwänden wie auch bei Kosten von externen Trainer*innen mit bis zu 300 Euro.

Kontakt und weitere Infos unter:

Projektbüro "Ihre gesunde Idee für Klein & Groß!"
c/o queraum. kultur- und sozialforschung
Obere Donaustraße 59/7a 1020 Wien
Tel: 01 / 958 09 11
Mail: klein-gross@gesunde-idee.at



Mit Karte und Kompass durch den Wald – Orientierungslauf zum Kennenlernen



© Erik Simkovics

Ein Orientierungslauf für alle Generationen in Hernals – das war die Idee von zwei Initiatorinnen: gesagt, getan. Beim Orientierungslauf im Herbst 2021 wurden verschiedene Stationen zum Mitmachen (z. B. Hütchen-, und Stangenparcours, Koordinationsleiter) aufgebaut, die bei allen Teilnehmenden für Spaß sorgten! Den Initiatorinnen war es besonders wichtig zu zeigen, dass beim Orientierungslauf alle Altersgruppen und jede Fitness ihren Platz haben. Ganz nach dem Motto: „Kartenlesen macht auch beim Spaziergehen Spaß. Laufen, Gehen, Joggen – alles ist erlaubt und gut!“

Schach im Park



© Hans-Peter Krenn

Nachbarschaft stärken beim Spiel der Könige: Im Kempelenpark im 10. Bezirk, in der „Kreta“, wie das Grätzel liebevoll genannt wird, trafen sich einmal im Monat interessierte Anrainer*innen, um gemeinsam Schach zu spielen. Beim Schachspielen können die Menschen ungezwungen zusammenkommen, man verbringt gemeinsam Zeit im Freien. Alter, Einkommen, Herkunft oder Sprache spielen dabei keine Rolle. Passant*innen bleiben stehen, man kommt ins Gespräch. Der Höhepunkt der Saison war ein nachbarschaftliches Schachturnier.

Spielnachmittage für Jung & Alt



© Caritas Stadtteilarbeit

Im Gemeindebau Mühlweg 43 fanden 2018 einmal monatlich gemütliche Spielnachmittage für Jung und Alt statt. Das Ziel dabei war, sich auszutauschen und besser kennenzulernen. Gespielt wurden „alte“ und „neue“ Spiele, jede und jeder hat etwas Neues entdeckt!

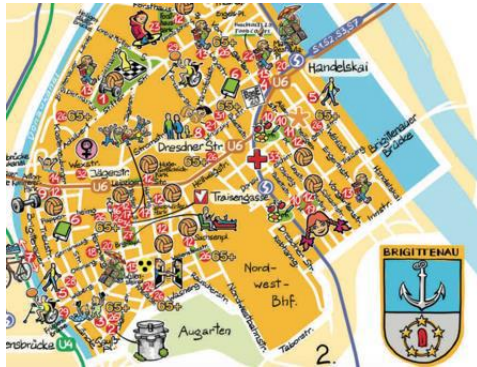


KLEIN & GROSS – BEWEGT & GESUND

Im Rahmen der Gesundheitsreform wurde von der Sozialversicherung und der Stadt Wien ein Landesgesundheitsförderungsfonds eingerichtet. Dieses Projekt wird daraus finanziert.



Grätzelschnitzeljagd!



© Wiener Gesundheitsförderung

Miteinander, Spaß, Erlebnis, Bewegung – für jedes Alter! In der Brigittenau haben zwei Bewohner*innen eine Schnitzeljagd organisiert, um Menschen zu mehr Bewegung und zum Kennenlernen ihrer Grätzelnachbar*innen zu animieren. Dies war ihnen gerade vor dem Hintergrund der Corona-Pandemie ein Bedürfnis, um Kontakte aufzubauen, die in der Nähe wohnen. Ebenso war es den beiden wichtig, dass die Menschen eine Aufgabe haben und sich zusätzlich noch bewegen, um die Gesundheit des eigenen Körpers zu fördern. Während der Schnitzeljagd standen Spaß und Kommunikation im Vordergrund. Am Endpunkt der Schnitzeljagd wurde gemeinsam gejausnet und getratscht.

Mal dich frei!



© Claudia Hannemann

Zwei Bewohner*innen organisierten eine offene Malgruppe im Nachbarschaftszentrum in Ottakring. Unter fachlicher Anleitung einer der beiden haben sich verschiedene Menschen – teilweise zum ersten Mal – kreativ ausgetobt, Farben ausprobiert, mit den Fingern und dem Pinsel gemalt, gemeinsam und für sich gezeichnet und collagiert. Die Werke wurden ausgestellt und die Freude an der freien Gestaltung ohne Vorgaben – und ohne Vorwissen – geweckt. „Wir haben uns regelmäßig zum Malen getroffen, neue Techniken und Materialien ausprobiert, den Flow und ungeahnte Talente entdeckt, auch nebenher einige Probleme gelöst und hinter uns gelassen“, so eine der Initiator*innen.