

---

# Pressemitteilung

Nr. 08  
04.02.2022

## Projekt Bewegungsraum **Bewegt im Alter in Mansfeld-Südharz**

Viele alterstypische Erkrankungen können durch ausreichende körperliche Aktivität vermieden oder zumindest in ihrem Verlauf positiv beeinflusst werden, was zur Verbesserung und zum Erhalt von Gesundheit und Lebensqualität führt.

Um auch im höheren Alter gesund und beweglich zu bleiben, veranstaltet die Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V. (LVG) einen Aktionstag „Bewegt in Mansfeld-Südharz“ am Mittwoch, den 23. Februar 2022, von 15:00 – 18:00 Uhr im Europa-Rosarium Sangerhausen (Glashaus), Am Rosengarten 2A, 06526 Sangerhausen.

Die Veranstaltung richtet sich an Akteur\*innen der Seniorenarbeit und interessierte Bürger\*innen der Region Mansfeld-Südharz. Beim Aktionstag sind die 2-G-Regeln zu berücksichtigen. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Neben einem Fachvortrag zur Bedeutung von Bewegung und Aktivität im Alter von Dr. med. Jan Phenn, Ärztlicher Direktor und Chefarzt der Unfallchirurgie und Orthopädie an der Helios Klinik Sangerhausen wird es Informationsstände zu unterschiedlichen Bewegungsangeboten in Sangerhausen und Umgebung geben. Im Rahmen des Projekts „Bewegungsraum“ wurden in enger Zusammenarbeit mit dem Landkreis Mansfeld-Südharz und der Stadt Sangerhausen verschiedene Bewegungsangebote für ältere Menschen geschaffen, wie z.B. Alltagstraining im Quartier (ATQ), Bewegungstreffs, ErlebnisTanz, Rolltor-Fit und Boule. Zudem können Besucher\*innen an verschiedenen Mitmach-Aktionen vor Ort teilnehmen z.B. am Teppichcurling.

### **Anmeldung**

Für eine bessere Planung bitten wir Sie, sich frühzeitig anzumelden.

**Anmeldeschluss ist der 18.02.2022.** Sie können sich per E-Mail unter [bewegungsraum@lvg-lsa.de](mailto:bewegungsraum@lvg-lsa.de) oder auch online unter <https://www.lvg-lsa.de/veranstaltungen> anmelden.

### **Ansprechpartner\*in:**

LVG: Kristina Hartwig, Tel.: 0391/ 28 86 83-0