

Name des Projektes: **MLBS – Mobile Ländliche Bewegungsschule**



EUROPÄISCHE UNION  
**ELER**  
Europäischer Landwirtschaftsfonds für  
die Entwicklung des ländlichen Raums

### Ziele/Umsetzung/Meilensteine des Projektes (in Stichworten) gern mit Fotos/Grafik:

**Hauptziel** der „MLBS - Mobile Ländliche Bewegungs-Schule“ ist die Einbeziehung von wahrnehmungs- und bewegungsbeeinträchtigten Menschen in das soziale Leben im ländlich geprägten Raum. Die Schulung richtet sich nicht nur an unterstützende Personen mit Bedarf in der Gegenwart, sondern enthält auch die Möglichkeit zur Beratung „Mobilität und Aktivität“ in den eigenen 4 Wänden. Die Teilnehmer werden zielgerichtet auf den Entwicklungsverlauf des Alterns vorbereitet.

#### Hilfe zur Selbsthilfe

- MLBS vermittelt, das auch ältere Menschen einander effektiv helfen können
- Die Schulungen beinhalten das Lernen zur Anleitung und die praktische Bewegungsunterstützung von wahrnehmungs- und bewegungsbeeinträchtigten Menschen (das betrifft Unterstützer & Unterstützte)
- Praktikable Lösungen für schmerzgeplagte, ängstliche und/oder adipöse Menschen werden individuell abgestimmt und gemeinsam erarbeitet
- Lokal orientierte Lösungen, z.B. Vereinshaus, Biergarten, Kirche, Schwimmbad etc. werden aufgezeigt
- Das Erlernte kann auch an andere Menschen weitergegeben werden (Multiplikatorenprinzip)



#### Beteiligte Partner:

Betroffene wahrnehmungs- und bewegungsbeeinträchtigte Menschen, Pflegende Angehörige, Beruflich Pflegende, Therapeuten, Freunde und freiwillige Helfer, Gemeinden in ländlichen Räumen von Sachsen-Anhalt, Einrichtungen, die für die Sozialstruktur im ländlichen Raum von Bedeutung sind, Kirche, FFW, THW, Treffpunkte, Mehrgenerationenhäuser, Vereinshäuser etc., alle Einrichtungen mit Bezug zur ambulanten und stationären Pflege älterer Menschen

#### Nutzen/Perspektiven/Barrieren bzw. Schwierigkeiten:

Im Falle von schleichenden Veränderungen, wie sie der „normale“ Prozess des Alterns vorgibt, ist die Beratung zum Prozessverlauf mit den Besonderheiten des Lebens im ländlichen Raum sehr wichtig. Im Bereich des Bewegungstrainings aber auch in der Beratung zur Nutzung technischer Unterstützungssysteme (AAL) liegen z.T. jahrzehntelange Erfahrungen vor und diese sollen auch die ländlichen Räume erreichen. Das grundlegende Arbeitsprinzip der **Mobilien Ländlichen Bewegungsschule** besteht im Angebot vor Ort - gänzlich mobil, im häuslichen Bereich, aber auch in öffentlichen Einrichtungen. Flexibilität, Transparenz, Individualität und partnerschaftliche Unterstützung prägen die Mobile Ländliche Bewegungsschule. • Bewegungsunterstützung im ländlichen Bereich hat so als Prozess die Chance „zum Selbstläufer“ zu werden und sich auch von „externer“ Beratung wie der „MLBS - Mobile Ländliche Bewegungsschule“ unabhängig zu machen.

Gefördertes Projekt: ja  nein

Förderzeitraum: 2020 – 2021

Projektzeitraum: 2 Jahre

Fördermittelgeber: ELER (FP 7005)

Fördersumme/Kosten (freiwillig): 54.000 € (in Aussicht)

#### Ansprechpartner:

MitteldeutscheBewegungsSchule.de  
Mitteldeutsche Bewegungsschule / Lothar Hartmann  
Geschwister-Scholl-Str. 4  
06118 Halle (Saale)  
Telefon: 0345 523 82 545  
E-Mail:  
[Lothar.Hartmann@MitteldeutscheBewegungsSchule.de](mailto:Lothar.Hartmann@MitteldeutscheBewegungsSchule.de)