

Kampagne „gerncherngsund“ der Martin Stiftung



Projektschwerpunkte

Ab Januar 2011 haben wir unter Einbezug der Bewohner/innen folgende Projekte/Anlässe durchgeführt (Massnahmen/Projekte ausschliesslich mit Fachmitarbeitende sind hier nicht aufgelistet):

- Kickoff-Veranstaltung mit allen Bewohner/innen im Januar 2011, an der u.a. einzelne Bewohner berichtet haben, was sie machen, um gesund zu sein (z.B. täglich ein Mittagsschlaf, bewusst Essen (jemand mit Übergewicht), Sport machen, Musik spielen, u.a.m.).
- Lauftreff jeden Montag mit durchschnittlich 11 Teilnehmenden
- Aufhängen von Gesundheitstipps in allen WC's der Martin Stiftung während einem Jahr (Beispiel: Was hast Du im letzten Monat besonders genossen? Wann liesse sich das wiederholen? - *Geniessen ist ein wichtiges Element der eigenen Gesundheit*) – insgesamt 19 solcher Empfehlungen)
- Durchführung von Gesundheitstreffpunkten durch einzelne Arbeitsabteilungen oder Wohngruppen. Z.B. die Gärtnerei, wo es neben der informellen Begegnungsmöglichkeit auch um Informationen ging, wie ein schwerer Gegenstand zu heben ist, wie man sich gegen die Sonne schützt, u.a.m.
- Spiel- und Sporttag mit den Angehörigen im Juni
- Spendenkampagne um die Verantwortung ins Bewusstsein zu rufen, dass zum Umgang mit der Gesundheit auch ein respektvoller Umgang für eine gesunde, gerechte Welt gehört: An zwei Tagen gab es am Mittag „nur“ eine währschafte Suppe (hat viele Gespräche ausgelöst); diverse Gruppen haben Aktionen durchgeführt. Resultat: Fr. 4'500.- für ein Ferienprojekt des HEKS für Menschen mit Behinderung in Ungarn.
- Start eines wöchentlichen Angebotes „Turnen für Senioren“ im Mai.
- Erarbeitung von Comitments der Bewohner/innen mit den Fachteams innerhalb ihrer Wohngruppe um einen Schritt für eine bessere Gesundheit zu machen (z.B. ab sofort gemeinsame Abendspaziergänge machen).
- Abschluss der Kampagne im Januar 2012 mit einer Ausstellung

Jürg Hofer, Direktor

Martin Stiftung Erlenbach
Im Bindschädler 10
8703 Erlenbach

