

Steigerung der Lebensqualität durch Bewegung



Centrumsleiterin Christel Dost, Sebastian von Tycowicz und Ergotherapeutin Stefanie Bauer

„Bewegung soll Spaß und Freude bringen, um alle zum mitmachen zu motivieren.“ Dieses Motto wird im Vitanas

Senioren Centrum Elbblick immer montags umgesetzt, wenn sich die Bewohner in kleinen Rehasportgruppen zusammenfinden. Durch eine Kooperation mit dem Verein VSB 1980 Magdeburg e.V. und der hauseigenen Ergotherapie wird der Rehasport genutzt, um ein gezieltes, zusätzliches Bewegungsangebot anzubieten.

Jede Übungsstunde wird durch den Trainer Sebastian von Tycowicz und die Ergotherapeutin Frau Bauer durch verschiedene Übungsaufgaben, Spiele und Alltagsaktivitäten individuell gestaltet. Trotz unterschiedlicher Erkrankungen wird so allen Bewohnern ein gemeinsames Trainingsangebot ermöglicht. Neben der Förderung sozialer



Kontakte durch eine offene und freundliche Gestaltung der Stunden ist für den Übungsleiter und ausgebildeten Diplom-Heilpädagogen Herrn von Tycowicz auch die Sturzprophylaxe ein sehr wichtiger Bestandteil des Trainingsprogramms.

„Die Resonanz unserer Be-

wohner ist äußerst positiv.“, freut sich die Centrumsleiterin Christel Dost nach jeder Übungsstunde und ist dem Verein VSB 1980 Magdeburg e.V. für die wunderbare und reibungslose Zusammenarbeit mit dem Vitanas Senioren Centrum Elbblick sehr dankbar.