

## Trainer\*innen Schulung:

Im Rahmen des Projektes „BIB – kommunale Bewegungsförderung für Ältere im Bezirk Berlin Pankow“ wird ein bewegungsförderliches Angebot in den Ortsteilen Buch, Prenzlauer Berg Ost, Weißensee Ost und Niederschönhausen implementiert. Um dieses Angebot in den unterschiedlichen Ortsteilen adäquat umsetzen zu können, bedarf es speziell ausgebildete Trainer\*innen. Hierzu wird eine Schulung zum/zur BIB-Trainer\*in durchgeführt. Diese Schulung behandelt u. a. Grundlagen zur Bewegungsförderung den Umgang mit Risikofaktoren und Besonderheiten der Zielgruppe, die Durchführung des Programms und die Motivation der Zielgruppe. Weiterhin wird Wissen zur gesundheitsförderlichen Wirkung von Bewegung und Entspannung, zur Stärkung physischer und psychosozialer Gesundheitsressourcen sowie zum sachgerechten Umgang mit den Trainingsmaterialien vermittelt. Nach der erfolgreichen Teilnahme an der Übungsleiterschulung können die BIB-Trainer\*innen<sup>®</sup> auf Honorarbasis, durch den QVnia e.V. beauftragt, das Bewegungsprogramm anleiten. Wenn Sie Interesse haben an der Übungsleiterschulung teilzunehmen und das Bewegungsprogramm zukünftig anzuleiten sowie die Voraussetzung der beruflichen Qualifikation als Physio- / Ergotherapeut\*in oder Sportwissenschaftler\*in oder lizenzierte Trainer\*innen erfüllen, melden Sie sich bitte beim QVnia e.V. unter der Telefonnummer: 030/ 474 88 77 0 oder per E-Mail unter [kontakt@qvnia.de](mailto:kontakt@qvnia.de).

Gefördert durch:



Unterstützt durch

