

Startschuss von Froböse: Unser Dorf bewegt sich

Gesundheits-Professor eröffnet das Projekt in Berghausen

Berghausen. Der VfL Berghausen-Gimborn lädt zur Auftaktveranstaltung des Projektes „Unser Dorf bewegt sich - 3000 Schritte mehr am Tag“ ein. Zu Gast ist Professor Dr. Froböse von der Deutschen Sporthochschule in Köln.

Mitveranstalter sind der Verschönerungsverein, die Freiwillige Feuerwehr, ein Rehadienst sowie der Dorfarzt Dr. Blettenberg.

Am Donnerstag, 28. Januar, 18 Uhr (nicht um 19 Uhr) wird der Gesundheitsexperte in der Mehrzweckhalle am Espenweg in Gummersbach-Berghausen den Startschuss zu einem Gesundheits-Projekt geben, das

nicht nur in der oberbergischen Region einmalig ist.

Alle Bürger sind eingeladen, die Auftaktveranstaltung zu besuchen und sich im Anschluss an der 15-wöchigen Gesundheits-Aktion zu beteiligen.

Dies alles nahezu kostenfrei, ohne Zwang, ohne Vereinsmitgliedschaft und mit großen Möglichkeiten zur individuellen Gestaltung.

Ziel des Projektes ist es, durch 3.000 Schritte mehr am Tag die Teilnehmer in ein Mehr an Bewegung zu bringen, um so die Gesundheit individuell zu stärken.

Außerdem soll durch eine Vielzahl gemeinsamer Aktionen

der beteiligten Partner das „Wir-Gefühl“ und die dörfliche Gemeinschaft gestärkt werden. Das alles unter wissenschaftlicher Begleitung des Zentrums für Gesundheit der Deutschen Sporthochschule in Köln, die mit entsprechenden Tests und Befragungen eine Studie zum Projekt durchführt.

Der Aktionsplan sieht vor: sportliche Angebote, gesellige und soziale Veranstaltungen, Vorträge zur Gesundheitsbildung und Ausflüge mit kulturellen Zielen.

Informationen zum Aktionsplan und zum Projekt: www.vflberghausen.de abrufbar oder 0 22 66/38 50.