



## Denkathlon®

### Ausschreibung

Workshop aus dem Bereich „Sport und Generationen“ im Programm „Bewegt ÄLTER werden“ zur Entwicklung eines präventiven Angebotes mit dem Inhaltsschwerpunkt „Förderung der kognitiven Leistung und körperlichen Fitness“ durch das Prinzip Denkathlon®.

### Zielgruppe

Dieser Workshop ist für Partner und zukünftige Partner des Netzwerks „Bewegt ÄLTER werden im Kreis Viersen“, Übungsleiter\*innen und Vereinsvertreter, Vertreter\*innen von Alten- und Pflegeheimen und sonstige Interessierte.

### Inhalt

In diesem Workshop sollen Strukturen und Angebote konstruiert und erarbeitet werden, die eine Implementierung im Verein oder einer (Alten-, Pflege-) Einrichtung mit Unterstützung durch einen Verein ermöglichen. Vorrangig handelt es sich um Angebote, welche die kognitive Leistung durch körperliche Aktivität fördern. Diese Angebote sollen überwiegend outdoor und damit ortsungebunden stattfinden.

Der Mehrwert dieser zu gestaltenden Angebote ist vielfältig. Durch den demografischen Wandel und die älter werdende Gesellschaft, sowie durch die mangelnden Möglichkeiten in Pandemiezeiten zeichnen sich Defizite in der physischen und psychischen Gesundheit der Älteren ab. Darunter leidet auch die kognitive Leistungsfähigkeit.

Die im Workshop zu erarbeitenden Strukturen legen die Basis für niederschwellige, einfach umzusetzende Angebote. Auch das Netzwerk für die Umsetzung der Angebote soll hier aufgebaut werden.

### Ziel

Die Teilnehmenden erlangen Wissen über den Aufbau und Implementierung von niederschweligen (outdoor) Angeboten zur Steigerung der kognitiven und körperlichen Aktivität und Leistungsfähigkeit. Ein Netzwerk zur Umsetzung dieser Angebote soll angelegt werden.

#### Ihr Ansprechpartner:

**Alexander Tomm**  
Integration durch Sport  
Bewegt GESUND bleiben  
Bewegt ÄLTER werden

Tel.: 02162-36901-45  
Alexander.Tomm@ksb-viersen.de

#### KreisSportBund Viersen e.V.

Dechant-Stroux-Str. 11  
41748 Viersen  
Tel.: 02162-36901-00  
Fax: 02162-36901-40  
www.ksb-viersen.de

#### vertreten durch

**Angelika Feller**  
Vorsitzende  
Roßstr. 63  
47918 Tönisvorst  
Tel.: 02151-701172  
Mobil: 0172-6111701  
E-Mail: AFRO81@aol.com

#### Bankverbindung

Sparkasse Krefeld  
Kto.: 36601078  
BLZ: 320 500 00  
BIC: SPKRDE33  
IBAN: DE 42 3205 0000 0036 6010 78

StNr.: 102/5864/1140

#### MITGLIED IM

LANDESPORTBUND  
NORDRHEIN-WESTFALEN



#### UNSERE PARTNER



Termin: **22. September 2021** | Uhrzeit: **18:30 – 20:30 Uhr**

Ort: KreisSportBund Viersen e.V., Geschäftsstelle  
Dechant-Stroux-Straße 11, 41748 Viersen

Veranstalter: **KreisSportBund Viersen e.V.** | Referent: Christian Bosenick

Anmeldung: Fabian.Poth@ksb-viersen.de

Die Teilnahme ist **KOSTENFREI!**

#### WICHTIG!

Bitte beachten Sie die aktuellen  
Informationen und Regelungen für  
Präsenzveranstaltungen.

Informationen finden sie auch auf:

[www.ksb-viersen.de](http://www.ksb-viersen.de)

