

VHS-Zweckverband · Der Verbandsvorsteher
Postfach 2349 · 58265 Gevelsberg
Stadtverwaltung Schwelm
Herrn Andreas Tolksdorf
Hauptstrasse 14
58223 Schwelm

Datum	Raum	Auskunft erteilt/Durchwahl
02.09.2020	A 201	Frau Baeck /-112

Betreff: Reaktivierung der Halle West in Schwelm

Sehr geehrter Herr Tolksdorf,
hinsichtlich der Reaktivierung der Halle West in Schwelm ist für die vhs
Ennepe-Ruhr-Süd Folgendes vorstellbar:

Angebot zur Bewegungs- und Gesundheitsförderung der vhs Ennepe-Ruhr-Süd

Die vhs Ennepe-Ruhr-Süd kümmert sich seit ihrer Gründung als Einrichtung der kommunalen Weiterbildung in Kooperation mit den ortansässigen Vereinen um die Gesundheitsbildung und die Gesundheitsförderung im Ennepe-Ruhr-Südkreis und somit auch in Schwelm. In den letzten Jahren ist das Bedürfnis der immer älter werdenden Bevölkerung vor Ort nach gesundheitsfördernden und die Gesundheit erhaltenden Maßnahmen immer stärker geworden, um den mit Bewegungsarmut einhergehenden Risikofaktoren wie z.B. chronische Erkrankungen, der frühzeitige Verlust der Selbstständigkeit etc. vorzubeugen. Selbst bei bereits bestehenden chronischen Erkrankungen wurde von ihnen die regelmäßige körperliche Aktivität als eine unverzichtbare Gesundheitsressource erkannt.

Aus diesem Grunde hat es sich die vhs Ennepe-Ruhr-Süd zur Aufgabe gemacht, in jeder der Städte des Südkreises ein umfangreiches und auf bestimmte Zielgruppen (Senior*innen, Berufstätige) abgestimmtes Angebot zur Prävention und Gesundheitsförderung vorzuhalten. Mit der Reaktivierung der Halle West wäre der vhs Ennepe-Ruhr-Süd die Implementierung eines bedarfsgerechten, fortlaufenden Kursangebotes als sinnvolle und zielführende Angebotserweiterung möglich, das die Handlungsfelder Bewegung, Stressbewältigung und Entspannung bedient. Angeboten werden könnten dort sowohl fernöstliche Kurse zur Entspannung wie z.B. Yoga, Tai Chi, Qi Gong, Klangvolle Tiefenentspannung als auch Bewegungsangebote rund um die



Themen Faszien, Wirbelsäulengymnastik, Pilates, Krav Maga (Realitätsnahe Selbstverteidigung), ganzheitliche Körpertrainings zur Kräftigung und Mobilisierung der Muskulatur und zur Steigerung der persönlichen Fitness. Die jeweiligen Angebote sind auf die regionalen Bedarfe im Bereich der Gesundheitsförderung abgestimmt und werden dementsprechend jährlich angepasst und ggfs. erweitert. Ihre Umsetzung ist an Wochentagen und am Wochenende sowohl vormittags, mittags, nachmittags oder abends sowie in Zusammenarbeit mit Schwelmer Sportvereinen vorstellbar.

Neben den o.g. Zielgruppen könnten wir uns auch vorstellen, die von uns betreuten arbeitslosen Jugendlichen und Erwachsenen mit Gesundheitsangeboten zur versorgen und/oder diese an entsprechende Bewegungs- und Entspannungsangebote heranzuführen.

Wenn Sie diesbezüglich Fragen haben, können Sie mich gerne ansprechen.

Mit freundlichen Grüßen
Im Auftrag



Iris Baeck
Fachbereichsleiterin/stellv. vhs-Direktorin

