

## Hautnah erleben, wie sich das Alter anfühlt

AOVE präsentiert sich mit dem Projekt „Alt werden zu Hause“ bei der Internationalen Grünen Woche in Berlin.



**Kinaesthetics-Trainerin Margarete Hirsch bereitet das Team mit einfachen Übungen vor.**

Landkreis. Letzte Vorbereitungen für den Messeauftritt vom 21. bis 30. Januar bei der Internationalen Grünen Woche in Berlin absolvierte das Team um AOVE-Geschäftsführerin Waltraud Lobenhofer und Projektleiterin Monika Hager beim Treffen im Hahnbacher Rathaus. Auf Initiative der Deutschen Vernetzungsstelle für Ländliche Räume präsentiert die AOVE mit weiteren ausgewählten Regionen ihr Projekt „Alt werden zu Hause“ in Berlin. Hintergrund der Präsentation ist die Vorstellung besonderer Projekte aus dem ländlichen Raum mit neuen Ansätzen.

Zahlreiche Aktionen hat sich das Messeteam einfallen lassen, um möglichst viele Besucher über das Projekt und die Region zu informieren. Bei der Erlebnissimulation „Instant-Aging“ können die Messegäste hautnah erleben, wie sich Alter anfühlt und wie Alter einschränken kann.

Ein weiteres Highlight ist ein spezielles Fitnessgerät für Senioren, mit dem aufgezeigt wird, wie durch die Simulation des menschlichen Gangs eine Steigerung der Muskelleistung, eine Verbesserung der Muskelfunktion sowie die Verbesserung der Koordination möglich ist. Die Vorführung einfacher Kinaesthetics-Übungen soll dem Messesublikum aufzeigen, wie Bewegungskompetenz von Patienten gefördert wird, ohne die Pflegenden zu belasten. Weiter können die Besucher bei einem Messequiz mitmachen, bei dem es viele wertvolle Preise zu gewinnen gibt. Für Messegäste aus dem Landkreis Amberg-Sulzbach, die den Stand 109 der Deutschen Vernetzungsstelle in Halle 21 besuchen, hält das Team eine kleine Überraschung bereit.

**URL:**

[http://www.mittelbayerische.de/region/amberg/amberg/artikel/hautnah\\_erleben\\_wie\\_sich\\_das\\_a/624521/hautnah\\_erleben\\_wie\\_sich\\_das\\_a.html](http://www.mittelbayerische.de/region/amberg/amberg/artikel/hautnah_erleben_wie_sich_das_a/624521/hautnah_erleben_wie_sich_das_a.html)