



## P. SACHSEN fragt: Geht das - ...?!

Online-Veranstaltungsreihe für gelingende Gesundheitsförderung in der Praxis  
in Kooperation mit KGC Sachsen

**PRÄVENTION AUF  
DEN PUNKT**  
GEMEINSAM FÜR GESUNDHEIT

Herzlich willkommen zu unserer Online-Veranstaltungsreihe!

In **P. SACHSEN fragt: Geht das - ...?!** stellen wir Maßnahmen gelingender Gesundheitsförderung in Sachsen vor: Von der Praxis für die Praxis. Einmal im Quartal ermöglichen wir es in einem kurzweiligen Format, Wissenswertes zu entdecken, miteinander ins Gespräch zu kommen und Impulse für die eigene Arbeit mitzunehmen.

### **P. SACHSEN fragt: Geht das – Im Alter gemeinsam in Bewegung bleiben? – Das geht! Die Projekte „ÄLEN-Aktiv“ und „AuF leben“ zeigen, wie es funktionieren kann.**

Menschen zusammen in Bewegung bringen – das Projekt „ÄLEN-Aktiv“ vom AktivSport Saxonia e.V. in Kooperation mit dem Landkreis Leipzig hat sich genau das zum Ziel gesetzt. Gemeinsame Aktivitäten und diverse Bewegungsangebote stehen im Fokus der kostenlosen Kursangebote für Senior\*innen ab 60 Jahren. Ulrike Winkler (Sportkoordinatorin, AktivSport Saxonia e.V.) wird Ihnen u.a. vorstellen, welche Gelingensfaktoren dazu beigetragen haben, dass das Projekt von Senior\*innen angenommen wird, Herausforderungen beleuchten – und Ihre Fragen beantworten.

Menschen ab 60 Jahren in Bewegung bringen und motivieren – auch das Projekt „AuF leben“ trägt dazu bei. Der Ansatz: Die Kommune mit regionalen Sportvereinen zusammenbringen, um so die Zielgruppe bestmöglich zu erreichen. Dabei soll nicht nur die körperliche Aktivität gesteigert, sondern ebenso die Bewegungsverhältnisse in der Kommune verbessert werden. Warum es dazu kommunale Netzwerke braucht und wie das Projekt AuF leben in den letzten Jahren umgesetzt wurde, wird Ihnen Jörg Müller (AuF-Berater, Sächsischer Turn-Verband e.V.) darstellen.

- Termin:** Mittwoch, 11. Juni 2025
- Uhrzeit:** 13:00 – max. 14:00 Uhr
- Format:** online über ZOOM
- Teilnehmende:** Alle, die sich mit Gesundheitsförderung beschäftigen und Interessierte
- Anmeldung:** <https://www.p-sachsen.de/event/p-sachsen-fragt-geht-das-4/>

Der Zugangslink zur Veranstaltung wird einige Tage vorher versandt. Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenfrei.

- Kontakt:** Belinda Stephan (Geschäftsstelle P. SACHSEN), [gs@p-sachsen.de](mailto:gs@p-sachsen.de)  
Helena Horn (KGC Sachsen), [helena.horn@slfg.de](mailto:helena.horn@slfg.de)  
[www.p-sachsen.de](http://www.p-sachsen.de)

Ein gemeinsames Angebot von P. SACHSEN und der Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit (KGC) Sachsen



Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V

