

# VEREINSINITIATIVE GESUNDHEITSSPORT



**PRESSEKONTAKT**  
Heike Schwitalla  
0171 9129415  
presse-ini@gmx.net

## **Vereine:**

ESG Frankonia , In Nae, KTV, MTV, PSK, PSV, SC Wettersbach, SG Eichenkreuz, SG Siemens, SG Stupferich, SpVgg Aue, SSC, SV Northwest, SVK Beiertheim, TG Aue, TS Durlach, TS Mühlburg, TSV Bulach, TSV Grötzingen, TSV Grünwinkel, TSV Palmbach, TSV Rintheim, TUS Neureut, TUS Rüppurr, VT Hagsfeld, SSV Ettlingen, TG Eggenstein, TG Söllingen, TV Bretten, TV Hochstetten

## **Kooperationspartner:**

Schul- und Sportamt, Sportkreis Karlsruhe, Karlsruher Turngau, AOK Mittlerer Oberrhein

## **Karlsruher Gesundheitstage**

### **Die Vereinsinitiative Gesundheitsport (INI) schaut auf eine gelungene Veranstaltung zurück**

Im Rahmen des 19. Deutschen Präventionstags fanden am 12. und 13. Mai auf dem Festplatz die Karlsruher Gesundheitstage statt. Unter dem Motto „Fit sein - Keine Frage des Alters“ stellten sich zahlreiche Karlsruher Vereine, Organisationen und städtische Stellen vor. Darunter auch die Vereinsinitiative Gesundheitsport (INI), ein Zusammenschluss von 25 Karlsruher Vereinen und fünf Vereinen aus der Region, der sich seit 1989 der Verbesserung des Gesundheitsbewusstseins in der Bevölkerung widmet und dabei die Themen Vorsorge/Prävention und Nachsorge/Rehabilitation in den Fokus seiner Arbeit stellt.

INI-Geschäftsstellenleiterin Diana Marušić zieht nach zwei Tagen ein rundum positives Resümee: „Trotz der nicht immer guten Wetterbedingungen waren doch recht viele Besucher da. Unser Stand war gut frequentiert, ich bin mit der Zahl der Interessierten zufrieden – wir hatten durchweg was zu tun. Schön war auch zu sehen, dass die Mitmachangebote gut angenommen wurden.“

Denn am Stand der INI gab es nicht nur jede Menge Informationen rund um das Gesundheitssportangebot der Vereine sondern auch gezielte Anregungen in Sachen Bewegung: Es wurden in Kooperation mit den „Rundum gesund Apotheken“, dem Diabetikerbund und der AOK zum Thema „Medikament Bewegung“ geführte halbstündige Spaziergänge durch den Stadtgarten angeboten, begleitet von Mitarbeitern des Gesundheitsamtes - mit Blutzuckermessung vorher und nachher, um zu zeigen, dass bereits moderate Bewegung sich positiv auf die Werte und damit das Befinden auswirken kann. Außerdem konnten die Besucher an Sportangeboten teilnehmen, die eigens auf die Bedürfnisse von Diabetikern abgestimmt sind. Prof. Dr. Goßner vom Städtischen Klinikum war für eine Beratungsstunde vor Ort und von den Vereinen engagierten sich der MTV, der PSK, die SG Siemens und der SSC. Zum anderen hielt die INI umfassende Informationen zum Nordic Walking bereit, hier war der TSV Bulach im Einsatz. Die Turnerschaft Durlach lud zu einem Zumba-Mitmachprogramm, das sehr gut bei den Besuchern ankam. Zum Abschluss der Gesundheitstage gab es noch ein Pilates-Angebot von der ESG Frankonia., auch dies fand guten Zuspruch

# VEREINSINITIATIVE GESUNDHEITSSPORT



**PRESSEKONTAKT**  
Heike Schwitalla  
0171 9129415  
presse-ini@gmx.net

## **Vereine:**

ESG Frankonia , In Nae, KTV, MTV, PSK, PSV, SC Wettersbach, SG Eichenkreuz, SG Siemens, SG Stupferich, SpVgg Aue, SSC, SV Nordwest, SVK Beiertheim, TG Aue, TS Durlach, TS Mühlburg, TSV Bulach, TSV Grötzingen, TSV Grünwinkel, TSV Palmbach, TSV Rintheim, TUS Neureut, TUS Rüppurr, VT Hagsfeld, SSV Ettlingen, TG Eggenstein, TG Söllingen, TV Bretten, TV Hochstetten

## **Kooperationspartner:**

Schul- und Sportamt, Sportkreis Karlsruhe, Karlsruher Turngau, AOK Mittlerer Oberrhein

„Die Besucher waren meist positiv überrascht über die Vielzahl von Angeboten in Karlsruhe. Alle, die aktiv mitgemacht haben, hatten Riesenspaß – selbst die Spaziergänger, die ordentlich Regen abbekommen hatten, kamen stets gutgelaunt und mit einem Lächeln im Gesicht zurück. Ich denke, dass wir ganz gut zeigen konnten, dass Gesundheitssport in den Vereinen am meisten Spaß macht, man fit bleibt und gesund. Sich in der Gruppe zu bewegen macht einfach viel mehr Freude als alleine“, resümiert Diana Marušić.

Deshalb steht für die die Vereinsinitiative Gesundheitssport auch fest: Man wird sich auch bei der nächsten Auflage der Karlsruher Gesundheitstage gerne beteiligen. „Denn eines unserer Kernziele ist die Verbesserung des Gesundheitsbewusstseins in der Bevölkerung und dabei ist es einfach wichtig, dass man immer wieder auf sich aufmerksam macht“ so Diana Marušić abschließend.

Bilder: Bildmaterial der INI – honorarfrei – Bildquelle: INI/Schwitalla

Bild1: Diana Marušić berät am Stand der INI

Bild 2: Blutzuckermessung am Stand der INI