

## Einladung zur Pressekonferenz

Datum: 07.10.2020  
Uhrzeit: 17:00 Uhr  
Ort: „die Halle“, Grüner Weg 22, 52070 Aachen

30.09.2020

### **„MOVE ON“ – Runter von der Couch – rein in „dieHalle“ Ehrenamtliches Jugendsportprojekt mit professionellem Coaching**

Unter dem Dach der Bürgerstiftung Lebensraum Aachen gibt es ein neues Projekt: „MOVE ON“! Hierbei dreht sich alles um Bewegung – wie der Projektname schon signalisiert.

„MOVE ON“ ist ein niederschwelliges Jugendsportprojekt, das Jugendlichen im Alter von 14-18 Jahren die Möglichkeit bietet, fachlich betreut und nahezu kostenneutral Sport zu betreiben.

„Der Fokus von „MOVE ON“ liegt klar auf dem Thema Gesundheit, aber auch darauf, Jugendliche erstmals oder wieder den Spaß an Bewegung zu ermöglichen, und zwar so, dass alle Jugendlichen sich dies leisten können“, so Christiane Knäpper, Initiator, Projektleiter und im Team aktiver Physiotherapeut von „MOVE ON“.

Zu viel Stress und zu wenig Bewegung sind nicht mehr nur Phänomene des Arbeitsalltags von Erwachsenen. Längst hat diese Entwicklung auch junge Menschen ereilt. Zwischen Schultag, Smartphone und PC bleibt häufig nicht genug Raum für Sport. Oft fehlt es an kostengünstigen, flexiblen und einfachen Möglichkeiten. Eine solche Möglichkeit hat „MOVE ON“ nun geschaffen.

### **Sportangebot mit einer großen Palette an Wahlmöglichkeiten**

Ein umfangreiches Angebot, fördert nicht nur den Spaß an Bewegung, sondern setzt weitere gesundheitliche Akzente, bestimmte Bewegungsabläufe zu trainieren, was besonders wichtig ist für Jugendliche mit Bewegungseinschränkungen und Handicaps.

Die Jugendlichen können zwischen vielen attraktiven Angeboten wählen wie bspw. Bouldern, Ninja Warriors, Parcours, Calisthenic, Trampoline, Cardiogeräten und auch verschiedenen Sportarten im Sand.

AP: Marita Jansen

Bürgerstiftung Lebensraum Aachen  
Burg Frankenberg, Goffartstr. 45  
52066 Aachen

Vorsitzende Britta Weisel

info@buergerstiftung-aachen.de  
www.buergerstiftung-aachen.de

Telefon 0241 / 45 00 130

Öffnungszeiten:  
Mo.-Fr. 09.00 – 15.00 Uhr



## **Gesundheit im Zentrum - Professionelles, ehrenamtliches Trainerteam**

Beachtenswert: Begleitet werden die Jugendlichen von einem qualifizierten Trainerteam aus Ärzten, Physiotherapeuten, Physiotherapieauszubildenden, Medizinstudenten, Ernährungsberater\*innen.

Diese stehen den Jugendlichen zu den angegebenen Trainingszeiten beratend zur Seite, was besonders wichtig ist für Teilnehmer\*innen mit gesundheitlichen Problemen. Sensibilisierung für Gesundheitsthemen ist dabei wesentlicher Teil des Anliegens.

## **Wie können Jugendliche Zugang zu „MOVE ON“ bekommen?**

„MOVE ON“ funktioniert über ein Vouchersystem.

Diese vorgefertigten Voucher bekommen Jugendliche an verschiedenen Schlüsselstellen, wie bspw. Kinder- und Jugendmediziner, Jugendheime oder Jugendämter, wenn Bewegungsmangel oder Handicaps bestehen.

Dieser Voucher berechtigt zur Teilnahme am Projekt in „dieHalle“ zu festen Trainingszeiten.

Der finanziellen Anteil für die Jugendlichen ist bewusst niederschwellig gehalten:

„MOVE ON“ kostet eine einmalige Verwaltungsgebühr von € 5,- und € 1,- pro Training.

Das Angebot ist ohne jegliche vertragliche Bindung.

Trainingszeiten sind zweimal wöchentlich von jeweils 17-19 Uhr.

## **Wer steht hinter dem Projekt?**

Die Bürgerstiftung Lebensraum Aachen ist alleiniger Träger des Projektes.

Die Lebenshilfe Aachen sowie die Schule für Physiotherapie der Uniklinik Aachen sind bei „MOVE ON“ mitwirkende Kooperationspartner.

Darüber hinaus erhält das Projekt Zuspruch des Universitätsklinikum Aachen. Und auch die Stadt Aachen und der Stadtsportbund Aachen befürworten das Jugendsportprojekt.

Eine enge Kooperation besteht mit „Die Halle“, einer Boulder- und Freizeithalle in Aachen.

Dank einer Anschubfinanzierung von „Aktion Mensch“ konnte das Projekt in die Wege geleitet werden.

„Wir als Bürgerstiftung freuen uns sehr, dieses von der Idee, Qualität und Umsetzung hochwertige Projekt für Jugendliche unter unserem Dach zu haben. Der Initiator Christian Knäpper zeigt einmal mehr, was ein einzelner Mensch bewegen kann und wie man mit Begeisterung für die Sache gleich ein ganzes Team von Menschen zum Mitmachen motivieren kann. Genau dies ist der Kerngedanke von Bürgerstiftung, so Marita Jansen vom Vorstand der Bürgerstiftung Lebensraum Aachen.“

**AP: Marita Jansen**

Bürgerstiftung Lebensraum Aachen  
Burg Frankenberg, Goffartstr. 45  
52066 Aachen

Vorsitzende Britta Weisel

info@buergerstiftung-aachen.de  
www.buergerstiftung-aachen.de

Telefon 0241 / 45 00 130

**Öffnungszeiten:**  
Mo.-Fr. 09.00 – 15.00 Uhr



## Zur dauerhaften Etablierung von „Move On“ werden Spenden benötigt

Um das Projekt auf lange Sicht durchführen zu können, sind Spenden willkommen. Wer einen Teil zum dauerhaften Gelingen des Jugendsportprojektes beitragen möchte, kann mit dem Betreff „MOVE On“ auf das Konto der Bürgerstiftung spenden – gerne auch regelmäßig: IBAN: DE46370605900003690091 BIC: GENODED1SPK Sparda Bank West

Mit freundlichen Grüßen

Marita Jansen

Mitglied des Vorstandes  
PR, Öffentlichkeitsarbeit, Bildung, Fundraising  
Bürgerstiftung Lebensraum Aachen

Tel.: +49 241 45 00 130

Fax: +49 241 45 00 131

[marita.jansen@buergerstiftung-aachen.de](mailto:marita.jansen@buergerstiftung-aachen.de)

Burg Frankenberg  
Goffartstraße 45  
52066 Aachen  
[www.buergerstiftung-aachen.de](http://www.buergerstiftung-aachen.de)

AP: Marita Jansen

Bürgerstiftung Lebensraum Aachen  
Burg Frankenberg, Goffartstr. 45  
52066 Aachen

Vorsitzende Britta Weisel

[info@buergerstiftung-aachen.de](mailto:info@buergerstiftung-aachen.de)  
[www.buergerstiftung-aachen.de](http://www.buergerstiftung-aachen.de)

Telefon 0241 / 45 00 130

Öffnungszeiten:  
Mo.-Fr. 09.00 – 15.00 Uhr



## Bildmaterial zur freien Verwendung



Christian Knäpper beim Training



AP: Marita Jansen

Bürgerstiftung Lebensraum Aachen  
Burg Frankenberg, Goffartstr. 45  
52066 Aachen

Vorsitzende Britta Weisel

[info@buergerstiftung-aachen.de](mailto:info@buergerstiftung-aachen.de)  
[www.buergerstiftung-aachen.de](http://www.buergerstiftung-aachen.de)

Telefon 0241 / 45 00 130

Öffnungszeiten:  
Mo.-Fr. 09.00 – 15.00 Uhr

