

playfit® und die terzStiftung: Kooperationspartner in der Schweiz

Eine Kooperation der besonderen Art haben die terzStiftung aus Berlingen und die Hamburger Firma playfit®, die hochwertige Trainingsgeräte für den Aussenbereich herstellt, beschlossen. Durch ein gemeinsames Vorhaben mit dem Arbeitstitel «playfit parcours® ein Projekt der terzStiftung» wird ein Bündnis geschlossen, das insbesondere Menschen in der zweiten Lebenshälfte in der Schweiz zugute kommen soll.

Die terzStiftung setzt sich dafür ein, dass Menschen möglichst lange selbständig bleiben können. Das ist ein zentraler Wunsch der meisten älteren Menschen. Aus Sicht von terz gibt es drei wesentliche Bedrohungen, die im Alter die Selbständigkeit einschränken:

1. Gesundheit
2. Komplexität des Alltags
– das Leben wird immer komplizierter
3. Beschleunigung – während alles noch schneller geht, ist es naturgegeben, dass ältere Menschen sukzessive in einen langsameren Rhythmus gehen.

Die terzStiftung kann diese Entwicklungen natürlich nicht direkt beeinflussen.

Andererseits könnten bestimmte Prozesse so gesteuert werden, dass die Komplexität und die Beschleunigung nicht mehr in dieser Masse ältere Menschen bedrohen.

Beispiel Gesundheit und Prävention. Eine grosse Gefahr für ältere Menschen ist der Sturz. Stürze und Verletzungen können, durch gezieltes Muskeltraining und durch Bewegung, massiv gesenkt werden. Die Skelettmuskeln sind gut mit dem Nervensystem verbunden und lassen sich bewusst

steuern. Ständige Bewegung ist lebenswichtig: 3 Wochen Bettruhe schwächen den Körper mehr als 2 Jahrzehnte des Alterns.

Die Edelstahlgeräte des playfit parcours® bieten ein niederschwelliges Trainingsangebot mit hohem Aufforderungscharakter als Grundlage für Bewegung im Freien an, die auch noch Spass macht. Hier soll nicht der gute alte Vita Parcours ersetzt oder in Frage gestellt werden, ganz im Gegenteil: der playfit parcours® soll komplementär Innerorts und in unmittelbarer Nähe der Wohnung noch mehr Menschen die Möglichkeit geben, ein kurzes und wirksames Bewegungsprogramm sogar regelmässig durchzuführen – ob Touristen, Bewohner oder Arbeitstätige in der Pause. Hinzu kommt, dass die Geräte an der frischen Luft aufgebaut sind und wenn der Standort gut gewählt wird, auch intergenerative Kontakte entstehen können.

Es reicht allerdings nicht aus, einfach Geräte anzuschaffen und irgendwo einzubauen: playfit®, mit bereits über 200 Standorten in Deutschland als Erfahrungsgrundlage und terz stellen gemeinsam ab sofort Entscheidungsträgern von Kommunen und anderen Standorten ihr Know-how und Netzwerk

bei dieser wichtigen Frage gerne zur Verfügung: sie können in Form einer intensiven individuellen standortbezogenen Beratung sowohl im Vorfeld als auch nach Errichtung begleitend mitwirken.

Ein playfit parcours® der als gemeinsames Projekt mit der terzStiftung konzipiert wird, soll also nicht «nur» ein Fitnessplatz sein, sondern ein Standort, der gezielt die Selbständigkeit älterer Menschen ausdrücklich und offensichtlich fördert.

Abschliessend ein Wort zu den Kosten: playfit® und terz haben für diesen Zweck eine Rahmenvereinbarung getroffen, die Kunden in der Schweiz, die an dem gemeinsamen Projekt teilnehmen, attraktive Einkaufskonditionen ermöglichen: ein Grund mehr also für Entscheidungsträger sich mit diesem hochaktuellen Thema auseinanderzusetzen.

Playfit GmbH
Brauwerknechtgraben 53
D-20459 Hamburg
Tel. +49 (0)40 37 50 35 19
Fax +49 (0)40 30 70 92 63
info@playfit.eu
www.playfit.eu

