

Was ist „Land in Bewegung“?

Ziel der Landesinitiative ist es, die Menschen in Rheinland-Pfalz zu mehr Bewegung und Sport zu motivieren. Die Initiative soll vorhandene und neue Bewegungs- und Sportangebote vor Ort in den rheinland-pfälzischen Städten und Gemeinden bekannt und für alle Bürgerinnen und Bürger zugänglich machen. So soll die Initiative einen Beitrag für **mehr Spaß an Bewegung** und einen **gesunden Lebensstil** leisten.

Die Bewegungs- und Sportangebote finden überwiegend im öffentlichen Raum (wie Plätze, Grün- & Freizeitflächen) in den Kommunen sowie in den Sport- und Freizeiteinrichtungen statt und sollen kostenfrei zugänglich sein. Die Angebote werden gemeinsam mit Partnern, Institutionen und Vereinen sowie den Bürgerinnen und Bürgern (weiter)entwickelt und umgesetzt. Bereits bestehende Angebote vor Ort können und sollen Teil der Landesinitiative sein/ werden.

Wie finde ich Bewegungsangebote in meinem Umfeld?

Die Webseite land-in-bewegung.rlp.de bündelt all diese Angebote. Hier finden alle interessierten Bürgerinnen und Bürger die Sport- und Bewegungsangebote in ihrem Wohnumfeld.

Die **Bewegungsmanager** stellen eine zusätzliche Möglichkeit dar. Sie sind die Ansprechperson für das Bewegungsnetzwerk vor Ort. Die jeweiligen Kontaktdaten sind auf der Webseite der Initiative aufgelistet.

Werden Sie Teil der Initiative!

Wir suchen stets starke Partner, die mit ihren Bewegungsangeboten Menschen zu mehr **Bewegung** und einem **aktiven Alltag** begeistern. Sie sind ein Verein, eine Organisation, Institution oder auch Privatperson und bieten frei zugängliche Mitmachangebote für Jung und Alt an? Dann nehmen Sie gerne Kontakt mit uns oder Ihrem Bewegungsmanager vor Ort auf.

Vorteile einer Partnerschaft

- ✓ Sie setzen sich für einen **aktiveren Alltag** aller Menschen in Rheinland-Pfalz ein.
- ✓ Sie können unser Logo als **offizieller Partner** verwenden.
- ✓ Sie profitieren von der **landesweiten Öffentlichkeitsarbeit** und medialen Aufmerksamkeit der Initiative und erhalten dadurch eine zusätzliche Möglichkeit der **Gewinnung neuer Mitglieder** oder Kunden in Ihrer Organisation.
- ✓ Sie sind Teil des **landesweiten Netzwerks** spannender Bewegungsangebote/ -anreize.

Voraussetzung einer Partnerschaft

Aktivierend: Sie möchten Ihre Zielgruppe langfristig zu Bewegung motivieren.

Nachhaltig: Ihr Bewegungsangebot soll langfristig positive Veränderungen erzielen.

Frei zugänglich und nicht kommerziell: Ihr Bewegungsangebot ist öffentlich für jede Bürgerin und jeden Bürger zugänglich und beinhaltet keine Kosten oder vertragliche Bindung.

Bewegungsaktion #Bewegungssteine

#Bewegungssteine sind kreativ gestaltete Steine, die zur Bewegung motivieren. Sie sind kunstvoll bemalt und/oder mit kleinen Aufgaben oder Bewegungstipps versehen. Die Steine motivieren zum **Suchen, Finden, Freuen, Bewegen, Posten** und **Weiterbewegen**. Das Projekt bietet tolle Möglichkeiten der Bewegung und Begegnung über alle Generationen hinweg.



Selbst einen #Bewegungsstein in die Welt schicken? So geht's!

1. Einen Stein suchen, der von der Größe gut in eine Hosentasche passt.
2. Kreativ sein und eine Bewegungsübung auf den Stein schreiben/malen. Den Stein mit **#Bewegungssteine** oder **Bewegungssteine.de** versehen.
3. Den Stein an einen Ort legen, wo er niemanden stört, aber leicht gefunden werden kann.

Einen Stein gefunden?

Großartig! Schauen Sie ihn genau an, vielleicht finden Sie darauf eine kleine Übung. Wenn Sie Lust haben, führen Sie diese Übung aus. Tragen Sie den Bewegungsstein anschließend weiter, damit sich auch andere freuen können.



„Land in Bewegung“ vor Ort

Ich habe heute in meiner Klasse Bewegungsteine bemalt und im Wald ausgelegt. Wir hatten alle Spaß!

Mit Hilfe von „Land in Bewegung“ haben wir viele neue und motivierte Mitglieder in unserem Laufverein bekommen

Durch die Outdoor-Gruppe habe ich viele Kontakte geknüpft und es geschafft, mich einmal die Woche an der frischen Luft zu bewegen.

Bewegungsmanager vor Ort



VERBINDET. VERNETZT. BEWEGT.

Bei Rückfragen:

E-Mail:

Rheinland-Pfalz-Land-in-Bewegung@mdi.rlp.de

Telefon:

06131/ 16-3912

www.land-in-bewegung.rlp.de



LANDESINITIATIVE "RHEINLAND-PFALZ - LAND IN BEWEGUNG"

Bewegung macht Spaß, fördert die Gesundheit und stärkt die Gemeinschaft!

Möchten Sie selbst aktiv werden? Egal, ob Laufen, Walken oder Gymnastik im Freien - das Team von „Land in Bewegung“ unterstützt Sie gerne bei der Suche nach der passenden Bewegungsmöglichkeit.

Auch freuen wir uns über Verstärkung und viele neue Partner.

Für Fragen stehen wir Ihnen jederzeit zur Verfügung.



www.land-in-bewegung.rlp.de



MINISTERIUM DES INNERN
UND FÜR SPORT



MINISTERIUM FÜR SOZIALES,
ARBEIT, GESUNDHEIT
UND DEMOGRAPHIE



www.land-in-bewegung.rlp.de

