



6-ÅRS FØDSELSDAG PÅ TAVLHØJ!

I oktober måned 2012 gik Projekt KOL-motionsfællesskaber i luften på Tavlhøj Aktivitetscenter.

Projektet var et samarbejde mellem Tavlhøj Aktivitetscenter, frivillige borgere i Taulov og omegn samt Fredericia Kommunes GenoptræningsCenter. Formålet var at folk med lungesygdom fik mulighed for at mødes og i fællesskab få god motion og godt samvær.

Pengene til projektet kom fra Socialstyrelsens pulje Et Aktivt Ældrelev. Vi fik etableret et træningslokale på Tavlhøj Aktivitetscenter og indkøbt træningsudstyr. Vi annoncerede i avisen efter interesserede, kontaktede folk personligt og holdt et informationsmøde, der gik over al forventning. Interessen for træningen var stor, og der blev hurtigt dannet 3 hold og frivillige tovholdere tilknyttet.

Efter projektperiodens ophør trænede deltagerne videre på holdene med support fra GenoptræningsCentret, og idéen viste sig heldigvis at være langtidsholdbar. Der er fortsat 3 hold i gang hver uge, der pustes, svedes, grines og snakkes og der er plads til flere!

Tusind tak til alle deltagere, tovholdere, frivillige og medarbejdere på Tavlhøj for at gøre det muligt.

Konceptet er nu kopieret til Seniorhuset I.P.Schmidt.

STORT TILLYKKE MED FØDSELSDAGEN! ☺