

SHV Perg



GENERATIONENPARK DER BEGEGNUNG UND BEWEGUNG

ERÖFFNUNG
am 24.05.2019

beim SENIORIUM PERG



Quelle: Prof. Mag. Alexander Schneider



Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union

 Bundesministerium
Nachhaltigkeit und
Tourismus


LE 14-20
Entwicklung für den Ländlichen Raum



Europäischer
Landwirtschaftsfonds für
die Entwicklung des
ländlichen Raums:
Hier investiert Europa in
die ländlichen Gebiete.





Impressum

Medieninhaber & Herausgeber

Sozialhilfeverband Perg

Obmann Ing. Mag. Werner Kreisl
Dirnbergerstraße 11, 4320 Perg

Tel.: (+43 7262) 551-67 320

Fax: (+43 7262) 551-267 399

shv.bh-pe.post@ooe.gv.at

www.shv.perg.at

GENERATIONENPARK der BEGEGNUNG und BEWEGUNG

Auf der Freifläche neben dem Bezirksalten- und Pflegeheim SENIORium Perg errichtete der SHV PERG, ein Gemeindeverband der 26 Gemeinden des Bezirkes Perg, mit Unterstützung der STADTGEMEINDE PERG und der FIRMA LANGEDER GARTENHARMONIE aus Perg sowie mit finanzieller Unterstützung der EUROPÄISCHEN UNION (LEADER) und des LANDES OÖ einen Generationenpark der Begegnung und Bewegung sowie einen neuen Generationen-Spazierweg. Gesundheit, Wohlbefinden, Leistungsfähigkeit, Stressabbau und Burn-out Prävention aber auch ein idealer Begegnungsort aller Altersgruppen sowie Sport als gesellschaftliches Miteinander ließen ein neues Highlight der etwas anderen Art in der Bezirksstadt entstehen.

Das 2012 eröffnete SENIORium Perg ist ein Bezirksalten- und Pflegeheim des SHV Perg, in dem bis zu 102 (insbesondere) altersbedingt pflegebedürftige Personen betreut und gepflegt werden. 6 Pflegeplätze davon können zur Kurzzeitpflege bis zu max. 3 Monate vergeben werden. Im SENIORium Perg ist auch das Senioren-Tageszentrum für bis zu 18 Tagesgäste untergebracht, das älteren Personen offen steht, die den Tag mit Gleichgesinnten verbringen wollen und Unterstützung im täglichen Leben hinsichtlich Pflege und Betreuung brauchen. Auch für die Angehörigen bedeutet diese Möglichkeit eine enorme Entlastung und steigert somit die eigene Lebensqualität. Unmittelbar neben dem SENIORium ist auch die Sonderwohnform „Betreubares Wohnen“ angesiedelt. Mit dieser Wohnform soll älteren Menschen eine selbstständige Lebensführung innerhalb der eigenen Wohnung ermöglicht werden. Das Betreubare Wohnen ist barrierefrei ausgestattet.

SENIORium Perg, Senioren-Tageszentrum und Betreubares Wohnen bisher das ZENTRUM DER ÄLTEREN GENERATIONEN in Perg.

Auch wenn die Entfernung zum Perger Stadtplatz, dem offiziellen Zentrum der Stadtgemeinde Perg, in der Luftlinie gering ist, war dieses bisherige Zentrum der älteren Generationen eher wenig frequentiert. Ältere Menschen wollen aber am gesellschaftlichen Leben teilhaben, mit anderen Personen in Kontakt treten oder zumindest Aktivitäten über ihre Fenster und Balkone beobachten. Die hier von vielen vermutete scheinbar erwünschte absolute Ruhe unter Tags ist somit de facto unerwünscht.

Gleichzeitig war in der Stadt Perg, wie Stadträtin Gabriele Jungwirth am Beginn der Überlegungen feststellte, keine Parkanlage verfügbar, in der verschiedene Aktivitäten möglich sind. Es gab auch keine Flächen, um die so wichtige Bewegung der Bevölkerung bestmöglich zu fördern.

ATTRAKTIVER TREFFPUNKT FÜR ALLE ALTERSGRUPPEN MIT 5 EIGENS GESTALTETEN THEMEN-PLÄTZEN

Der SHV Perg tat mit Unterstützung der Europäischen Union (LEADER), dem Land OÖ, der Stadtgemeinde Perg und der Firma Langeder Gartenharmonie etwas dagegen – ein Generationenpark der Begegnung und Bewegung entstand in gemeinsamer Kraftanstrengung.

Auf 5 eigens gestalteten Themen-Plätzen können Besucher/innen nun körperliche und geistige Fitness trainieren, Menschen treffen und sich vernetzen bzw. austauschen, ihre Sinne schärfen oder einfach zur Ruhe kommen. Professionelle Fitnessgeräte und Exponate aus dem früheren Sinnepark Münzbach erfreuen Jung und Alt.

Bienenweiden und von Schülern des Poly Perg im Rahmen eines Generationenprojekts mit den Tagesgästen im Senioren-Tageszentrum errichteten Insektenhotels sollen auch der Bewusstseinsbildung zur Regionalität und Nachhaltigkeit dienen.

INEINANDER VERBUNDENE RUNDWEGE „NIE ENDEN EINES WEGES“

Ineinander verbundene Rundwege laden ein, bei jedem Besuch andere Wege zu gehen. Sie sollen aber auch Sportler/innen bzw. Bewegung suchende Besucher/innen dazu animieren, sie in unterschiedlichen Varianten zu nutzen und damit das tägliche Bewegungsprogramm abwechslungsreicher und damit attraktiver zu machen.

Das „Nie enden eines Weges“ ist aber auch Synonym für dieses etwas andere Generationenprojekt. Bewegung, Entspannung, miteinander reden, Schärfung der Sinne, aber auch Geborgenheit und Beschäftigung sind wichtige Stationen im täglichen Leben, die einerseits Gesundheit fördern und damit Leben verlängern, die aber andererseits das Leben auch lebenswerter machen sollen, weil damit Lebensqualität gefördert und – nachdem das Miteinander von Jung und Alt im Besonderen gefördert wird – auch der soziale Frieden und das gemeinsame Miteinander einen entsprechenden Stellwert erhalten.

EIN GENERATIONEN-SPAZIERWEG VERBINDET UND REGT ZU MEHR BEWEGUNG AN

Der Generationenpark ist aber auch Mittelpunkt des eigens neu markierten Generationen-Spazierwegs, der ebenfalls neu eröffnet wird und über den dieser Generationenpark mit dem Stadtplatz verbunden wird. Einzelpersonen wie auch Familien und Gruppen sollen zum Wandern und Spaziergehen, aber auch Sportler/innen zum Laufen oder Nordic Walken eingeladen werden.

Am rund 3 km langen Spazierweg gibt es auch verschiedene Einkehrmöglichkeiten, um zu rasten und den Spaziergang so richtig zu genießen. Vielen Dank an den Tourismusverband Perg für seine Unterstützung.

25-JÄHRIGES FIRMENJUBILÄUM

„Die Hoffnung ist Grün!“ Ein Motto, das Langeder Gartenharmonie als Firma, als Team, als Gärtner und Gestalter seit mehr als 25 Jahren begleitet. Dieses Projekt, der Generationenpark der Begegnung und Bewegung, entstand aus einer gemeinsamen Vision mit dem SHV Perg und der Stadtgemeinde Perg – ein nachhaltiges Zeichen, ein Pflänzchen der Hoffnung zu setzen, von dem mehrere Generationen über Jahre hinweg profitieren können.



Jede/r Mitarbeiter/in hat für die gärtnerische Planung und Umsetzung einen wertvollen Beitrag geleistet und freiwillig einen unentgeltlich abgegoltenen Arbeitstag investiert. Das Unternehmen Langeder hat einen Teil der Materialkosten übernommen. Herzlichen Dank dafür!

PLATZ DER BEWEGUNG



Auf diesem Platz arbeiten Jung und Alt, in Straßenkleidung oder im Sportoutfit, egal ob als Athlet/in oder als Gelegenheitssportler/in aktiv und oft auch in Gruppen an der frischen Luft gemeinsam an ihrer Fitness, vielleicht sogar im Rahmen ihres regelmäßigen Joggingprogramms entlang des neuen Generationen-Spazierwegs.



Dafür stehen auf Initiative von Stadträtin Gabriele Jungwirth 10 robuste, leicht zu bedienende Outdoor Fitnessgeräte zur Verfügung. Beinpresse, Crosstrainer, Fahrrad, Surfboard, Rumpfbank, Parallel Stangen, Brustpresse, Latzug, Bonni Reiter und Walker wurden für alle Generationen und wichtigen Muskelgruppen entwickelt. Individuelle Anleitungstafeln auf jedem Gerät helfen beim richtigen Training. Der Platz an diesem besonderen Ort verhilft allen zu mehr Leistungsfähigkeit, Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination.

Die Nutzung der von der Stadtgemeinde Perg, der Europäischen Union sowie dem Land OÖ mitfinanzierten Geräte macht bis ins hohe Alter Spaß, fördert Gesundheit durch regelmäßiges, effektives und sicheres Training und bringt gleichzeitig Generationen zusammen.

Der Platz der Bewegung kann breit gestreut genutzt werden von:

- **Familien**, generationenübergreifend;
- **Kindern**, für die spielerische Motivation zur Bewegung;
- **Senioren/innen**, zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit;
- **Spaziergängern**, die zufällig vorbeikommen;
- **Individualsportlern/innen**, wie Läufer, Fahrradsportler, ...;
- **Schulklassen**, die den Sportunterricht ins Freie verlegen;
- **Vereinsmannschaften**, die gemeinsam trainieren;
- **Touristen/innen**, als ergänzendes Freizeitangebot und zur
- **Therapieunterstützung, Prävention, ...**

PLATZ DER ENTSPANNUNG UND DES GESPRÄCHS



Nach einem aktiven Bewegungs- bzw. Trainingsprogramm am Platz der Bewegung oder nach einem Rundgang entlang des Generationen-Spazierweges geht es dann zum Platz der Entspannung und des Gesprächs. Zeit der körperlichen bzw. geistigen Entspannung und Regeneration muss in jedem Alltag und auch nach jedem Training Platz finden.

Dieser dafür extra gestaltete Ort zum Verweilen und Wohlfühlen mit seniorengerechten Parkbänken und einem Schatten spendenden Pavillon in der Mitte, soll dafür Raum bieten und zu generationenübergreifenden Gesprächen der Verweilenden und Rastenden anregen.

Geistige Gesundheit und zur Ruhe kommen sind in der heutigen schnelllebigen und stressbehafteten Zeit immer wichtiger. Burn Out Erkrankungen nehmen rasant zu. Ein Ort des Verweilens und Rastens mitten in der Stadt soll dieser Entwicklung in Verbindung mit möglichst täglicher Bewegung entgegensteuern. Kommunikation zwischen den Generationen soll aber auch als Erfahrungstransfer von Alt zu Jung und umgekehrt beitragen. Das Zusammenwirken unterschiedlichster Erfahrungen – quasi in einem Netzwerk der Generationen – verspricht für die Zukunft gemeinsamen Erfolg.

Eine Wildblumenwiese, als Bienenweide im hinteren Teil des Platzes angelegt, sowie 2 Insektenhotels des Poly Perg runden den Platz ab und sollen auch der Bewusstseinsbildung für Regionalität und Nachhaltigkeit entsprechenden Raum geben.



PLATZ DER SINNE



Die dem Menschen von der Natur mitgegebenen Sinne spielen in der heute so schnell und zunehmend auch oberflächlicher verlaufenden Welt immer weniger Rolle, auch wenn dadurch viel Lebensqualität und Werte verloren gehen. Umso wichtiger ist es, sich wieder auf sie einzulassen, sie zu fördern und wieder zu entwickeln, um so für die wichtigen und teilweise auch verborgenen Dinge

des Lebens sensibel bzw. aufmerksam zu werden.

Das Plätschern des Wassers beim Quellstein, das Angreifen und Anschauen Mühlviertler Granits in seinen unterschiedlichen Strukturen und Ausprägungen, das

Spazieren am Barfußweg, das Riechen an Duftkräutern im Hochbeet, das Anschauen und vereinzelt auch Schmecken von verschiedenem Obst, das Zählen von Jahresringen auf Holzscheiben, das Balancieren am Holzstamm und das Wahrnehmen von Sinnestäuschungen diverser Exponate aus dem Sinnepark Münzbach sollen unsere Sinne wieder schärfen bzw. ihre (Neu-)Entwicklung stärken.



Gleichzeitig erfahren Besucher/innen Interessantes zu Wald, einheimischen Holzarten und Granit mit unterschiedlichen Oberflächenebearbeitungsmöglichkeiten.

PLATZ DER GEBORGENHEIT



Einen Schutz vor der Sonne und sonstigen Wetterkapriolen findet man am Weg unter der Laube, die erst im Laufe der Zeit ihre Schutzwirkung entfalten wird. Auch die Erfahrung eines Menschen entfaltet sich (erst) bzw. erweitert sich im Laufe seines Lebens. Die Erfahrung älterer Menschen kann für die junge Generation bedeutsam sein und ihr Sicherheit und Geborgenheit in so mancher Lebenssituation bieten.

Geborgenheit ist mehr als nur Sicherheit, Schutz und Unverletzbarkeit; Geborgenheit symbolisiert auch Nähe, Wärme, Ruhe und Frieden. Das Gefühl der Geborgenheit ist wichtig, denn nur dann kann sich der Körper wirklich entspannen.

PLATZ DER BESCHÄFTIGUNG



In den Hochbeeten am Platz der Beschäftigung werden verschiedenen Salate, Kräuter und Gemüsesorten gepflanzt und von den Bewohnern/innen des betreubaren Wohnens und den Gästen des Senioren-Tageszentrums mit Unterstützung des Roten Kreuzes gepflegt. Die gewählte Höhe und Anordnung sowie der Boden rund um die Hochbeete soll auch Rollstuhlfahrern/innen die Mitarbeit ermöglichen und sie in die Gemeinschaft integrieren. Die dort extra gestaltete Wasserentnahmestelle liefert das für das Wachstum lebensnotwendige Wasser.



Aus Liebe zum Menschen.

Die rund um den Platz gepflanzten verschiedenen Beerensträucher sollen nach Möglichkeit über einen längeren Zeitraum im Jahr verteilt immer wieder unterschiedliche Früchte in auch unterschiedlichen Farben und Geschmacksformen hervorbringen, die

gemeinsam geerntet und verarbeitet werden können. Sitzmöglichkeiten mit Tischen neben den Hochbeeten mit ausreichend Platz auch für Rollstuhlfahrer/innen sollen das Beobachten des Wachsens, Blühens und Gedeihens aber auch das Rasten nach getaner Arbeit ermöglichen und gleichzeitig Bewohner/innen des Betreubaren Wohnens und des SENIORiums, Gäste des Senioren-Tageszentrums aber auch Besucher/innen des Generationenparks einander näher bringen und zum gemeinsamen Gespräch über die Früchte der Natur, gesunde Lebensmittel oder ausgewogene Ernährung einladen.

Diese gesunde Beschäftigung mit der Natur soll u.a. auch Synonym für die richtige Work-Life-Balance bis ins hohe Alter sein.

„Mit diesem Projekt wollen wir dem gemeinsamen Miteinander der unterschiedlichen Generationen einen wertvollen Dienst leisten, um das WIR-Gefühl und das gemeinsame Verständnis entsprechend zu fördern. Aber auch Besucher/innen des SENIORiums erhalten eine attraktive Möglichkeit, mit ihren Angehörigen und Freunden im SENIORium im Rahmen ihres Besuches schöne Spaziergänge in unmittelbarer Nähe zum SENIORium zu gehen, die dann vielleicht auch bei einem gemeinsamen Kaffee oder einer anderen kulinarischen Köstlichkeit in einem Lokal in der Stadt Perg abgerundet werden,“ **erklären Bürgermeister Bundesrat Anton Froschauer und SHV-Obmann und Bezirkshauptmann Ing. Mag. Werner Kreisl unisono.** *„Weiters kommen SHV und Stadtgemeinde ihrem gemeinsamen Ziel, durch Prävention die Gesundheit der Menschen bis ins hohe Alter zu fördern, um damit einerseits Lebensqualität zu steigern und andererseits den Bedarf an diversen Pflegeleistungen zumindest teilweise zu reduzieren, um viele Schritte näher.“*

Gemeinsame Aktivitäten, insbesondere gemeinsame Bewegung aller fördern das Wohlbefinden von Jung und Alt! Die Bewohner/innen des SENIORiums Perg und des betreubaren Wohnens freut es.

Der Obmann

Ing. Mag. Werner Kreisl
(Bezirkshauptmann)

Herzlichen Dank für die Mitarbeit bei der Umsetzung:

Josef Kreisl, Werner Glinsner, Rudolf Holzer,
Franz Käferböck, Robert Walch, Martin Rockenschaub

Rückfragenkontakt:

Ing. Mag. Werner Kreisl (Tel. 07262/551-67300)