

PRESSEINFORMATION

Neuer Kurs für Bewegungspaten startet im Januar

Angebot der Regionalen Diakonie Wiesbaden Rheingau-Taunus

Wiesbaden, den 03. Dezember 2025. Die Bewegungspaten der Regionalen Diakonie Wiesbaden Rheingau-Taunus unterstützen ältere Menschen dabei, aktiv zu bleiben. Sie besuchen ihre mobilitätseingeschränkten „Patenkinder“ zuhause und führen mit ihnen einfache Bewegungsübungen durch, die für ein Plus an Lebensqualität sorgen.

Regelmäßig gibt es Qualifizierungskurse für neue Bewegungspat:innen. Sie lernen, wie Sie mit ihren „Patenkindern“ geeignete Bewegungsübungen durchführen, zum Beispiel mit Alltagsgegenstände ein, die in jeder Wohnung zu finden sind: Geschirrhandtücher, Kochlöffel oder Wasserflaschen. Die Übungen stärken die Muskulatur, die für alltägliche Bewegungen wie Treppensteigen oder vom Stuhl aufstehen benötigt wird. Im Kurs erhalten die Teilnehmenden auch wertvolles Wissen und theoretische Impulse, zum Beispiel zur Gesprächsführung oder zum Umgang mit unterschiedlichen Krankheitsbildern.

Am 29. Januar 2026 startet ein neuer Qualifizierungskurs für Bewegungspaten: Er umfasst vier Nachmittagstermine, jeweils donnerstags von 14.00 bis 17.00 Uhr. Der Kurs ist für die Teilnehmer kostenfrei.

Interessierte können sich bei Cäcilia Gutweiler unter der Telefonnummer 0160 95362554 oder per E-Mail an caecilia.gutweiler@regionale-diakonie.de sowie bei Ute Kern-Müller unter 0611 17453601 beziehungsweise ute.kern-mueller@regionale-diakonie.de melden.

Mehr Informationen zum Bewegungspatenprojekt auf www.diakonie-wirt.de.

Über die Regionale Diakonie Wiesbaden Rheingau-Taunus

Die Regionale Diakonie Wiesbaden Rheingau-Taunus ist Teil der Regionale Diakonie in Hessen und Nassau gGmbH. Mit jeder der 14 Regionalen Diakonien in Hessen und Rheinland-Pfalz leisten wir aktiv die soziale Arbeit der Evangelischen Kirche. Dafür setzen sich über 1.500 Mitarbeitende sowie rund 5.000 Ehrenamtliche ein. Unsere Angebote können von jeder Person in Anspruch genommen werden, unabhängig von Nationalität, Religion und sozialem Status. Wir beraten, begleiten und betreuen im Jahr ca. 120.000 Menschen und leisten Hilfe zur Selbsthilfe.

Die Angebote und Einrichtungen der Regionalen Diakonie Wiesbaden Rheingau-Taunus gliedern sich in fünf Arbeitsbereiche: Soziale Teilhabe; Wohnungsnotfallhilfe; Beratung; Frauen, Kinder, Jugend- und Familienhilfe sowie Gemeinwesenarbeit. Insgesamt engagieren sich rund 180 hauptamtliche Mitarbeitende und zirka 400 Ehrenamtliche an 21 Standorten in Wiesbaden und dem Rheingau-Taunus-Kreis für Menschen, die Rat und Hilfe benötigen.

Pressekontakt

Claudia Sporn, Kommunikation
Regionale Diakonie Wiesbaden Rheingau-Taunus
Rheinstraße 65, 65185 Wiesbaden
Tel.: +49 611 36091-32
E-Mail: claudia.sporn@regionale-diakonie.de
www.diakonie-wirt.de