

# Wassergewöhnung und Gesundheitskurse im Eltern-Kind-Zentrum der AWO in Schwerin

Das neue Eltern-Kind-Zentrum (EIKiZ) im Schweriner Stadtteil Mueßer Holz wurde im September 2021 eingeweiht. Zusätzlich zu den neuen, farbenfrohen Funktionsräumen der integrativ/inklusive Kita Igelkinder beherbergt der Neubau einen Multifunktionsraum, der u.a. durch AWO Bereiche, wie die Familienbildungsstätte und die Schwangerschaftsberatung genutzt wird. Dazu gibt es einen Beratungsraum der Frühen Hilfen (FIB's) des Kinderzentrums Mecklenburg sowie eine Kochschule und ein Bewegungsbad.

Das hauseigene Bewegungsbad wird aktuell von über 500 Gästen vom Baby- bis zum Seniorenalter frequentiert. Es bietet den Wackelzahnguppen (Vorschulalter) der Kitas die Möglichkeit, bereits vor Schuleintritt grundlegende Schwimmtechniken zu erwerben und das Seepferdchen zu erlangen. Familien können sich über die Familienbildungsstätte oder das DRK zu Baby-, Familien- und Schwangerschwimmkursen anmelden.

Das Schwimmen erlernen Kinder aus dem gesamten Schweriner Stadtgebiet über die Schwimmschule Seepferdchen oder das DRK. Nadine Reinhold vom DRK gibt Kurse in der Wassergewöhnung und Schwimmkurse für Kinder. „Das wird sehr gut angenommen. In den zwei Jahren Corona ist ja viel ausgefallen und dementsprechend haben wir ganz viele Anmeldungen“, betont sie.

Für die Erwachsenen gibt es im Bad diverse Angebote für den gelenkschonenden Sport AquaFitness, sei es für Selbstzahlende oder im Rahmen von krankenkassengeförderten Reha- und Präventionskursen oder Funktionstraining (bei Rheuma).

Um auch den finanziell schwächer gestellten Kita-Eltern und Anwohnenden Angebote im EIKiZ unterbreiten zu können, hat Bad-Koordinatorin Christina Münster Kontakt zur Landesvereinigung für Gesundheitsförderung aufgenommen und

über das GKV-basierte Verzahnungsprojekt für Alg2-Beziehende bereits zahlreiche kostenlose Gesundheitskurse im EIKiZ initiiert. Beginnend mit AquaFitness für Frauen, gibt es Ernährungskurse, Pilates- und Outdoor-Fitnesskurse für Frauen sowie Mama-Kind-Aqua-Fitness und Aqua-Fitness für Nichtschwimmerinnen. „Diese Angebote sprechen vor allem muslimische Frauen aus Afghanistan, Syrien und der Türkei an, die aufgrund ihrer religiösen Kleidungs Vorschriften nicht mit Männern zusammen ein Bad besuchen dürfen“, so Münster. „Aber auch deutsche Frauen finden in einem geschützten Rahmen die Möglichkeit, sich mithilfe von zertifizierten Kursleiterinnen sportlich zu betätigen. Die Gesundheitskurse im EIKiZ sind somit eine schöne Möglichkeit, um die Menschen im Kiez mit den neu Zugewanderten in einer angenehmen Atmosphäre zwanglos in Kontakt zu bringen“. Weitere Gesundheitskurse und die Ansprache weiterer Zielgruppen (demnächst Alleinerziehende und Kinder aus suchtbelasteten Familien) sind bereits in Planung.



Foto: AWO KV Schwerin-Parchim



Foto: AWO Landesverband

v.l.n.r. Die Koordinatorin des Bewegungsbad, Christina Münster und Nadine Reinhold, Schwimmlehrerin vom DRK