

# Äntligen startade Hälsomagasinets Rörelseakademi

Idén till Rörelseakademin kom efter att Rebecca Kronquist och Linda Sörensen hade uppmärksammat ett behov för de som har någon form av funktionsvariation. Syftet med projektet är att få fler i rörelse samt minska ofrivillig ensamhet.



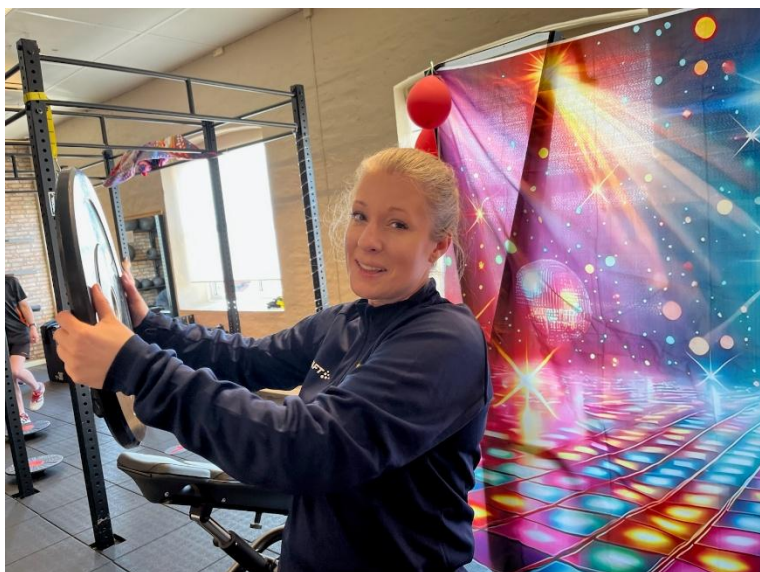
Ett glatt gäng efter ett både roligt och jobbigt träningspass Foto: Roger Sunesson

Akademin är för personer som har en Neuropsykiatrisk eller intellektuell funktionsnedsättning, eller haft långvarig psykisk ohälsa.

Nu kör vi ett pilotprojekt under 4 söndagar med utvalda deltagarna som ska få träna i en lugn, trygg och stöttande miljö.

Tanken är att de ska få prova på olika aktiviteter på Hälsomagasinets för att få en möjlighet att se utbudet och som kan locka till fortsatt träning.

Med på dagens pass var även ordförande i socialnämnden Aase Jönsson och kommunalråd Anna Berg von Linde.



Socialnämndens vice ordförande Anna Berg von Linde tränade med och lovordar satsningen.

Det kostar inget för deltagarna att vara med i pilotprojektet. Hälsomagasinet ska söka bidrag och sponsorer för att täcka kostnaderna.

Om det finns intresse för fler att delta och vi får löst finansieringen så finns målsättningen att fortsätta med fler kurser till hösten.

Rebecca och Linda, som är initiativtagare, har stort engagemang för målgruppen. De håller även i andra gruppträningar på Hälsomagasinet



Nikki Nielsen och Madeleine Svensson Trobeck provade på hur bra balansen är. Ledaren Rebecca Kronquist peppade.

Hälsomagasinet är en ideell förening med målsättning att vara en plats för alla. I och med att vi inte är vinstdrivande kan vi hålla låga priser. Under 2025 lockade detta över 1400 medlemmar. Men vi har också höga kostnader för bland annat hyra och el. Så därför behöver vi ha extra intäkter i form av bidrag och sponsring för att kunna göra en satsning som Rörelseakademin.



Gabriella Nilsson och Eva Ahlberg testade styrkan under första passet på Hälsomagasinet.



Stephanie Sörensen och Emma Karlsson trampade på frenetiskt.



Andreas Rosengren och Helene Nilsson lyfte tungt



Lårmusklerna fick sig också en omgång



Gott med lite fika efter träningspasset