

# I Praxisbeispiel Bewegungsnetzwerk 50 plus!

## Mit Netzwerken Ältere in Bewegung bringen!

Ute Blessing-Kapelke, DOSB

# I Der Sport der Älteren I



- Im DOSB sind über 4 Mio. über 60-Jährige bundesweit in 91.000 Sportvereinen organisiert!

## I Zielsetzung des Sports der Älteren

- Attraktives und adäquates Angebot
  - Zielgruppengerechte Sport- und Bewegungsangebote
  - Aktivitäten über den Sport hinaus (Geselligkeit)
- Die neuen Bilder des Alterns etablieren und erlebbar machen
- Möglichkeiten zu ehrenamtlichen und freiwilligen Engagement in den Sportvereinen



# I Der Sport der Älteren I



## I Zielgruppen des Sports der Älteren

- Aktive 50-/60-Jährige
  - Noch mal sehen, was geht!
  - Aktiv sich aufs Alter vorbereiten
- die Älteren
  - Bewegung und Sport trotz erster Einschränkungen
  - Geselligkeit und soziale Kontakte
- Hochaltrige
  - Erhalt der Selbständigkeit
  - Vermeiden der Pflegebedürftigkeit
- Beachtung der sportlichen Vorerfahrungen und Interessen der Älteren

# I Projekt „Bewegungsnetzwerk 50 plus“ I

## Grundfrage: Wie können wir Ältere zu mehr Bewegung gewinnen?



### I Hintergrund:

- Laufzeit des Projekts 2009 – 2012, gefördert vom BMFSFJ
- Zielsetzung:
  - 1. Unterstützung einer erfolgreichen Vernetzung von Sportvereinen und Sportverbänden mit kommunalen Partnern,
  - 2. um neue Zielgruppen für den Sport der Älteren zu gewinnen
- Nominierung für den Deutschen Alterspreis 2012

# I Projekt „Bewegungsnetzwerk 50 plus“ I Umsetzung in Einzelmaßnahmen



- Projekt „Aktiv bis 100“, Deutscher Turner-Bund
- Projekt „Bewegungs-Starthelfer“, LSB Hessen
- Projekt „Gewinnung älterer Migrant/innen“, Badischer Sportbund Nord
- Projekt „Jung und Alt – gemeinsam sportlich aktiv“, LSB NRW
- Projekt „Aufbau von Gesundheitsnetzwerken“, LSB Thüringen
- Projekt „Ausbau kommunaler Netzwerke“, LSB Niedersachsen

# I Projekt „Bewegungsnetzwerk 50 plus“ I Projektergebnisse

- **Vernetzungsangebote haben sich sehr bewährt**
  - Erweiterung des Angebotsspektrums
  - Erreichung neuer Zielgruppen
  - Win-Win-Situation für alle Projektbeteiligten



- **Beispiel: Projekt „Aktiv bis 100“, Deutscher Turner-Bund**
- Vernetzung mit Ämtern, Wohlfahrtsorganisationen, Pflegediensten
- Großer Bedarf an Bewegungsangeboten für Hochaltrige

- Einsteiger-Angebote wichtig (ohne Mitgliedschaft)
- Persönliche Ansprache durch alle Partner
- Hol- und Bringdienste notwendig; wohnortnahe, barrierefreie Räumlichkeiten
- Weiterführung Frankfurter Netzwerk „Aktiv bis 100“



# I Projekt „Bewegungsnetzwerk 50 plus“ I

## Projektergebnisse

- **Beispiel: Projekt „Gewinnung älterer Migrant/innen“, Badischer Sportbund Nord**
- Vernetzung mit Migrantenorganisationen, Kulturvereinen und Integrationsbeauftragten
  - Organisation als Tandem-Projekte, Partnerschaft auf Augenhöhe
  - Gewinnung von Kurspat/innen mit Migrationshintergrund als Kümmerer
  - Sport und Geselligkeit als wichtige Inhalte der Kurse, Spiele aus anderen Ländern
  - Beachtung der kulturellen Gegebenheiten (separate Badezeiten, Ramadan...)
- **Beispiel Projekt „Aufbau von Gesundheitsnetzwerken“, LSB Thüringen**
- Vernetzung mit Gesundheitspartnern in allen Kreisen Thüringens „Struktur bringt Bewegung“



- Analyse bestehender Netzwerke, Gründung neuer Netzwerke
- Anbindung der regionalen Seniorensportbetreuer/innen, teils als Koordinatoren
- Gewinnung von 25.000 neuen Mitgliedern im Sport der Älteren

7

# I Zusammenfassung

## Der organisierte Sport bietet sich als Partner an!

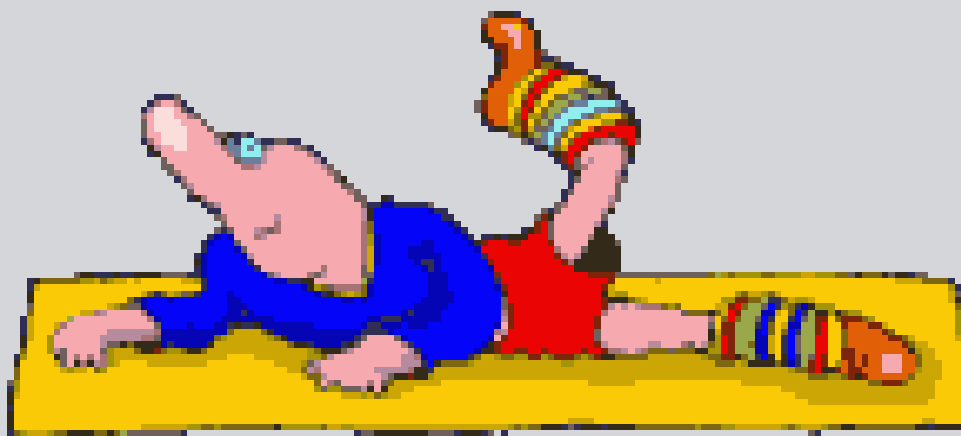
- I Bundesweites Netzwerk der 91.000 Sportvereine
- I 19.000 zertifizierte Gesundheitssportangebote
- I Praxisnahes Ausbildungssystem unserer Übungsleiter/innen
- I Langjährige Erfahrungen im Sport der Älteren
- I Viele Ideen für neue Angebote und Organisationsstrukturen





# Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

[blessing-kapelke@dosb.de](mailto:blessing-kapelke@dosb.de)  
Tel.: 069/6700-295



9