



Kommunikations- und Arbeitstagung

Workshop/Arbeitsgruppe

**Bewegt ÄLTER werden und GESUND bleiben
im Quartier**

Dirk Engelhard, Hans-Georg Schulz

Hachen, 04.03.2016, 16:00-17:30 Uhr

SPORT BEWEGT NRW!

Workshop/Arbeitsgruppe



Bewegt ÄLTER werden und GESUND bleiben im Quartier

Themen:

- Bewegung und Gesundheit im Quartier
- aq-nrw: Altengerechte Quartiere in NRW
- Entwicklungsprojekte „Sportvereine im Quartier“ und „Bewegende Quartiere“
- Aufbaupaket III der Förderprogramme
- Impulse und Fragen



Handlungsfelder/Schwerpunkte

Bewegt ÄLTER werden in NRW!

Handlungsfelder:

- SPORTLICH sein
- Deutsches Sportabzeichen
- FIT sein
- MOBIL/Aktiv sein
- GEMEINSAM älter werden
- ENGAGIERT älter werden

Bewegt GESUND bleiben in NRW!

Schwerpunkte:

- Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein
- Gesundheitsorientierte Angebote im Sportverein
- Gesundheitspartner Sport
- Gesundheitsmarketing im Sport

Bewegt ÄLTER werden in NRW!



Übersicht zur Struktur des Programms "Bewegt ÄLTER werden in NRW!"
- mit erweiterter Zielgruppe (Erwachsene) und neuen Handlungsfeldern

ZIEL: Vielfalt in den Vereinsangeboten zu Bewegung, Spiel, Sport, Fitness, Entspannung, Erholung ...
für Erwachsene - und besonders für ältere und hochaltrige

Bedürfnisse & Interessen (Bewegungs- & sportliche Leistungsfähigkeit - Angebotsentwicklungen und Profile von Sportvereinen)

Stand: 2016-01-14

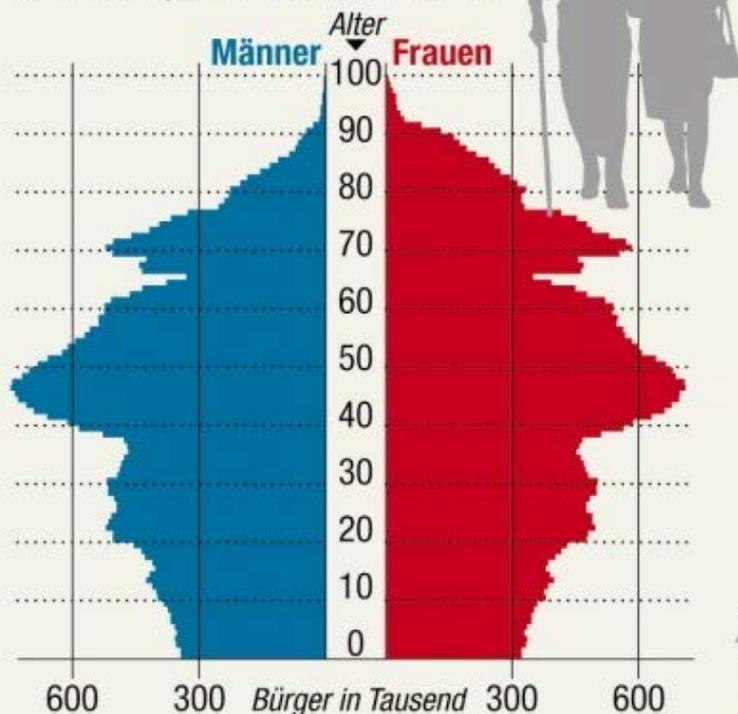
		SPITZENSport fördern in NRW!			
		Deutsches Sportabzeichen - DSA			
SPORTLICH sein		Fachverbände: Wettkampf- & Leistungssport, (fast alle) Sportarten	Fachverbände: Wettkampf- & Leistungssport, (viele) Sportarten	Wettkampf- & Leistungssport, (einige) Sportarten, DSA - auch für Ältere	Wettkampf- & Leistungssport, (wenige) Sportarten, DSA für Hochaltrige
FIT sein	NRW bewegt seine KINDER!	vereinseigene Fitnessstudios und Fitnessräume			
		Bewegung, Spiel, Sport, Vielfalt, Fitness, In-&Outdoor, ...	Bewegung, Spiel, Sport, Vielfalt, Fitness, In-&Outdoor, ...	Bewegung, Spiel, Sport, Fitness, Richtigfitab50, Erlebnis, In-&Outdoor, Erholung	Bewegung, Spiel, Sport, Fit-ness, Richtigfitab50, In-&Outdoor, Erholung, Begegnung
MOBIL/aktiv sein		niedrigschwellige Bewegungsangebote, "Einsteiger", Folgeangebote Prävention/Rehasp.	niedrigschwellige Bewegungsangebote, "Einsteiger", Folgeangebote Prävention/Rehasp.	niedrigschwellige Bewegungsangebote, "Einsteiger", Folgeangebote Prävention/Rehasport	Beweglich bleiben - auch in Alteinrichtungen und Pflege
Gesundheit		Bewegt GESUND bleiben in NRW!: Prävention und Rehabilitationssport! Andere Gesundheits- und Bewegungsprogramme			
Lebensphase Alter	Kinder & Jugendliche	junge Erwachsene (ca. 25 - 45 J.: Berufsfindung, Singles, Familie, jüngere Kinder, ...)	mittleres Erwachsenenalter (ca. 40 bis 66 Jahre: etabliert, ältere Kinder, ...)	ältere Erwachsene (ab ca. 60/66 Jahre: Übergang & aktives Nach-Erwerbsleben)	hochaltrige Erwachsene (ab ca. 80 Jahre)
GEMEINSAM älter werden		QUARTIER: Generationsübergreifende Angebote, Integration, Inklusion, Gender, Benachteiligte, Familien	QUARTIER: Generationsübergreifende Angebote, Integration, Inklusion, Benachteiligte	QUARTIER: Generationsübergreifende Angebote, Integration, Inklusion, Benachteiligte, Familie, ALTERSARMUT	QUARTIER: Generationsübergreifende Angebote, Familie, Altersarmut, VEREINSAMUNG, soziale Kontakte, Teilhabe
ENGAGIERT älter werden		Aktive Mitgliedschaft, Freiwilligentätigkeit, Ehrenamt (häufig verbunden mit eigener Sportart oder eigenen KINDERN)	Aktive Mitgliedschaft, Freiwilligentätigkeit, Ehrenamt (häufig verbunden mit eigener SPORTART oder eigenen Kindern)	Aktive Mitgliedschaft, Ehrenamt, Freiwilligentätigkeit, Wissens-/ Erfahrungstransfer, sinnhafte Aufgaben, zunehmende Helfensbedürftigkeit, Bildung	AKTIV bleiben - zunehmende Hilfs- und Helfensbedürftigkeit, Wissens- und Erfahrungstransfer, Bildung
Motivieren & qualifizieren		Breitensport - Fitsein	Breitensport - Fitsein	Ältere im Sport(verein) - niedrigschwelliger Einstieg	Hochaltrige, demenziell Erkrankte
Netzwerke bilden		Verbundsystem des Sports (intern); Kita, Schule	Verbundsystem (intern); Kultur- und Freizeiteinrichtungen	Verbundsystem (intern); Kultur- und Freizeiteinrichtungen	Alteinrichtungen, Pflegedienste, Träger der Freien Wohlfahrt

Bedürfnisse & Interessen - weitere Aktivitäten im Programm "Bewegt ÄLTER werden in NRW!" (BÄw)

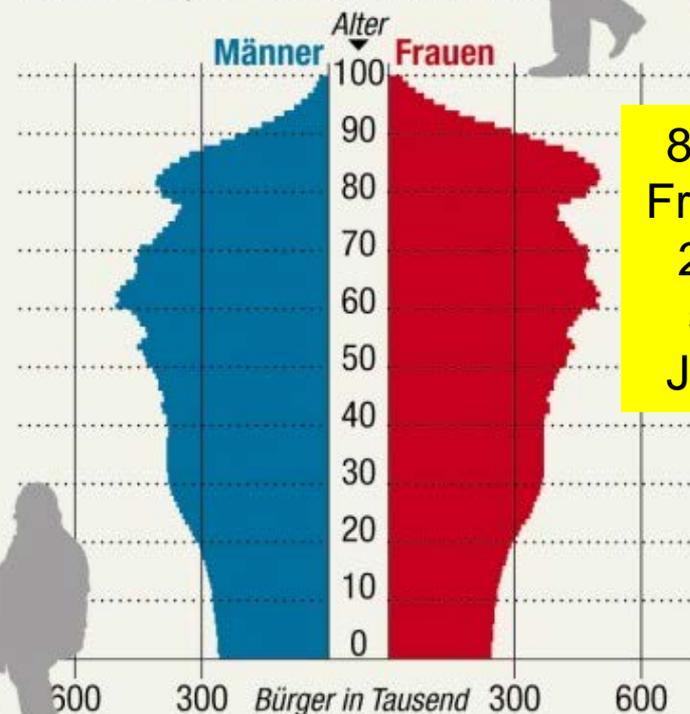
Grundlage

Demographische Entwicklung in Deutschland

2010 81,5 Millionen Einwohner



2050* 69,4 Millionen Einwohner



82-jährige Frauen sind 2050 der stärkste Jahrgang!

*Annahme: Geburtenhäufigkeit annähernd konstant bei 1,4 Kindern je Frau; Jährlicher Wanderungssaldo plus 100 000 Personen
SZ-Graphik; Quelle: Statistisches Bundesamt

Demographische Entwicklung

LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



WENIGER – ÄLTER – BUNTER

Ziele für den Sport/-verein ???

LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Perspektivwechsel

LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Perspektivwechsel: ZIELGRUPPE

LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Programm „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ (BÄw)

- **für ALLE Erwachsene (Lebensphasenmodell)**
 - junge Erwachsene
 - mittleres Erwachsenenalter
 - ältere Erwachsene
 - hochaltrige Erwachsene
- **Vereinsorientierte HANDLUNGSFELDER**
 - SPORTLICH sein
 - FIT sein
 - MOBIL/aktiv sein
 - GEMEINSAM älter werden
 - ENGAGIERT älter werden
- **Neu: Deutsches Sportabzeichen (DSA)**

Perspektivwechsel: PROJEKTE

LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Programm „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ (BÄw)

- **Förderprogramm 2016: Förderpakete**
- **Veröffentlichungen:** Infomail, „gute Beispiele“, ...
- **PROJEKTE**
 - BÄW Hachen
 - BÄW im Quartier
 - Bewegende Alteneinrichtungen & Pflegedienste (BAP)
 - Vereinsangebotsdatenbank (VAD)
 - Evaluation
 - Sport für Menschen mit Demenz
 - Gemeinsam sportlich sein (Sparda-Bank)
 - Älter werden in Balance: AlltagsTrainingsProgramm (ATP)
 - Aktiv & Fit (DOSB-Nachfolgeprojekt)

BÄW- AUFGABEN



Stand: 2016-01-14

ZIEL: Vielfalt in den Vereinsangeboten zu Bewegung, Spiel, Sport, Fitness, Entspannung, Erholung ...

für Erwachsene - und besonders für ältere und hochaltrige

Aufgabenschwerpunkte 2016 der Gruppe "Bewegt älter werden"

Übergeordnete Projekte:

P 1

P 2

P 4

P 5

SPORTLICH sein	Petra Dietz, Dirk Hoffmeier				Deutsches Sportabzeichen - DSA				
	Dirk Engelhard				Angebotsentwicklungen und gute Beispiele zum Wett- kampf- & Leistungssport, Sportarten und DSA - auch für Ältere und Hochaltrige				
FIT sein	Michael H.	vereinseigene		Fitnessstudios		und Fitnessräume			
	Gudrun Neumann	Angebotsentwicklungen und gute Beispiele		zu Bewegung, Spiel, Sport, Vielfalt, Fitness,		Richtigfitab50, Erholung, Begegnung - besonders für Ältere und Hochaltrige			
MOBIL/aktiv sein	Anke Borhof	Angebotsentwicklungen & gute Beispiele zu niedrighschwelligen Folgeangebote Prävention/Rehasport				Bewegungsangeboten, für "Einsteiger", besonders für Ältere und Hochaltrige:			
Gesundheit	Bewegt GESUND bleiben in NRW!: Prävention und Rehabilitationssport! Andere Gesundheits- & Bewegungsprogramme								
Lebens- phase Alter		junge Erwachsene (ca. 25 - 45 J.: Berufsfindung, Singles, Familie, jüngere Kinder, ...)		mittleres Erwachsenen-alter (ca. 40 bis 66 Jahre: etabliert, ältere Kinder, ...)		ältere Erwachsene (ab ca. 60/66 Jahre: Übergang & aktives Nach-Erwerbsleben)		hochaltrige Erwachsene (ab ca. 80 Jahre)	
GEMEINSAM älter werden	Dirk E., FMA	Konzept- und Angebotsentwicklungen zu generationsübergreifenden Angeboten - besonders im Quartier							
ENGAGIERT älter werden	Dirk E., FMA					Konzept- und Angebotsentwicklungen zu Aktiver Mitgliedschaft, Ehrenamt, Freiwilligentätigkeit, Wissens-/ Erfahrungstransfer, sinnhafte Aufgaben, zunehmende Helfensbedürftigkeit, Bildung			
Kommunikation, Öffentlichkeitsarbeit, Qualifizierung, Bildung, ... Monitoring Handlungsfelder und gesellschaftl. Entwicklungen									
Mitgliedsorganisationen begleiten und beraten; Förderprogramm inhaltlich betreuen; Kooperationen, Allianzen; Evaluation									
PROJEKTE: P1: BÄW Hachen (Dirk), P2: BÄW im Quartier (Dirk), P3: Bewegende Alteneinrichtungen & Pflegedienste (BAP - Anke), P4: Vereinsangebotsdatenbank (VAD - Dirk), P5: Evaluation (Dirk), P6: Sport für Menschen mit Demenz (Anke), P7: Gemeinsam sportlich sein (Sparda-Bank - Dominik Khayat), P8: Älter werden in Balance: AlltagsTrainingsProgramm (ATP - Gudrun); P9: Aktiv & Fit (DOSB-Nachfolgeprojekt - Gudrun)									

Ältere sind unterschiedlich

Ältere Menschen:

- **junge Alte – alte Alte**
- **aktive – zurückgezogen lebende Alte**
- **gesunde – kranke und pflegebedürftige Alte**
- **sozial integrierte – isolierte Alte**
- **wohlhabende und reiche – ökonomisch benachteiligte und arme Alte**
- **selbstständige – auf Hilfe angewiesene Alte**

(MGFFI NRW, 2010)

Wir brauchen

- **vielfältige Angebote und**
- **richtige Ansprache!**

Perspektivwechsel: QUARTIER



- **QUARTIER** ist da, „wo die Menschen sich zu Hause fühlen“:
 - ein größerer Stadtteil
 - ein Siedlungsgebiet oder
 - ein (kleines) Dorf
- **Politik NRW:** Koalitionsvereinbarung, Programme unterschiedlicher Ministerien – u.a.
 - Bauministerium
(www.mbwsv.nrw.de – Bauen, Wohnen, Stadtentwicklung und Verkehr)
 - Gesundheitsministerium
(www.mgepa.nrw.de – Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter) /
- **Sport:** Projekte, Angebotsentwicklungen und Maßnahmenförderungen „vor Ort“ (statt Hochglanzbroschüren für Programm)

Ziele des Sports fürs Quartier

LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



QUARTIERS-ENTWICKLUNG:

- Bewegungsaktivität **ALLER** Menschen steigern – besonders der **ÄLTEREN**!
- Anteil (und Organisationsgrad) sportlich aktiver Älterer erhöhen – besonders in den Sportvereinen!
- **Bewegungs-, Entspannungs-, Sport-, Spiel-, Erlebnis- und ER**holungsangebote für Älter-Werdende – im Sportverein (BESSER im Sportverein)!
- Qualifizierungssystem für die Zielgruppe „**Älter-Werdender**“!



Projekte zum Sport im Quartier

LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



1. Entwicklungsprojekt: Sportvereine im Quartier

- Vereinsentwicklung und Angebotsentwicklung mit Bezug zum Quartier (14 Teilprojekte)

2. Entwicklungsprojekt: Bewegende Quartiere in NRW!

- Quartiersentwicklung mit Bündeln (SSB/KSB, SSV/GSV)
- Gemeinsam mit mehreren Sportvereinen im Quartier, Wohlfahrtsorganisationen, Seniorenvertretungen, ...
- Grundlage: Masterplan altengerechte Quartiere.NRW des zuständigen Ministeriums des Landes NRW (MGEPA) und die Maßnahmen der „Quartiersentwicklern“ (Landesförderplan Alter und Pflege) – www.aq-nrw.de => ZIEL: 10 Teilprojekte!

3. Förderprogramm BÄw: Aufbaupaket III

- Quartiersentwicklung mit Bündeln und Vereinen

Sport bewegt NRW – im Quartier!

LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Ziel: (gemeinwohlorientierte) Sportvereine bieten *allen* Menschen im Quartier vielfältige Sport- und Bewegungsmöglichkeiten!



Bewegt ÄLTER werden im Quartier!

LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Ziel: Sport- und Bewegungsmöglichkeiten für alle!

Umsetzung: Sportvereine – unterstützt durch Bünde und das Programm „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“





MOBIL/aktiv sein:
(Wieder-) Einstieg,
Alltagsbeweglichkeit, Teilhabe

Ziel: Lebensqualität, am Alltag und am gesellschaftlichen Leben teilhaben - weitestgehend unabhängig und selbstorganisiert trotz Einschränkungen

FIT sein: (selbstbestimmte) Körperlichkeit, Wohlbefinden, Spaß, ...

Ziel: körperliche, psychische und soziale Ressourcen stärken durch Herausforderungen, Bewegung, Spiel und Sport (Breitensport), Fitnesskurse/-studios

SPORTLICH sein: Wettkampf,
(individuelle) Leistung, Sportabzeichen

Ziel: Herausforderungen der sportlichen Leistung und des Vergleichs annehmen

Bewegt ÄLTER werden im Quartier!

LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Ziel: TEILHABE für alle!

Umsetzung: Sportvereine – unterstützt durch Bünde und das Programm „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“

**GEMEINSAM älter
werden:**

Generationsübergreifende Angebote,
Integration, Inklusion,
Benachteiligte

**ENGAGIERT älter
werden: Aktiv
bleiben, Ehrenamt,
Wissenstransfer,
sinnhafte Aufgaben,
...**

Bewegt ÄLTER werden im Quartier!

Check zur Angebotsentwicklung "Bewegung, Spiel und Sport im Quartier":.....

Stand: 2015-10-24

ZIEL: Mehr qualifizierte Angebote für Erwachsene -und besonders für ÄLTERE- im QUARTIER!

Zielgruppe zur Qualifizierung (motivieren & qualifizieren): ÄLTERE, UL, VM, Betreuer/Pfleger, ...

Stärken des gemeinwohlorientierten Sports (der Vereine): Vielfalt (Sport/Bewegung), Spaß/Gemeinschaft/Geselligkeit, ...

Bewegungs- & sportliche Leistungsfähigkeit

		ANGEBOTE im QUARTIER			
Kinder und Jugendliche	SPORTLICH sein				
	FIT sein				
	MOBIL/ aktiv sein				
	Gesundheit				
	ALTER (Lebensphase)	junge Erwachsene (ca. 25 - 45 Jahre: Berufsfindung, Singles, Familie, jüngere Kinder, ...)	mittleres Erwachsenenalter (Erwerbsphase, ca. 40 bis 66 Jahre: etabliert, ältere Kinder, ...)	Ältere (ab ca. 60/66 Jahre; aktives Nach-Erwerbsalter)	Hochaltrigkeit (ab ca. 80 Jahre; beginnender Verfall)
	GEMEINSAM älter werden				
	ENGAGIERT älter werden				
	motivieren & qualifizieren				
	Angebots- entwicklung				
	Netzwerke, Allianzen				

Weitere Aktivitäten im Programm "Bewegt ÄLTER werden!"

Bewegt ÄLTER werden in NRW!



„Bewegt ÄLTER werden im Quartier!“

- **Ziele:**
 - Entwicklung von Bewegungsangeboten im Quartier – besonders für Ältere und Hochaltrige
=> „*Bewegende Quartiere* in NRW!“
 - Entwicklung von „Quartiersvereinen“
=> (gemeinwohlorientierte) Sportvereine im Quartier
- **Grundlagen:**
 - Politische Entwicklungen und Erklärungen
 - Demografieberichte
 - (gerontologische) Forschungsergebnisse
 - Selbstverständnis des gemeinwohlorientierten Sports und der gemeinnützigen Sportvereine
 - ...

Bewegt ÄLTER werden im Quartier!



Grundlagen – gesellschaftliche Herausforderungen

- 1. Generationengerechtigkeit (Generationenvertrag):
Demografischer Wandel – Gesellschaft des langen Lebens
=> Handlungsbedarf!**
 - **Bildung, Bildung, Bildung! (Beschäftigung, Einkommen, Gesundheit, ...)**
 - **Frauen (Gender: Vereinbarkeit von Familie, Betreuung, Pflege, Beruf und Freizeit)**
 - **flexibles Rentenalter**
 - **Gesundheitsförderung (Arbeitsfähigkeit & Engagement Älterer)**
 - **Ein-/Zuwanderung, ...**
- 2. Altersarmut**
 - **absolute und relative Einkommensarmut**
 - **LEBENSLAGENARMUT (Naegele)**

Bewegende Quartiere in NRW!



Grundlagen – Partner

- **Masterplan altengerechte Quartiere.NRW, Strategie- und Handlungskonzept zum selbstbestimmten Leben im Alter**
- Dimensionen einer altengerechten Quartiersentwicklung (Handlungsfelder des Masterplans)
 - **Handlungsfeld ‚Sich versorgen‘**
 - **Handlungsfeld ‚Wohnen‘**
 - **Handlungsfeld ‚Gemeinschaft erleben‘**
 - **Handlungsfeld ‚Sich einbringen‘**
- **Modulbaukasten mit „Deutsches Sportabzeichen“:**
<http://www.aq-nrw.de/modulbaukasten/modul-120-deutsches-sportabzeichen/modul-120-deutsches-sportabzeichen.html>

Perspektivwechsel: **QUALIFIZIERUNG**

LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Programm „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ (BÄw)

- für **ALLE** Erwachsene (Lebensphasenmodell)
- **BESONDERS** für **ÄLTERE** und **Hochaltrige**
 - niedrighschwellige Einstiegsangebote
 - modulare Lizenz-Ausbildung
 - Erfahrungswissen einbeziehen
 - „Geragogik“
 - ...
- **Fachtagung BÄw 26. – 28. August 2016**
 - Workshops zu allen Handlungsfeldern und Projekten
 - **Bewerbungsbögen!!!**



Viel Erfolg zur

Quartiersentwicklung!

SPORT BEWEGT NRW!