



Wanderung für das Engagement

Spazieren – kennenlernen – vernetzen – danke sagen

Ehrenamtlich Engagierte lernen sich über das Wandern kennen, tauschen sich aus, vernetzen sich. Der Sport hat die Möglichkeit, neue Engagierte kennen zu lernen, für eine Mitarbeit zu begeistern oder einfach nur „Danke zu sagen“. Positive Bestärkung motiviert, weiter zu machen. Die Erfahrungen aus dieser Angebotsentwicklung werden als „gutes Beispiel“ auch anderen Partnern im Verbundsystem des Sports in NRW dargestellt – verbunden mit der Empfehlung das Angebot auch im eigenen Bereich einzuführen und die eigenen Erfahrungen dann wieder anderen Partnern zur Verfügung zu stellen.

Autorin: Susanne Fuchs, Heike Art

Grundlagen

Entwicklungszeitraum

Das Angebot wurde im Kreissportbund Ennepe-Ruhr im Rahmen des Projektes „Engagiert Älter werden“ entwickelt. Das im Rahmen der Projektentwicklung erreichte Netzwerk und darüber hinaus ehrenamtlich Engagierte wurde eingeladen, sich auszutauschen und zu vernetzen. Die Erfahrungen aus dieser Angebotsentwicklung werden als „gutes Beispiel“ auch anderen Partnern im Verbundsystem des Sports in NRW dargestellt – verbunden mit der Empfehlung das Angebot auch im eigenen Bereich einzuführen und die eigenen Erfahrungen dann wieder anderen Partnern zur Verfügung zu stellen.

Handlungsfeld

engagiert älter werden

Lebensphase(n)

Ältere

Zum Angebot

Idee/Modell

Wie wichtig das Ehrenamt für unser gesellschaftliches Leben und für unseren Sportverein ist, erleben wir jeden Tag. Unsere Sportgruppen leben davon, dass ehrenamtliche Übungs- und Gruppenleiter sich engagieren. Ob im Wettkampfsport oder im Breiten- und Gesundheitssport, überall werden engagierte Mitarbeiter benötigt. Auch das Vereinsleben über den Sport hinaus ist geprägt durch das Ehrenamt. Ob das Durchführen von Ausflügen, Organisieren von Kinderfreizeiten, Einrichten eines Seniorencafés, Ausrichten von Feiern und Veranstaltungen oder unterstützende Hilfe im Spiel- und Wettkampfbetrieb - ohne Ehrenamt kein Vereinsleben!

Gleiches gilt für sämtliche Organisationen und soziale Einrichtungen, deren Arbeit von ehrenamtlicher Mitarbeit geprägt ist.

Weil das Ehrenamt für eine Kommune/Gesellschaft von hoher Bedeutung ist, hat der Kreissportbund Ennepe-Ruhr zu einem geselligen Wandertag eingeladen. Ziel war es, viele Menschen aus unterschiedlichen ehrenamtlichen Strukturen über das Wandern zusammen zu bringen. Sie machen sich gemeinsam auf den Weg, tauschen sich über ihre Arbeit aus, können neue Erfahrungen sammeln, ihre Kompetenzen reflektieren und sich vernetzen. Weiteres Ziel ist es, für das Ehrenamt zu werben und Menschen einzuladen, die auf der Suche nach einer Betätigung sind oder noch nicht genau wissen, wo und wie sie sich einbringen sollen.

Die Wanderung wurde mit einer geselligen Einkehr abgeschlossen, um Zeit und Raum für den Austausch zu geben und Kontakte knüpfen. Mögliche Lokalitäten sind z.B. eine bewirtschaftete Alpen- oder Gebirgsvereinschütte, ein gemütliches Vereinsheim oder Räumlichkeiten einer kooperierenden Organisation. So können die Netzwerkpartner und Teilnehmer sich gegenseitig kennen lernen und im Rahmen dieser gemeinsamen Aktion die Türen öffnen.

Zielgruppe

Das Angebot richtet sich insbesondere an Ältere nach der Erwerbsphase. Angesprochen werden alle Menschen über unser Vereinsnetzwerk hinaus, die sich ehrenamtlich engagieren wollen. Dazu zählen auch Menschen, die sich in sozialen Einrichtungen, Pflegeheimen, Selbsthilfegruppen, sozialen Vereinen und Verbänden, Kirchen, Politik und Gesellschaft engagieren. Auch hier kann der Sport eine hohe Integrität bewirken, weil auch Ehrenamtliche in nicht sportlichen Strukturen niederschwellige Bewegungsangebote anbieten bzw. entwickeln wollen.

Partner und Netzwerke

Das Angebot wird in alle sozialen Bereiche, wo das Ehrenamt eine Rolle spielt eingebunden. Die Engagierten der Organisationen wie AWO, Caritas, Diakonie, DRK, freie Wohlfahrtsverbände, Selbsthilfegruppen, Fördervereine, Kulturvereine, Freiwilligenagenturen, politische und gesellschaftliche Gruppierungen etc. werden mittels Newsletter, Pressemitteilung und/oder persönlichen Brief eingeladen.

Aus diesen neuen Kontakten können sich auch für die Bünde neue Ideen und Perspektiven entwickeln.

Nachhaltigkeit

Ziel des Angebotes ist, dass man sich untereinander vernetzt, sich austauscht und gegenseitige Synergien langfristig ausbaut. Der Sport soll in alle ehrenamtlichen Strukturen integriert werden. Die dort ehrenamtlich Engagierten sollen durch ihren Sportverband motiviert und unterstützt werden, Angebote aus den Sportvereinen in ihre Arbeit zu integrieren. Sie erhalten Angebote, Fortbildungsmöglichkeiten, Hilfen und Unterstützung bei neuen Sport- und Bewegungsangeboten, bis hin zu gemeinsam organisierten Veranstaltungen. Das Kooperieren durch die gegenseitige Teilnahme an Aktionstagen (z.B. Tag der offenen Tür, Feste, usw.) fördert das eigene Marketing und stärkt die zukünftige Arbeit im Netzwerk.

Ansprechpartner

Kreissportbund Ennepe-Ruhr e.V.

Susanne Fuchs

Tel. 0173-9964141

Email: suse.fuchs@arcor.de

Zur Organisation

Angebotsformen

Es handelt sich um die Auftaktveranstaltung zur aktiven Vernetzung von ehrenamtlich Engagierten und ist für Jedermann offen. Treffpunkt ist ein allseits bekannter Wanderparkplatz in der Stadt. Es sollte nach Möglichkeit ein Angebot ohne Anmeldung sein, weil viele Menschen sich noch kurzfristig in Abhängigkeit vom Wetter die Teilnahme überlegen. Dies muss bei der Organisation

des anschließenden Kaffeetrinkens oder Snacks berücksichtigt werden. Daher eignet sich eher eine Gastronomie, die ohnehin geöffnet hat und ein Angebot vorhält.

Die Wanderung beginnt mit einer Begrüßung und einer kurzen Information über die Idee dieser Wanderung. Das Ziel – Vernetzung – wird vorgestellt. Die Wanderleitung klärt die Bewegungsgewohnheiten und Ausdauer der Teilnehmenden, um das Level einzuschätzen. Alle werden eingeladen sich auszutauschen und sich auf dem Weg unterschiedliche Gesprächspartner zu suchen und sie zum einfachen Gesprächseinstieg sie nach ihrem Namen zu fragen und der Tätigkeit, in der sie sich engagieren. Schnell wird deutlich, dass alle Teilnehmenden aus gleichem Interesse dabei sind. Auf der Wanderung können Speed Dating Karten eingesetzt werden, die sich die Teilnehmer gegenseitig vorlesen und beantworten können. Ebenso können unterwegs oder auch bei der Einkehr die WERTE-Cross Boccia Bälle eingesetzt werden, um sich über die WERTE (Leistung, Hilfe, Fairplay, Würde, Respekt und Verantwortung) auszutauschen. Zur Abwechslung kann auf dem Weg und bei einer aktiven Wanderpause auch eine Partie „Cross Boccia“ gespielt werden.

Sportstätten-/Raumbedarf

Da es sich hier um eine Outdoor-Aktivität handelt, ist außer einem fixen Treffpunkt, der schon draußen sein kann, kein weiterer Raum notwendig.

Angemessen an den Fitnesslevel der Teilnehmenden, muss die Bewegungseinheit flexibel gestaltet werden, so dass ein interessantes Wald- und Wandergebiet ausgewählt werden sollte, wo das Angebot auf die unterschiedliche Zielgruppe adäquat angepasst werden kann.

Materialbedarf

Neben Nordic Walking – bzw. Wanderstöcken werden noch Speed Dating Karten sowie Cross Boccia Bälle benötigt. Hinzu kommt noch ein Notfallrucksack mit Handy, Wasser und Traubenzucker.

Zeitressourcen

Der Zeitaufwand zur Planung dieser Auftaktveranstaltung ist relativ gering. Nach der Entwicklung des Angebotes werden die Einladungen an die Netzwerker verschickt. Darüber hinaus muss auch noch eine geeignete Einkehrmöglichkeit ausgekundschaftet werden und gebucht werden.

Für die Wanderung an sich sollte ein halber Tag eingeplant werden.

Stolpersteine

Es haben sich weder bei der Planung noch bei der Durchführung des Angebotes im Kreis Ennepe-Ruhr Stolpersteine aufgetan. Lediglich das Wetter sowie Barrieren unterwegs können zur eingeschränkten Umsetzung der Wanderung führen.

Anforderungen an die Leitung des Angebots

Die Wanderleitung sollte im Vorfeld schon ein gutes Netzwerk haben, die Akteure und Menschen aus dem Umfeld kennen, die sich engagieren. Vorteilhaft ist es immer, diese persönlich anzuschreiben und zu mobilisieren. Sie sollte bekannt sein und in ihrer Persönlichkeit die Kommunikation einer fremden Gruppe steuern können. Darüber hinaus sollte den Bewegungslevel der Gruppe gut einschätzen können, um die Wanderung so zu lenken, dass keiner überfordert wird.

Zusätzlich sollte die Wanderleitung Nordic Walking- oder Wanderstöcke als Ersatz dabei haben sowie einen gefüllten Notfallrucksack.

Weitere Arbeitshilfen

Ausschreibungstext zur Angebotseinführung

„Weil ihr WERTvoll seid“ lädt der Kreissportbund / Stadtsportverband / Stadtsportbund / Sportverein zu einer Wanderung für alle ehrenamtlich Engagierten ein. Hier kommen viele freiwillig Engagierte zusammen und tauschen sich beim Wandern und der anschließenden Einkehr über ihre Arbeit aus, lernen sich kennen und vernetzen sich.

- **Ziel des Angebots**
Neben der Wertschätzung, die wir den ehrenamtlich Tätigen gegenüber mit dieser Einladung äußern, bekommen die Menschen Gelegenheit, sich in einem neuen sozialen Umfeld zu bewegen, neue Ideen zu bekommen und die Synergien insgesamt auszuloten. Nach dem Auftakt sollte ein regelmäßiger Turnus vereinbart werden, der rollierend jeweils von einem Netzwerkpartner organisiert wird. Dadurch wird das Netzwerk stetig erweitert.
- **Inhalte**
Geführte Wanderung mit einer Einladung, sich auszutauschen und miteinander ins Gespräch zu kommen. Die Gesprächsrunde kann über Speed – Dating Karten angeleitet werden. Bei der abschließenden Einkehr kann die Leitung zu einem Cross Boccia Spiel einladen und einen Austausch über die WERTE Begriffe erzeugen. Teilnehmer bekommen die Möglichkeit ihre Visitenkarten auszutauschen.
- **Zielgruppe und Bedingungen zur Teilnahme**
Alle Menschen in der Stadt, die sich ehrenamtlich und freiwillig engagieren. Eine Affinität zum Wandern sollte gegeben sein. Teilnehmer, die nur über eine geringe Mobilität verfügen oder sich die Wanderung nicht zutrauen, trotzdem aber Interesse an der Geselligkeit haben, können zur Einkehr eingeladen werden. (Meist geringe Nachfrage)
- **Termin und Ort**
Im Vorfeld bei den potenziellen Teilnehmenden nachhaken, welcher Tag und welche Zeit am besten geeignet ist. Eingeplant werden sollte ein halber Tag, der in einem zentral gelegenen Wandergebiet mit Einkehrmöglichkeit liegt.
Nach der zentral durchgeführten Auftaktveranstaltung kann ein regelmäßiger Turnus und ggf. auch Organisator verabredet werden. Ein rollierendes Verfahren unter den Teilnehmenden würde die Nachhaltigkeit des Angebotes erhöhen.
- **Anmeldeverfahren**
Die Einladung kann ohne Anmeldung oder mit der Bitte um Anmeldung erfolgen. Mit Anmeldung hat den Vorteil der besseren Planung – aber auch kurzfristig Entschlossene sollten noch mitwandern können.

Programm

Wir laden euch herzlich ein zum „Wandertag für das Ehrenamt!“

Wie wichtig das Ehrenamt für unser gesellschaftliches Leben und für unseren Sportverein ist, erleben wir jeden Tag. Unsere Sportgruppen leben davon, dass ehrenamtliche Übungs- und Gruppenleiter sich engagieren. Ob im Wettkampfsport oder im Breiten- und Gesundheitssport, überall werden engagierte Mitarbeiter benötigt. Auch das Vereinsleben über den Sport hinaus ist geprägt durch das Ehrenamt. Ob das Durchführen von Ausflügen, Organisieren von Kinderfreizeiten, Einrichten eines Seniorencafés, Ausrichten von Festen und Veranstaltungen oder unterstützende Hilfe im Spiel- und Wettkampfbetrieb, usw. - ohne Ehrenamt kein Vereinsleben!

Weil IHR WERTvoll seid, lädt der Kreissportbund EUCH zu einem geselligen Wandertag in das Waldgebiet XXX ein. Hier kommen Helfer und Ehrenamtliche zusammen und tauschen sich beim Wandern über ihre Arbeit aus, können voneinander lernen, sich kennenlernen und sich vernetzen.

Wir treffen auf den Kooperationspartner/In XXX, bei dem / mit dem wir anschließend in die Einkehrmöglichkeit XXX einkehren. Hier erwartet uns eine kleine Erfrischung und ein Snack, zu dem wir euch herzlich einladen!

Neben dem Austausch unsere Arbeit im Verein können wir z.B. auch bei einer Partie Boule oder Cross Boccia das Treffen ausklingen lassen.

Kommt mit und nutzt die einmalige Gelegenheit mal „über den Tellerrand“ zu schauen. Holt euch Tipps für eure Vereinsarbeit, über mögliche Fördermittel, Projekte und Programme vom Landessportbund oder Trends im Sport.

Die Wanderung dauert etwa zwei Stunden. Auch wer direkt zur Einkehrmöglichkeit XXX kommen möchte, ist dort ab 16 Uhr herzlich willkommen.

Um die Einkehr besser planen zu können, bitte ich um Anmeldung bei XXX unter Telefon/Email XXX.

ALLE sind herzlich willkommen!!!

Programm /Ablauf:

z.B. samstags oder sonntags nachmittags

14.00 Uhr	Begrüßung und Einstimmung der Teilnehmenden
14.10 Uhr	Start der Wandertour
15.00 Uhr	Kleine Wanderpause, evtl. Aktiv mit Cross Boccia oder Speed Dating
16.00 Uhr	Einkehr in die Einkehrmöglichkeit XY
17 / 18 Uhr	Gemeinsame Rückkehr zum Wanderparkplatz

Hinweise:

Dieser Programmvorschlag stellt nur ein Grundgerüst dar. Entsprechend der Gruppenzusammensetzung wird die Struktur den Möglichkeiten der Teilnehmenden angepasst.

Speed Dating Karten

Fragen für Karte 1

Wie heißt Du?

Wie alt bist Du?

Welche Eigenschaft aus deinem Sternzeichen passt zu dir?

Gibt es etwas in Deinem Leben, worauf Du sehr stolz bist?

Welchen Wunsch möchtest Du Dir in den kommenden Jahren erfüllen?

Welchen wunderbaren Moment in Deinem Leben gibt es?

Was schätzen Deine Freunde an Dir?

Was kritisieren Deine Freunde an Dir?

Wie wichtig ist Dir Familie?

Wie verbringst Du Zeit allein?

Fragen für Karte 2

Welche ehrenamtliche Tätigkeit würde am besten zu Dir passen?

Wie verbringst Du am liebsten Deine Wochenenden?

Was für Musik magst Du?

Welche Werte sind für Dich wichtig?

Welches Buch hast Du zuletzt gelesen?

Was isst Du gerne?

Aliens sind in Deinem Garten gelandet – was machst Du?

Ich habe für uns gekocht und es schmeckt grauenhaft – wie reagierst Du?

Was tust Du Gutes für sich selbst?

Was erwartest Du von diesem Wandertag/Wanderreise?