



LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



**Demenz bewegt -
Gemeinsam für mehr Lebensqualität
durch Bewegung und Sport!**

Kooperationsvereinbarung

zwischen dem

**Landesverband der Alzheimer
Gesellschaften Nordrhein-Westfalen e.V.**

(ALZ NRW)

Bergische Landstraße 2
40629 Düsseldorf

und dem

Landessportbund Nordrhein-Westfalen e.V.

(LSB NRW)

Friedrich-Alfred-Straße 25
47055 Duisburg

Präambel

In Nordrhein-Westfalen leben aktuell über 300.000 Menschen mit der Diagnose Demenz. Ein Großteil der Erkrankten lebt im häuslichen Setting und wird von Angehörigen betreut. Die physische und psychische Belastung pflegender Angehöriger von Menschen mit Demenz ist hoch und der Übergang in ein stationäres Pflegesetting daher vielfach bei fortschreitender Erkrankung und Zunahme von pflegerischen Aufgaben oftmals unvermeidbar. In allen Krankheitsphasen und individuellen Settings bieten sich jedoch Chancen zum Erhalt von Mobilität, Alltagskompetenz und sozialer Teilhabe für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen.

Eine wertvolle Unterstützung leisten Sport- und Bewegungsprogramme auf Basis eines ganzheitlichen, biopsychosozialen Ansatzes. Aus wissenschaftlicher Sicht sind Bewegung und Sport elementar für den Erhalt von Gesundheit und Lebensqualität – dies gilt auch für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen. Die körperliche Aktivität und ganzheitliche Ansprache wirkt sich günstig auf den physischen und psychischen Zustand aus. Durch zielgerichtete und passgenaue Bewegungsprogramme kann die körperliche Mobilität von Menschen mit Demenz möglichst lange aufrechterhalten werden – dies entlastet nicht nur Angehörige und Pflegekräfte, sondern trägt auch zur Kostenreduktion im Gesundheitswesen bei.

Die Angebotspalette ist vielfältig und reicht vom Breitensport über den Präventions- und Rehabilitationssport bis zu niedrigschwelligen Hilfe- und Betreuungsangeboten. Die Gruppenstrukturen der Angebote wirken sozial integrativ und tragen in diesen Zusammenhängen auch zur Enttabuisierung der Erkrankung bei.

Auch Angehörige und Pflegende von Menschen mit Demenz können sehr vom Sport profitieren. Neben der Förderung der eigenen Gesundheit haben Bewegungsaktivitäten und entsprechende Bewegungsprogramme positive Wirkungen auf die Stressbewältigung und den Umgang mit den besonderen Belastungen.

Unter präventiven Aspekten werden durch körperliche Aktivitäten, Bewegung und Sport wichtige Schutzfaktoren aufgebaut, die nach aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen auch dazu beitragen können, demenzielle Erkrankungen zu verhindern bzw. zu verzögern. Dies ist für jüngere und ältere Menschen eine wichtige Botschaft, denn in jedem Lebensalter entfaltet Bewegung ihre Wirkung.

Gemeinsam für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen

Der organisierte Sport in Nordrhein-Westfalen und der Landesverband der Alzheimer Gesellschaften NRW können und wollen mit den Schlüsselfaktoren Sport und Bewegung spezifische Beiträge zu mehr Lebensqualität, Mobilität, Alltagskompetenz und sozialer Teilhabe für Menschen mit Demenz leisten. Auch die Gesunderhaltung und Entlastung der pflegenden Angehörigen und entsprechende präventive Angebote für diese Gruppe stehen im Fokus.

Der Landessportbund NRW und seine Mitgliedsorganisationen haben bereits erste Erfahrungen im Rahmen ihrer programmatischen und projektbezogenen Arbeit gesammelt und nutzen diese in den Strukturen des Breiten-, Präventions- und Rehabilitationssports sowie dem Bereich niedrigschwelliger Angebote. Dieses Erfahrungswissen und wissenschaftlich fundierte Handlungsempfehlungen sollen für den weiteren Aufbau von Sport- und Bewegungsangeboten für Menschen mit Demenz und Ihre Angehörigen genutzt werden.

LSB NRW und ALZ NRW verfolgen daher gemeinsam das Ziel, Sportvereinen und örtlich agierenden Alzheimer Gesellschaften sowie anderen Organisationen und Gruppierungen der Demenz-Selbsthilfe dazu neue Wege zu öffnen, Potentiale zu erschließen und gemeinsame zielgruppenspezifische Initiativen zu fördern und zu entwickeln. Die zielgruppenspezifischen Programme des LSB NRW werden deshalb von ALZ NRW unterstützt und begleitet. Die beteiligten Organisationen bringen jeweils ihre besonderen Kenntnisse und Möglichkeiten in die Kooperation auf Landesebene ein. Sie regen regionale Vernetzungen und lokale Kooperationen sowie die gemeinsame Übernahme gesellschaftlicher Verantwortung an; denn diese sind vielerorts zur Leitlinie für erfolgreiches Handeln geworden und damit ein vielversprechender Schlüssel zum Erfolg.

Ziel der Kooperation

Diese Kooperationsvereinbarung wird geschlossen, um eine gemeinsame Strategie für die Ausrichtung der Arbeit unserer Organisationen anzuregen und regionale bzw. kommunale Netzwerke zu bilden. Mit Hilfe dieser soll es zum Kennenlernen der Handelnden vor Ort, zu Kooperationen, zur Qualifizierung Hauptberuflicher und Ehrenamtlicher, zur Nutzung unerschlossener Ressourcen sowie zur Etablierung vielfältiger bedarfsorientierter Angebote kommen.

Umsetzungsaktivitäten

LSB NRW und ALZ NRW nutzen ihre Organisationsstrukturen zum Aufbau einer engen Zusammenarbeit auf den verschiedenen Ebenen (Land, Region, Kommune, Quartier).

Dies bedeutet:

a) für die Landesebene:

- Die Kooperationspartner treffen sich regelmäßig mindestens einmal im Jahr sowie bei Bedarf.
- Sie stimmen ihre Konzepte, Projekte und Maßnahmen bestmöglich aufeinander ab und unterstützen sich bei der Umsetzung.
- Sie beziehen die Sportfachverbände des Landessportbundes NRW, insbesondere diejenigen mit einem thematischen Schwerpunkt „Sport und Demenz“ und ggf. weitere Kooperationspartner in relevanten Bezügen ein.
- Sie entwickeln gegebenenfalls gemeinsam neue Aktivitäten.

b) für die anderen Ebenen:

Die Kooperationspartner verpflichten sich dafür Sorge zu tragen, dass örtliche Organisationsstrukturen, also einerseits die Stadt- und Kreissportbünde mit ihren Stadt- und Gemeindesportverbänden, die Fachschaften sowie die Sportvereine, und andererseits örtliche, ALZ NRW angegliederte Organisationen der Demenz-Selbsthilfe eine konstruktive Zusammenarbeit aufnehmen bzw. verstärken.

Zur Zielerreichung sollen folgende Schritte eingeleitet werden:

- Die Ziele dieser Kooperationsvereinbarung werden auf den unterschiedlichen Arbeitsebenen kommuniziert und ggf. durch regionale Kooperationsvereinbarungen ergänzt.
- Vorhandene Medien zur Information der Untergliederungen und zur Kommunikation der zielgruppenspezifischen Programme und Projekte beider Kooperationspartner werden genutzt.
- Zum Ausbau der Kommunikationsstruktur werden gegenseitige Internetvernetzungen hergestellt.
- Es erfolgt eine wechselseitige Unterstützung im Rahmen von Arbeitstagungen, Veranstaltungen und Schulungsmaßnahmen.
- Es erfolgen regelmäßige Abstimmungsgespräche auf und mit den unterschiedlichen Ebenen und den beteiligten Partnern.
- Die Vernetzung zwischen regionalen sowie kommunalen Organisationen der ALZ NRW Demenz-Selbsthilfe und den Stadt- und Kreissportbünden, Fachverbänden und Sportvereinen wird durch die wechselseitige Mitarbeit in lokalen Beiräten und Netzwerken gefördert.
- Neue bedarfsorientierte Angebote zu zielgruppenspezifischen Programmen sollen gemeinsam entwickelt und über die jeweiligen Strukturen der Kooperationspartner beworben werden.

Mit diesen Maßnahmen wollen die Alzheimer Gesellschaften NRW e.V. und der Landessportbund NRW e.V. einen Beitrag leisten zu einer Enttabuisierung demenzieller Erkrankungen, zur Prävention und zu einer Verbesserung der Lebensqualität für Menschen mit Demenz und der sie pflegenden Angehörigen.

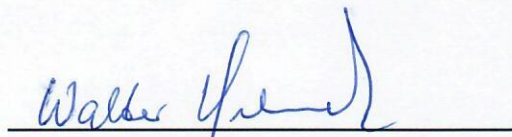
Duisburg, den 05.09.2018



Regina Schmidt-Zadel
Vorsitzende
Landesverband der
Alzheimer Gesellschaften NRW e.V.



Prof. Dr. Ralf Ihl
Stellv. Vorsitzender
Landesverband der
Alzheimer Gesellschaften NRW e.V.



Walter Schneeloch
Präsident
Landessportbund Nordrhein-Westfalen e.V.



Michaela Engelmeier
Vizepräsidentin Breitensport
Landessportbund Nordrhein-Westfalen e.V.