Stadtsportbund Herne e.V.

Bewegt ÄLTER werden in Herne!

SSB-Handlungsprogramm

Die Umsetzung des landesweiten LSB-Programms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“

SPORT BEWEGT HERNE!

www.ssb-herne.de

Materialband 12

Ministerium für Familie, Kinder, Jugend, Kultur und Sport des Landes Nordrhein-Westfalen

LANDESSPORTBUND NORDRHEIN-WESTFALEN

Impressum

Herausgeber:	Stadtsportbund Herne e. V. Bahnhofstr. 143 44623 Herne
Inhalt:	Dr. Klaus Balster und Petra Thiele
Redaktion:	Marion Balster Ina Losch-Schroeder Renate Tietz Marion Wozniak
Foto:	Bilddatenbank des Landessportbundes NRW e.V © LSB NRW / Andrea Bowinkelmann
Umschlaggestaltung:	Atelier Manfred Heise und Julia Banning (LSB-NRW)
Layout:	Silke Margowski
Auflage:	digitale Ausgabe
Druck:	druck+graphik manumedia gmbh
Ausgabe:	März 2014

Inhalt ..... **Seite:**

Vorwort **2**

1. Darum ein SSB-Handlungsprogramm **3**
„Bewegt ÄLTER werden in Herne!“

2. Ziele und Schwerpunkte des Programms **8**

3. Nutzen einer Programmbeteiligung für Sportvereine **12**

4. Unterstützungsleistungen für Sportvereine **13**

5. Programmumsetzung 2011 ..... **16**

6. Programmumsetzung 2012 ..... **17**

7. Programmumsetzung 2013 ..... **20**

8. Progammumsetzung 2014 ..... **24**

9. Materialien LSB NRW und SSB Herne zum Programm **30**

SSB-Kontakte **33**

Ältere Menschen – ein bedeutsames Zukunftsthema für Sportvereine

Jeder Mensch möchte möglichst lange geistig, psychisch und körperlich gesund leben! Besonders für ältere Menschen zählt die Suche nach und das Festhalten an Gesundheit zu den vorrangigen Lebenswünschen.

Die Verwirklichung dieser Wünsche gelingt durch ein wertvolles gesundheitsförderndes Lebensmittel, nämlich durch regelmäßigen „Sport" (gemeint sind Bewegung, Spiel und Sport und hier verkürzt zusammengefasst als „Sport").

Garanten für eine gezielte Information, Beratung und Begleitung einer qualitativen und quantitativen Lebensmitteleinnahme „Sport" sind der Stadtsportbund Herne und seine Sportvereine.

Weil der SSB mit seinen Sportvereinen das Thema „Ältere" zu den wichtigsten gesellschaftlichen Herausforderungen der Gegenwart und Zukunft zählt, ist es für ihn eine Kernaufgabe.
Damit ist es selbstverständlich eine Grundlage seiner aktuellen Zielausrichtung für die aktuelle Wahlperiode 2011 – 2014. Außerdem akzentuiert der SSB besonders dieses Thema durch sein 2012 verabschiedetes Positionspapier.

Damit sich eine gewünschte Vereinsqualität im Umgang mit dem Thema einstellen konnte und künftig weiter gesichert bleibt bzw. noch erweitert, hat der SSB das vom Landessportbund NRW initiierte Förderprogramm „Bewegt ÄLTER werden in NRW!" auf Herne übertragen. Es wird geführt unter dem SSB-Programmtitel „Bewegt ÄLTER werden in Herne!".

Das Herner Programm konnte sich entwickeln zum einen dank der inhaltlichen Begleitung und der gewährten Mittel zur Basis- und Maßnahmenförderung durch das Land NRW und den LSB NRW als auch durch kommunale Unterstützung. Zum anderen konnte es sich entfalten durch den 2012 eingerichteten SSB-Programmbeirat „Bewegt ÄLTER werden in Herne!" und die SSB-Fachschaft „Sport für Ältere".
Auf diesem sicheren pragmatischen und strukturellen Fundament konnte der SSB bis heute für seine Sportvereine, aber auch für alle Herner Bürger und Bürgerinnen, zahlreiche Maßnahmen und Aktivitäten initiieren.

Der SSB will den eingeschlagenen Programmweg „Bewegt ÄLTER werden in Herne!" künftig intensiv fortsetzen.
Dabei ist dieses vorliegende Handlungsprogramm, das kontinuierlich fortgeschrieben wird, eine wertvolle Hilfe, weil es u.a. den aktuellen Programmstand aufzeigt.
Alle Herner Sportvereine, die Partner des SSB und alle Interessierten sind eingeladen, das lohnenswerte Programm zu beleben und sich auch an künftigen Programmfortschreibungen zu beteiligen.

Dr. Klaus Balster
Stellv. Vorsitzender des SSB und
Vorsitzender des SSB-Programbeirats „Bewegt ÄLTER werden in Herne!"

1. Darum ein SSB-Handlungsprogramm „Bewegt ÄLTER werden in Herne!"

Warum sollte das Thema „Ältere" ein Zukunftsthema auch für Sportvereine sein?

Der demografische und gesellschaftliche Wandel zeigt, dass es noch nie so viele alte Menschen wie heute gab und noch nie waren sie so aktiv. Durch die steigende Lebenserwartung und den immer noch relativ frühen Eintritt in den Ruhestand verlängert sich die Ruhestandsphase für viele Menschen. Der überwiegende Teil der Älteren erlebt diese Phase bei insgesamt guter Gesundheit und Vitalität, zumindest meist bis 80 Jahre. Unsere Gesellschaft ist weniger, älter und bunter (Zunahme der Migrantengenerationen) geworden. Trotz dieser beeindruckenden Fakten schätzen Expertinnen und Experten die Bewegungs- und Sportaktivität der älteren Generation immer noch als deutlich zu niedrig ein. Die meisten Älteren bewegen sich viel zu wenig! Dies liegt auch daran, dass sie alleine den Weg zu „ausreichender Bewegung" nicht finden bzw. Bewegungswege (auch in Sportvereinen) versperrt bzw. erschwert werden.
Darum ist ein neuer Bewusstseinsprozess für „Mehr Bewegung für Ältere" vonnöten. Sportvereine sollten sich an dem gesellschaftlichen Dialog als Bewegungsanwalt an führender Stelle beteiligen und auch mithelfen, das Wissen über Altern und Altsein zu vergrößern und zu verbreiten. Dadurch leisten sie einen wertvollen Beitrag für eine zukunftsfähige Vision vom gesunden Leben in einer Gesellschaft des langen Lebens.

Wer ist mit „Ältere" gemeint?

Wissenschaftlich ist man sich einig, dass es das Alter und die Älteren als soziologische Kategorie nicht gibt. Das einheitliche Kennzeichen der älteren Generation ist Heterogenität.
Der SSB – in Anlehnung an den LSB - empfiehlt seinen Sportvereinen aufgrund der besonderen Heterogenität der Altersgruppe „Ältere", mit dieser Zielgruppe vornehmlich Menschen ab 50 Jahre zu bezeichnen und ihre Handlungsausrichtungen daran zu orientieren. Diesen Alterszeitpunkt als Ausgangspunkt zu nehmen, ist sinnvoll, weil mit Beginn dieser Lebensphase für viele Menschen eine Neuorientierung, auch meist mit persönlichen Umbrüchen, im Leben verbunden ist. Viele Männer und Frauen finden ab diesem Altersabschnitt auch wieder zu sportlichen Aktivitäten zurück oder beginnen eine Um- bzw. Neuorientierung von Sportaktivitäten.

LSB empfiehlt Erweiterung der Zielgruppe

Neuerdings, ab 2014, empfiehlt der LSB, in die weitere Programmentwicklung auch die Zielgruppe der 35- bis 50-Jährigen mitaufzunehmen. Ein zentraler Grund ist, dass in diesem Altersbereich zu viele mit dem organisierten Sporttreiben aufhören und sie bisher nicht immer ein adäquates Vereinsangebot erhalten. Darum dürfen Überlegungen für diese Zielgruppe bei künftigen Perspektivplanungen nicht mehr fehlen. Die Vorschläge seitens des LSB werden mit großem Interesse erwartet.

Altersbild und Selbstverständnis der Älteren haben sich gewandelt

Die Erkenntnisse der Altersforschung vermitteln uns, dass Altern eingebettet ist in die gesellschaftliche Entwicklung (Lebenslagen haben sich verändert) und diese befindet sich im Wandel. Alter(n) hat ferner viele Gesichter.
Es gibt eine große Vielfalt hinsichtlich der Lebensphase, der Altersstruktur und der jeweiligen individuellen Prägung (Fähigkeiten, Ressourcen und Potentiale älterer Menschen). Altersbilder unterliegen also einer jeweiligen subjektiven Betrachtung und sind sehr erfahrungsabhängig. Orientierungsgröße sind die jeweiligen individuellen Ressourcen und Fähigkeiten.

So sind Menschen zwischen 50 und 70 heute nicht alt, es sind keine Methusalems, sondern Menschen mit Zukunft - das ist neu!
Auch wenn die Anzahl der Lebensjahre, die die Menschen in Gesundheit verbringen, wächst und Lebensprozesse positiv gestalten lassen, ist das Älterwerden für viele aber auch mit zum Teil schwerwiegenden Problemen belastet. So lebt die Gruppe der jüngeren Älteren heute häufig mit einer Doppel- oder Mehrfachbelastung. Es bestehen auch hinsichtlich der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit große Differenzen. Unterschiedliche soziale Voraussetzungen erhöhen oder mindern zusätzlich die Chancen auf ein aktives und gesundes Altern. Damit erhält nicht nur die Eigenverantwortung für die Gesundheit und die Fähigkeit, das Leben so lange wie möglich selbstständig gestalten zu können, einen besonderen Wert.
Sportvereine können die Eigenverantwortlichkeit fördern und Menschen einen altersgerechten, sozialen Lebensort bieten.

Für Ältere ist der erste Lebenswunsch „Gesundheit"

Jeder Mensch möchte möglichst lange geistig, psychisch und körperlich gesund leben!
Besonders für ältere Menschen zählt die Suche nach und das Festhalten an Gesundheit zu den vorrangigen Lebenswünschen. Vor allem ältere Menschen brauchen für ihre eigene, selbst- ständige Lebensbewältigung und zur gesellschaftlichen Teilhabe ein grundlegendes Maß an eigener Mobilität, einen aktiven Lebensstil. Aber die meisten Menschen und die Mehrzahl der Älteren bewegen sich täglich viel zu wenig. Immer mehr natürliche Bewegungen im Alltag werden eingeschränkt und durch technische Fortschritte wird der Mensch auch zunehmend inaktiver.

Mobilität und damit Bewegung sind Motor des Lebens

Die Verwirklichung dieser vorrangigen o.g. Lebenswünsche gelingt durch ein wertvolles gesundheitsförderndes Lebensmittel, nämlich durch regelmäßige Bewegung (realisiert als Bewegung, Spiel oder Sport). Bewegung ermöglicht, sich zu bewegen (Orte zu erreichen), bewegt zu sein (Gefühle auszudrücken), bewegt zu handeln (aufmerksam zu sein, sich zu orientieren) und bewegt aufeinander zuzugehen (gemeinsam zu handeln).
Bewegung ist also ein zentrales Lebensmittel und unterstützt die individuelle ganzheitliche Leistungsfähigkeit von uns Menschen. Bewegung ist damit praktische Gesundheitsförderung!

Was versteht man unter Gesundheit? - Gesundheitsverständnis von LSB und SSB

Der SSB folgt dem Gesundheitsverständnis des LSB, dass Gesundheit kein überdauernder und objektiver Zustand ist, sondern von jedem selbst täglich im Zusammenspiel mit den individuellen und gesellschaftlichen Lebensumständen und Bedingungen hergestellt, geschaffen und gelebt werden muss.
Dafür ist es wichtig zu wissen, dass Menschen vor allem durch persönliche und gesellschaftlich geschaffene Lebensumstände erkranken.
Unter Gesundheit ist nicht nur die Vorbeugung bzw. Vermeidung und Behandlung von Beschwerden und Erkrankungen zu verstehen, sondern besonders auch die Förderung und Stärkung von Gesundheitsressourcen.
Ressourcen sind insbesondere Fähigkeiten und Grundhaltungen, die helfen, mit gesundheitsbedrohlichen Belastungen umzugehen.
Unter Gesundheit verstehen darum Menschen nicht selten auch mehr als eine körperliche Funktionsfähigkeit und Abwesenheit von Krankheit, sondern Wohlbefinden und Glück.

Das Lebensmittel Bewegung wirkt nur bei täglicher Einnahme

Damit dieses Lebensmittel „Bewegung" seine gesundheitlichen Unterstützungs- und Wirkungsleistungen entfalten kann, muss es täglich ausreichend eingenommen werden.

Alltagsbedeutung der Bewegung

Beispielsweise

- Jeder Mensch merkt es an sich selbst. Ohne Bewegung gibt es kein Sprechen, keine Kommunikation und Interaktion, kein visuelles und auditives Verfolgen von Inhalten, kein taktiles

Begrüßen, kein Schreiben, keine Aufmerksamkeitsdauer, keine Selbstwirksamkeit im Handeln, keine Orientierung im Raum und kein Essen und Trinken.

- Bewegung unterstützt die Aneignung bedeutsamer Lebenskompetenzen und -erfahrungen, wie die Entwicklung von Schlüsselqualifikationen, um mit Risikosituationen umzugehen (Verkehr) und zu überleben (Schwimmen) bzw. Lebensalltagssituationen zu bewältigen (auf eine Leiter steigen).
- Bewegung ist auch ein wichtiger Unterstützungsfaktor für Alltagshandeln wie beim Ordnen des Tuns, beim Kodieren und Dekodieren von Gedächtnisinhalten (Wörter als Bilder einprägen; Eselsbrücken bauen), weil Worte oder Sätze praktische Kürzel für erlebte Handlungen sind. Bewegung ist eine Grundlage neurophysiologischer Prozesse und damit des Lernens.
- Wer sich ausreichend bewegt, unterstützt verschiedene Entwicklungsbereiche wie die sensorische Entwicklung (Wahrnehmung), die körperliche Entwicklung (u.a. Stoffwechselaktivität, Ernährungsverhalten), die motorische Entwicklung (u.a. Steuerungskräfte), die geistige Entwicklung (u.a. Handlungsplanung), die psychische und emotionale Entwicklung (u.a. Selbstbewusstsein und Stimmungen), die soziale Entwicklung (u.a. Kooperationsfähigkeit).
- Bewegung ist die Grundlage für eine Aneignung der Welt, weil dies meist nur handelnd geschieht. Das Zusehen bei einer Handlung oder eine Belehrung kann das eigene Handeln niemals ersetzen.
- Bewegung bildet neben und zusammen mit dem Denken (z.B. räumliche Orientierung und Rhythmus) das tragende Fundament der menschlichen Existenz. Bewegung beeinflusst immer auch soziale Bezüge, Emotionen, Motive, Kognitionen und Wertvorstellungen.
- Der sich bewegende Körper ist dabei der Mittler zwischen den inneren Möglichkeiten des Menschen und den äußeren Anforderungen. Bewegung ist die Brücke zur Welt!
- Durch Bewegung machen Menschen Erfahrungen über sich selbst, erkennen ihre Fähigkeiten und Möglichkeiten und lernen sich einzuschätzen. Dann lernen sie durch Bewegung auch Räume zu erschließen und andere Menschen und ihr Tun zu verstehen.

Wer sich nicht bewegt, kann nichts erleben, lernen und leisten!

Belastbare Gesundheitseffekte für ältere Menschen

Es liegen zahlreiche belastbare Gesundheitseffekte vor, die Publikationen zu entnehmen sind, die sich bei täglicher, regelmäßiger Bewegung zeigen, beispielsweise

- Risikominderungen, um das 20fache bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen, um 50% bei Herzinfarkt, um 60% bei Schlaganfall, um 50% bei Darmkrebs, um 30-40% bei Brustkrebs bzw. eine deutliche Risikosenkung bei Alzheimer
- Verbesserungen der körperlichen und geistigen Fitness, der Aufmerksamkeit, des Denkvermögens, der Gedächtnisleistung, Gehirndurchblutung und des Gehirnstoffwechsels bzw. der Diabeteserkrankungen (Typ 2) in Verbindung mit gesunder Ernährung
- Verbesserung der Gedächtnisschwäche bzw. längere Statuserhaltung bei Demenz

- Schutzfaktoren für den Bewegungsapparat, bei Stress, für den Stoffwechsel, für die Organstabilisierung, das Immunsystem, für motorische Grundeigenschaften (Kraft und Ausdauer) und koordinative Fähigkeiten (Gleichgewicht, Differenzierungsfähigkeit), bei Depressionen und chronischen Krankheiten.

Bewegung vermindert Alterungsprozesse um 15 bis 20 Jahre.
Bewegung ist zwar nicht alles, aber ohne Bewegung ist alles nichts!

Die meisten Menschen haben falsche Vorstellungen von „Älteren" – einige Irrtümer

Keine andere Gruppe wie die der Älteren ist Klischees, Irrtümern und Fehlinformationen durch die Medien dermaßen ausgesetzt, dass bereits in jüngeren Jahren die unvorteilhaften Vorstellungen von älteren Menschen aufgebaut werden, wie etwa, dass hohes Alter (Einsetzen mit 60 Jahren) mit Unzufriedenheit, Unglücklichsein, Senilität, schlechten Gedächtnisleistungen und Unfähigkeit, Neues zu lernen, verbunden ist. Fehlinformationen über das Altern halten sich hartnäckig durch das Erwachsenenalter hindurch. Darum ist es kaum verwunderlich, dass es vor Irrtümern nur so wimmelt und die Vorurteile alten Menschen gegenüber tief sitzen. So werden z.B. bei alten Menschen schlechte Gedächtnisleistungen als Zeichen von geistiger Beschränktheit, bei jüngeren Menschen als Unaufmerksamkeit oder fehlendes Bemühen klassifiziert. Wissenschaftliche Ergebnisse zeigen aber andere Bilder, wie z.B.

- ältere Erwachsene sind glücklicher als jüngere
- Depressionen sind am häufigsten zwischen 25-45 Jahren
- Intelligenz und verbale Fähigkeiten müssen sich selbst nicht im Alter von 80 Jahren von denen jüngerer Menschen unterscheiden
- Ältere sind dazu in der Lage, neue Fähigkeiten zu erlernen oder sich neuartige Geräte anzueignen
- Vergesslichkeit darf nicht als „alt zu sein" gedeutet werden
- unser Gehirn ist ein Leben lang formbar, es behält die Fähigkeit, sich neuartigen Anforderungen anzupassen; im Gehirn, das gefordert wird, wachsen neue Nervenzellen nach (Prinzip: „Use it or lose it")
- Einbußen der Leistungsfähigkeit im Alter sind beeinflussbar.

Aktiver Lebensstil sichert die Leistungsfähigkeit bis ins hohe Alter

Die Leistungsfähigkeit des Gehirns ist ganz wesentlich davon abhängig, welchen Lebensstil wir haben. Ein aktiver Lebensstil durch geistige, sportliche wie soziale Aktivitäten hat nachweislich positive Wirkungen auf die Funktionsfähigkeit unseres Gehirns. Darum sollten wir nicht vergessen, unser Gehirn zu fordern. Beispielsweise:

- sich herausfordernde geistige Aufgaben stellen und genügend bewegen
- einen Plan aufstellen und danach handeln
- nicht mit einer Antwort zufrieden geben
- knifflige Aufgaben lösen
- gewohnheitsmäßige Aufgaben, Routinen ändern
- Neues ausprobieren

Voraussetzungen, damit Menschen zu einem Mehr an Bewegung gelangen

Selbst seinen eigenen Beitrag zum gelingenden, bewegenden Ganzen zu leisten.
Bereit zu sein, die positiven Wirkungen, die Bewegung entfaltet, zu erfahren, sich regelmäßig bewegen zu wollen und es auch tatsächlich zu tun (Verhaltensänderung).

Und eine entsprechende bewegungsunterstützende, -freundliche Infrastruktur, die barrierefreie, unkomplizierte, jederzeit mögliche und regelmäßige Aktivität erlaubt (Verhältnisänderung).

Zur Realisierung beider Aspekte sind insbesondere Sportvereine unersetzbar!

Individuelle Gesundheitskompetenz ist als oberstes Ziel zu fördern

Die Konsequenz dieses Grundlagenverständnisses heißt, Menschen kompetent im Umgang mit ihrer Gesundheit zu machen. Mit „Kompetenz" wird die Fähigkeit eines Menschen bezeichnet, erworbene Fertigkeiten, soziale Regeln und Wissensbestände sach- und situationsgerecht sowie zum richtigen Zeitpunkt einzusetzen, um ein bestimmtes Ziel – das der Gesundheit förderlich ist - zu erreichen. Menschen sind zu motivieren und zu befähigen, ihre Lebensweise derart zu gestalten, dass sie für die Gesundheit förderlich ist. Dies gelingt unter Berücksichtigung folgender drei Dimensionen, die man besitzen sollte:

- eine Wertehaltung „Ich bin verantwortlich für mein Tun – ich treibe jetzt wieder mehr Sport"/ „Sport ist für mich wertvoll und hat einen Wert"
- Handlungsrelevantes Wissen und Fachkenntnisse haben (Kognitionsnutzung) „Ich informiere mich, welche Wirkungen der Sport für mein Wohlbefinden hat"
- Gestaltungsfähigkeit besitzen „Ich suche Bewegungsmöglichkeiten in meinem Umfeld und nutze sie".

Individuelle Verhaltensförderung braucht einen gesundheitsförderlichen Rahmen

Sportvereine können einen solchen gesundheitsförderlichen Rahmen bieten, weil sie gesellschaftliche Mitverantwortung für ein wichtiges Thema zu tragen bereit sind. Dafür bieten sie eine Vereinsinfrastruktur, die sowohl eine Wirkung auf die Gesundheit der Menschen als auch auf das gesunde Vereinsleben hat.
Wo wir uns wohlfühlen, dahin gehen wir gerne und halten uns länger auf. Solche Orte sind Lebensorte. Dort finden wir ein zeiterholsames Klima und eine wertschätzende Atmosphäre vor, die auch Brücken für Menschen untereinander bietet. Wer zu diesen gesundheitsfördernden Lebensorten kommt, erfährt durch die gesunde Infrastruktur Wirkungen auf seine eigene Gesundheit.
Immer mehr Sportvereine entwickeln sich zu gesundheitsfördernden Lebensorten!

Das Thema „gesund älter werden" geht alle an – auch Sportvereine

Gesundheit ist ein so bedeutsames Thema, dass sich kein Sportverein diesem verschließen kann. Darum ist das Gebot an Vereine, rechtzeitig einen Zukunftsweg „mit Gesundheitsprofil" einzuschlagen. Dabei ist kein Sportverein alleine gelassen, sondern findet mit diesem Handlungsprogramm unterstützende Wegweiser für die eigene Orientierung.

2. Ziele und Schwerpunkte des Programms

Orientierung am LSB-Programm „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ und an seinen Zielen

Der LSB beschreibt mit diesem Programm einen Handlungsrahmen als Arbeitsprogramm zur systematischen Weiterentwicklung einer gesundheitsorientierten Sportvereinsentwicklung, der auf 10 Jahre bis 2022 angelegt ist. Der SSB setzt das Arbeitsprogramm als Herner Programm „Bewegt ÄLTER werden in Herne!“ um.

Perspektivische Übertragung der Programmziele auf Herne

Der Rahmen orientiert sich an folgenden Zielen, die in Herne perspektivisch realisiert werden sollen:

- Sicherung der Programmatik durch eine SSB-Beiratsstruktur
- Nutzung des LSB-Förderprogramms
- Schärfung des Bewusstseins bei Herner Bürgerinnen und Bürgern für die Wichtigkeit von Bewegung, Spiel und Sport für Ältere
- Verbesserung des Informationsstandes der Herner Bürgerinnen und Bürger über die gesundheitsorientierten Leistungen und Angebote der Sportvereine für Ältere
- Steigerung der Bewegungsaktivität älterer Menschen und Erhöhung des Anteils sportlich aktiver älterer Menschen in den Sportvereinen
- Sicherung und Ausbau der Strukturen und Qualitäten, damit der kontinuierliche Ausbau hochwertiger, bedarfsgerechter und zielgruppenorientierter Bewegungs- und Sportangebote für Ältere gelingt
- Unterstützung der Sportvereine, sich zu gesundheitsförderlichen Lebensorten, insbesondere für Ältere, zu entwickeln
- Aufbau eines zukunftsweisenden, bedarfsgerechten und an modernen Standards orientierten Qualifizierungssystems für verschiedene ältere Zielgruppen
- Förderung von Generationsbeziehungen, Integration, Chancengerechtigkeit und ehrenamtlichem Engagement in den Bezügen des Sportvereinslebens und im gesellschaftlichen Raum
- Aufbau von Strukturen und Intensivierung der Vernetzung zwischen dem gemeinwohlorientierten Sport und seinen Sportvereinen und den Akteuren des städtischen Gesundheits-, Bildungs-, Senioren- und Sozialsektors und weiteren kommunalen Partnern (u.a. Freie Wohlfahrtspflege, Kirchen, Seniorenheime)
- Förderung der Bereitschaft der Sportvereine, gesellschaftliche Mitverantwortung für die Gesundheit älterer Menschen zu übernehmen
- Einwirkung auf kommunale Raumentwicklungen für das Wohl älterer Menschen
- Initiierung besonderer Projekte
- Politische und fachliche Mitgestaltung an kommunalen Belangen für Ältere.

Umsetzung der Programmschwerpunkte in Herne und Nutzen für die Sportvereinsentwicklung

Herner Sportvereine sollten verschiedene Zielsetzungen und Schwerpunkte beleben, um die Zielgruppe der Älteren für Körperbildung, Bewegung, Spiel und Sport zu gewinnen.

Zukunftsorientierte Sportvereine bieten „Älteren“ einen Lebensort und ermöglichen lebenslanges Sporttreiben, gewährleisten ihre individuelle Entwicklung und Förderung in allen Lebenslagen und bieten den Rahmen für ein gelingendes soziales Miteinander. Hier finden „Ältere“ soziale Kontakte und Geselligkeit und tragen damit zur persönlichen Integration, Zugehörigkeit, Verbundenheit und Partizipation älterer Menschen bei.

Sportvereine sind Lebensorte, die einer Vereinsamung entgegenwirken und eine Lebenssouveränität unterstützen.
Die Realisierung dieser Zielsetzungen erfolgt schrittweise im Rahmen eines systematischen Prozesses innerhalb eines Sportvereins. Sinnvollerweise kann dies unter Berücksichtigung folgender vier einander ergänzender Schwerpunkte erfolgen:

Schwerpunkt - Förderung von Bewegung und Sport

Dies bedeutet beispielsweise, dass Sportvereine eine gesundheitsfördernde und altersgerechte Lebensort-Infrastruktur haben und insbesondere für die gesamte Zielgruppe „Ältere" ein breites Angebotsspektrum bieten. Dieses umfasst Angebote u.a. für Bewegungsaktive und Bewegungsinaktive, für Neueinsteiger und Menschen mit Sportsozialisation.
Das Angebotsspektrum reicht auch über die Zielgruppe hinaus, wie z.B. generationenübergreifende Zielgruppen (Oma/Opa und Enkelkinder; Familien).
Die bedarfs- und bedürfnisgerechten und altersabgestimmten, qualitätsgesicherten Angebote orientieren sich an den Wünschen und Vorstellungen der Teilnehmer, an ihren Lebensbezügen. Sie sind partizipativ angelegt, fachlich fundiert, sozial orientiert und offen für individuelle Wünsche. Sie setzen an den Potenzialen der Menschen an, um jeden Einzelnen für ein selbstverantwortliches und -bestimmendes Handeln fit zu machen.
Angebotsziele und inhaltliche Angebote sind vielfältig und umfassen als oberstes Ziel das Erlernen einer gesundheitsbewussten Lebensführung, die Lebensqualität der Menschen zu erhalten oder noch zu verbessern und über gesundheitsrelevante Themen (Bewegung und Ernährung, Sturzprophylaxe) Bescheid zu wissen. Dazu gehören z.B. die Förderung von individuellen Gesundheitsressourcen oder Verminderung von Risikofaktoren. Die Angebotspalette reicht über den üblichen Sportangebotsrahmen hinaus, wie z.B. gesellige Veranstaltungen (Kaffeetrinken, Gesellschaftsspiele, Gesprächs-Treffs), bildende Veranstaltungen wie Kunstvorträge, Museumsbesuche oder Ausflugsaktivitäten wie Wanderungen, gemeinsame Besuche von attraktiven Bädern, Tagesfahrten zu attraktiven Zielgebieten bis zur Durchführung von Ferienkurzfahrten (Wochenende) und zu begleiteten Ferienfahrten.
Als Veranstaltungstypen werden u.a. geboten Schnuppernachmittage, Mitmach-Angebote am Tag der offenen Tür, Informationsveranstaltungen, Aktionstage und Tagesveranstaltungen oder auch dauer-hafte und regelmäßige Angebote in Form von Kursen, Bewegungstreffs. Die Angebote werden besonders beworben, damit keine Schwellenängste z.B. aufgrund kultureller oder sozialer Hintergründe entstehen und die hohe Transparenz der Inhalte des Bewegungsumfanges ablesbar wird. Die Angebote müssen ortsnah und leicht erreichbar sein und in sauberen Räumlichkeiten stattfinden, in denen man sich wohlfühlt.

Schwerpunkt - Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gewinnen, Bildung und Qualifizierung

Dies bedeutet beispielsweise, dass qualifizierte Vereinsmitarbeiter die altersgerechten Angebote anbieten, die Impulse geben, Gespräche initiieren, Beratungssituationen schaffen, Verhaltensmuster erkennbar machen, den Bezug zum Lebensalter der Teilnehmer herstellen und zu Bewegungen anleiten. Die Angebotsleitungen verstehen sich als Impulsgeber, Moderator, Berater, Anleiter, Begleiter und/oder Betreuer.

Mitarbeitergewinnung, -bindung, - qualifizierung ist eine zentrale Basisaufgabe für den Verein. Der Verein konzentriert sich z.B. auf Leitungen, die bereits im Sportverein tätig sind. Sie z.B. stets anzuerkennen, wertzuschätzen und kostenlos weiter zu qualifizieren, muss selbstverständlich sein. Leitungen, die sich neu auf die Gruppe „Ältere" ausrichten wollen, sollten alle erdenkliche Beratungs- und Begleitungsunterstützung erfahren. Eine weitere Möglichkeit ist die Gewinnung von neuen Mitarbeitern im eigenen Verein, insbesondere bei der Zielgruppe „Ältere" selbst. Viele Ältere sind bereit, sich neu zu orientieren und sich zu engagieren und ihr Erfahrungswissen zur Verfügung zu stellen.

Sie persönlich anzusprechen, ihnen den Umfang ihrer Tätigkeit zu vermitteln, auch in Form von Teilaufgaben oder als Teamarbeit, und die Unterstützung durch den Verein zu versichern, ist eine lohnenswerte und meist erfolgreiche Aufgabe. Viele ältere Mitglieder verfügen über brachliegende Potenziale, die für den Verein genutzt werden könnten. Dies gilt auch für die zunehmende Gruppe der älteren Menschen mit Zuwanderungsgeschichte.

Eine nächste Möglichkeit ist die Gewinnung neuer externer Leitungen. Dafür müssen das Profil der Aufgabe und vor allem die Unterstützungsleistung des Vereins deutlich sein. Vereine sollten dabei vorhandene Adressen von anzusprechenden ehrenamtlichen Kooperationspartnern bzw. Institutionen, Organisationen und Gruppen nutzen, wie Ehrenamtsbehörden, Migrantengruppen, Hochschulen, Fachschulen, aber auch Gruppen wie Altenpfleger/innen, Gerontologinnen/Gerontologen, Fachberater/innen in der Altenpflege, Altentherapeutinnen/Altentherapeuten.
Wenn ein Verein die o.g. Möglichkeiten bisher nicht erfolgreich nutzen konnte, er aber unbedingt die Zukunftsaufgabe „Ältere" angehen will, sollte er personelle Förderprogramme in den Blick nehmen oder über Teil-Hauptamtlichkeit nachdenken.

Schwerpunkt - Generationenbeziehungen, Integration und Engagement
Dies bedeutet beispielsweise, dass Sportvereine, die ein altergerechtes Milieu schaffen wollen, folgende Schwerpunkte besonders mit zu berücksichtigen haben:

Generationenbeziehung
Sportvereine sind ein wichtiges Bindeglied zwischen den Generationen, wo Menschen miteinander im Dialog und in Verbindung stehen. Gerade die ältere Generation wünscht sich mehr Kontakt zu den Jüngeren, zum gegenseitigen Lernen und Teilen von freudvollen Momenten sowie zur erfolgreichen Bewältigung alltäglicher Probleme. Dies gelingt sowohl über den Sport als auch über das soziale Miteinander im Vereinsleben. Generationenbeziehungen im Verein zu leben, das gelingt mit Unterstützung von Aktionstagen/-wochen, Zukunftswerkstätten, Kurs- und Dauerangeboten für Jung und Alt.

Integration/Inklusion
Migration und Integration sind zentrale Herausforderungen für jeden zukunftsorientierten Sportverein. Eine Bewältigung kann nur im Miteinander aller Beteiligten gelingen. Integration von Menschen mit Zuwanderungsgeschichte im und durch den Sport bietet eine Möglichkeit zur sportlichen, sozialen und kulturellen Bereicherung des Vereins. Die Integration in den Sport kann zudem dazu beitragen, besonders den besorgniserregenden Gesundheitszustand von älteren Menschen mit Zuwanderungsgeschichte zu verbessern. Integrationsbemühungen umfassen natürlich auch die noch größere Gruppe der Älteren aus sozioökonomisch unbefriedigenden Lagen. Ist ein Vereinsmilieu inklusiv angelegt, geht kein Mitglied verloren. Diese inklusive Basis schließt auch den Inklusionsgedanken „Behinderte und Nichtbehinderte" mit ein.

Engagement
Besonders Ältere, auch mit Migrationshintergrund oder nicht adäquaten sozioökonomischen Verhältnissen, wollen sich im Verein engagieren. Ihr Potential, besonders ihr Erfahrungswissen – insbesondere älterer Leistungssportler - ist für die Beratung und Begleitung junger Spitzenathletinnen und -athleten zu nutzen. Die Vielfältigkeit der Engagement-Beteiligungsformen Älterer ist dabei auszuschöpfen (u.a. Tandempaare, Teilarbeiten). Sportvereine sollten sich um Festigung einer begleitenden Struktur (z. B. Team, Ausschuss, Beirat, Kommission, Steuerungsgruppe) bemühen.

Schwerpunkt - Kommunales Netzwerkmanagement, Kooperationen und Partnerschaften

Weil keiner es alleine schafft, zukunftsrelevante Themen nachhaltig zu realisieren, sind funktionierende sportinterne und -externe Kooperationen und Netzwerke eine bedeutsame Plattform. Diese entwerfen gemeinsame Strategien und bieten Wissens- und Erfahrungstransfers zum Thema und beleben den Dialog durch regelmäßige Arbeitsstrukturen. So können die vielen Chancen für Sportvereine und deren Partner gerade in Zeiten knapper Ressourcen der Neupositionierung gegenüber Zielgruppen und rückläufiger Förderung aus öffentlichen Mitteln gesichert werden. Sportvereine mit Zukunftsorientierung bedienen sich der bestehenden Netzwerke mit Freiwilligenorganisationen (z. B. Freiwilligenagenturen, Seniorenbüros), mit potentiellen kommunalen Netzwerkpartnern (z. B. Stadtverwaltung, Seniorenbeauftragte, lokale Bündnisse für Familie, Migranten, sozioökonomisch Benachteiligte, Familienzentren, Mehrgenerationenhäuser), mit Senioreneinrichtungen (z. B. Seniorenbegegnungsstätten und -heime, Seniorenbüros), mit den Wohlfahrtsverbänden, dem Gesundheitssystem (z. B. Krankenkassen), den Bildungsträgern (z. B. Kindertagesstätten, Schulen) oder der Wirtschaft bzw. anderen gesellschaftlichen Sektoren.

3. Nutzen einer Programmbeteiligung für Sportvereine

Herner Sportvereine profitieren nachhaltig von der angemessenen Beteiligung an der Umsetzung „Bewegt ÄLTER werden in Herne!“, beispielsweise

- erfahren sie einen Vereinsimagegewinn und –mehrwert, wie eine stärkere Wahrnehmung durch die Herner Bevölkerung
- können sie mitgestalten durch Übernahme einer Gemeinwohlaufgabe, wenn sie sich als Lebensorte für ältere Menschen im Stadtteil bzw. in der Stadtteilkultur verstehen
- können sie ihre Vereinspotentiale zeigen, z.B. durch das Einbringen als Akteure und Mitgestalter einer neuen, generationen- und altengerechten Gesellschaft
- erfüllen sie Motive vieler Menschen, weil wichtige Motive für Vereinseintritte die Themen „Gesundheit“ und „sozialer Kontakt“ sind
- gewinnen sie neue Zielgruppen, besonders im mittleren und höheren Lebensalter und durch eine weitere Bindung bisheriger Mitglieder
- entwickeln sie sich vereinsintern weiter, z.B. durch die Fortsetzung bzw. Erschließung des Schwerpunktes „Ältere und Generationenbeziehungen“ bzw. durch neue Angebote
- können sie ein neues Vereinsmilieu entwicklen, ein förderliches Vereinsmilieu für Ältere, das Autonomie, Integration, Partizipation, Wertekultur und soziale Wertschätzung und Geborgenheit erleben lässt und pflegt
- bekommen sie eine nachhaltige Blickerweiterung durch Kooperation und Vernetzung, z.B. mit anderen im Sektor „Ältere“ handelnden Akteuren
- erzielen sie generationenübergreifende Effekte, beispielsweise durch Angebotsformen wie Walking/ Nordic- Walking, Aquafitness oder Wellness orientierte Bewegungsangebote bzw. nicht sportbezogene Aufgaben
- können sie zur Sportraumentwicklung beitragen
- können sie neue Mitarbeiter gewinnen, denn besonders Ältere haben Lust auf Engagement

Sportvereine werden als Gesundheitsakteure und -partner für ältere Menschen anerkannt!

4. Unterstützungsleistungen für Sportvereine

Unterstützung durch nachahmenswerte Sportvereine

Sportvereine, die bereits das Thema „Ältere“ als Zukunftssicherung in ihr Vereinskonzept aufgenommen haben, zeigen nachahmenswerte Handlungsschritte auf.

Sportvereine beispielsweise

- bekennen sich zu dieser Zukunftsaufgabe, weisen sie in ihrer Satzung aus und haben eine verantwortliche Vereinsperson benannt
- haben das Profil der verantwortlichen Person einschließlich Kompetenzen detailliert beschrieben bzw. begleitende Strukturen wie Team, Ausschuss, Beirat, Kommission, Steuerungsgruppe geschaffen
- haben ein umfassendes Leitbild „Ältere“ mit der zentralen Leitidee „Stärkung der individuellen Gestaltungskraft“ formuliert
- formulieren in ihren Zielausrichtungen ihre Schwerpunkte, wie differenzierte altersgerechte Angebote, Gewinnen von Älteren als Mitarbeiter, Sichern von Generationenbeziehungen, Integration/ Inklusion und Engagement und Beteiligung an Kooperationen
- motivieren ihre Mitglieder, sich an einer für „Ältere“ gerechten und generationenübergreifenden Gestaltung der Vereinskultur zu beteiligen
- bieten eine verlässliche interessen- und bedarfsgerechte Angebotsstruktur, auch mit sehr niederschwelligen Angeboten und der Berücksichtigung vielfältiger Veranstaltungstypen, z.B. Schnuppernachmittage, Mitmach-Angebote am Tag der offenen Tür, Informationsveranstaltungen, Aktionstage mit differenzierten Veranstaltungsinhalten, z.B. „Rollator-Walking“
- bieten neben Bewegungs-, Spiel- und sportlichen Angeboten auch außersportliche Möglichkeiten des sozialen Kontakts (als Anlaufstelle, sozialer Lebensort/ Heimat)
- zählen auch zu ihrem Service, neben der Information und Beratung, die Begleitung der Älteren und die Übernahme punktueller Alltagsaufgaben, wie die Unterstützung bei schriftlichen Aufgaben gegenüber Ämtern
- sprechen mit ihren sehr detailliert beschriebenen Angeboten, z.B. Ziele, Inhalte, Voraussetzungen, Ansprechperson, Wegbeschreibung, vor allem neue Mitglieder an und haben einen Fahrdienst eingerichtet
- haben alle Personengruppen in die Entwicklungsschritte zum altersgerechten Lebensort eingebunden
- verfügen über ausreichend qualifizierte Übungsleiter/innen bzw. rekrutieren insbesondere Ältere und ermuntern sie zur Weiterqualifizierung

- nutzen die sozialen Talente besonders der Älteren für ein ehrenamtliches und freiwilliges Engagement zur Übernahme von Aufgaben

- pflegen und fördern aktiv eine Anerkennungs- und Wertschätzungskultur ihrer Mitarbeiter/innen und Mitglieder

- nutzen für ihre Aktivitäten gesundheitlich unbedenkliche, saubere Anlagen und Räumlichkeiten, die eine wohlfühlende Atmosphäre sichern

- haben sich als Kooperationspartner für andere Akteure zum Thema aufgestellt und gehen aktiv auf sie zu, wie z.B. auf Seniorenbüros, Senioreneinrichtungen bzw. beteiligen sich an Netzwerkarbeit, auch um ihr Image auszubauen und die Vereinspotentiale zu zeigen

- verfassen eine jährliche Dokumentation und bewerten kontinuierlich ihre Entwicklungsprozesse (Qualitätsmanagement)

- nutzen die Unterstützungsleistungen von Fachleuten, ihrer Dachorganisationen bzw. arbeiten mit ihnen zusammen

- betreiben eine ansprechende Öffentlichkeitsarbeit und berücksichtigen eine Marketingstrategie, die besonders Ältere anspricht.

Unterstützungsleistungen durch den Landessportbund NRW

Der LSB unterstützt beispielsweise durch
- die LSB-Programmbroschüre „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“
- Informationen, wie der Film „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ (CD 3:15 Min. –Trailer)
- Qualifizierungsangebote, u.a. durch VIBBS
- Angebotsmanuale wie „Gesundheitsförderung für Ältere“, „Bewegungsraum Wasser“
- eine Ausstellung mit Begleitbroschüre „Gemeinsam aktiv – Familie und Sport“
- die Aktion „Rezept auf Bewegung“
- die Kampagne „Überwinde deinen inneren Schweinehund“
- Ratgeber „vital gesund mobil“ – Aktiv älter werden mit Bewegung“
- Marketingkonzept „Ältere im Sport“
- Informationsbroschüren des Programms „Bewegt GESUND bleiben in NRW!“ wie „Aufbau von Rehabilitationsgruppen und zur Anerkennung als Leistungserbringer von Rehabilitationssport (Herzsportgruppen, Krebsnachsorgegruppen, Diabetessportgruppen)
- vielfältige grundlegende und praktische Materialienhilfen zum Thema „Sport und Ältere“.

Unterstützungsleistungen durch den Stadtsportbund Herne

Der SSB hat seinen Sportvereinsberatungs-Service Ende 2011 neu justiert. Es hat das zentrale Ziel, den Herner Sportvereinen auf ihrem Zukunftsweg eine Orientierung und Unterstützung zu sein. Dies gelingt durch den Einsatz bewährter und neuer Instrumente. In Kapitel 5 werden Ergebnisse der Unterstützungsleistungen für das Programm „Bewegt ÄLTER werden in Herne!“ aufgezeigt.

Unterstützungsleistungen durch Netzwerkbezüge

Der SSB beteiligt sich an zahlreichen Netzwerken. Er ist seit langem eingebunden in städtische Ausschüsse, u.a. im Sportausschuss, Behindertenbeirat, Seniorenbeirat. Es besteht ferner eine intensive Kooperation u.a. mit dem städtischen Fachbereich Gesundheit, Abteilung „Gesundheitsplanung und -förderung“ in Verbindung mit dem „Gesunde-Stadt Herne-Programm“ und der Herner Gesundheitskonferenz, der Abteilung Sport im städtischen Fachbereich „Stadtgrün und Sport“, dem städtischen Integrationsbüro sowie mit der Revierpark Gysenberg GmbH. Neue Netzwerkbezüge bestehen mit dem Bildungsbüro, dem Arbeitskreis Familienbildung, mit der Caritas Herne, der Diakonie Herne und Senioreneinrichtungen und –gruppen bzw. - vereinen.

5. Programmumsetzung 2011

SSB-Vorstandsbeschluss und SSB-Zielsetzungen für seine Wahlperiode

Der SSB hat erstmals im Juli 2011 eine Zielausrichtung für eine Wahlperiode, hier 2011 – 2014, beschrieben. Hier bekennt sich der SSB zu einem Zukunftsverständnis, das sich bevorzugt an den Programmgrundlinien des Landessportbundes NRW orientiert.
Der SSB hat zur Unterstützung seiner Sportvereine zum Handlungsfeld „Sport und Ältere" im Vorstand folgende Zielpassage akzentuiert beschrieben: „Der SSB unterstützt seine Sportvereine dabei, sich auf die alternde Gesellschaft einzustellen. Besonders die ältere Generation wünscht spezielle und vielfältige Bewegungs- und Sportangebote für ihren Lebensabschnitt. Lebenslanges Sporttreiben ermöglicht ein aktives Leben bis ins hohe Alter und hält gesund und fit" (SSB-Materialband 1, Seite 3).
Damit war in der Folge der Weg geebnet, das Handlungsfeld „Sport und Ältere" aktiv zu beleben und das LSB-Programm „Bewegt ÄLTER werden in NRW!" unter einem eigenen Akzent in Herne „Bewegt ÄLTER werden in Herne!" umzusetzen.

Auf der Grundlage der o.g. Aspekte wurde der Zielrahmen (vgl. Kapitel 2) vom SSB-Vorstand beschrieben. Die Ziele decken die vier Schwerpunkte des Programms ab.

Strukturelle Programmsicherung

Ziel: Sicherung der Programmatik durch eine SSB-Beiratsstruktur
Indikator:
Einrichtung eines SSB-Programmbeirats zur Umsetzung des LSB NRW-Programms auf Herne, der unter dem Namen „Bewegt ÄLTER werden in Herne!" geführt wird und der 2012 seine Arbeit aufnehmen soll.
Ergebnis:
Ein Programmbeirat ist mit fachkompetenten Personen eingerichtet.

Inhaltliche Orientierung

Ziel: Beschreibung eines Zielrahmens
Indikator :
Eine Kommission beschreibt den Herner Programmrahmen.
Ergebnis:
Der Zielrahmen liegt vor.

Ziel: Schärfung des Bewusstseins der Herner Sportvereine und Herner Bürgerinnen und Bürger für die Wichtigkeit von Bewegung, Spiel und Sport für Ältere.
Indikator:
SSB-Themenabend „Was brauchen Sportvereine für Ihre Zukunftsausrichtung?"
Ergebnis:
Der Themenabend findet reges Interesse.

6. Programmumsetzung 2012

Strukturelle Programmsicherung

Ziel: Sicherung des SSB-Programmbeirats „Bewegt ÄLTER werden in Herne!“
Indikator:
Der Programmbeirat nimmt seine Arbeit auf und setzt seine Vorhaben 2012 um.
Ergebnis:
In vier Sitzungen setzt der SSB-Programmbeirat 2012 seine Vorhaben um.

Inhaltliche Orientierung

Ziel: Konzeption eines Positionspapiers durch den SSB-Programmbeirat zum Thema
Indikator:
Verabschiedung durch den SSB-Vorstand.
Ergebnis:
Der SSB-Vorstand verabschiedet das Positionspapier im Februar 2012 (vgl. SSB-Materialband 1, S. 12-13).

Ziel: Planung eines prozessorientierten Handlungsprogramms für Maßnahmen und Aktivitäten zur Umsetzung des Programmzielrahmens (vgl. in Anlehnung an Ziele Kap. 2)
Indikator:
Handlungsfähiges Programm 2012
Ergebnis:
Programm 2012 liegt vor.

Inhaltliche Querschnittsbezüge zu anderen SSB-Aufgaben

Ziel: Berücksichtigung des thematischen Schwerpunkts in anderen Querschnittsaufgaben des Stadtsportbundes Herne
Indikator:
Der Handlungsschwerpunkt wird in anderen Aktionsfeldern des SSB sichtbar.
Ergebnis:
Der Handlungsschwerpunkt wird stets mittransportiert.

Umsetzung der LSB-Maßnahmenförderung

Ziel: Beantragung von LSB-Fördermitteln 2012 für die Basis- und Maßnahmenförderung
Indikator:
Antrag wird vom LSB bewilligt.
Ergebnis:
Der Antrag wird bewilligt, die Basisstelle eingerichtet und Fördermaßnahmen werden umgesetzt.

Ziel: Durchführung der LSB-Fördermaßnahme „Informations- und Aktionstag“
Indikator:
Anzahl der Sportvereine und Herner Bürger/innen, die an einem Aktivtag „Bewegt ÄLTER werden in Herne!“ im Rahmen der Herner Gesundheitswoche teilnehmen.
Ergebnis:
Die Veranstaltung wird gut angenommen und erhält ein positives Echo.

Ziel: Durchführung der LSB-Fördermaßnahme „Entwicklung und Umsetzung eines Innovativen Projekts“
Indikator: Anzahl der Sportvereine und interessierte Herner Bürger/innen, die an einem speziellen Themenabend „Bewegt ÄLTER werden in Herne – Sportvereine stellen sich der zukunftsweisenden Aufgabe“ teilnehmen
Ergebnis:
Die Veranstaltung wird rege angenommen. Die Veranstaltung wird dokumentiert.

Ziel: Durchführung der LSB-Fördermaßnahme „Öffentlichkeitsarbeit“
Indikator:
Erstellung eines differenzierten Verzeichnisses von Vereinsangeboten
Ergebnis:
Das Verzeichnis ist im Programmheft „´Gesundheit und Sport“ integriert.

Ziel: Durchführung der LSB-Fördermaßnahme „Zukunftswerkstatt“
Indikator:
Anzahl der teilnehmenden Sportvereine
Ergebnis:
Das Format wird von Herner Sportvereinen, die den Bereich „50 plus“ anbieten, gut angenommen.

Weitere Aktivitäten in den Programmschwerpunkten

Schwerpunkt „Förderung von Bewegung und Sport“

Ziel: Archivierung vorhandener LSB- und SSB-Materialien zum Thema
Indikator:
Eine Box mit Materialien zum Thema „Sport und Ältere“ liegt zur Einsicht in der SSB-Geschäftsstelle aus.
Ergebnis:
Die Materialien werden auch von Nicht-Vereinsmitgliedern gut angenommen.

Schwerpunkt „Mitarbeiter/innen gewinnen, Bildung und Qualifizierung“

Ziel: Erstellung eines Flyers „Bewegt Älter werden in Herne!“
Indikator:
Der Flyer wird von der Herner Bevölkerung angenommen und liegt an 10 „Öffentlichkeitsstellen im Stadtgebiet aus..
Ergebnis:
Der Flyer wird im Oktober 2012 veröffentlicht, verteilt und ist angenommen worden.

Ziel: Ein Kapitel „Ältere“ im SSB-Materialband 3 „Zukunft gestalten und sichern – Antworten von Sportvereinen auf häufig genannte Zukunftsaufgaben schreiben
Indikator:
Programmbeirat erstellt das Kapitel.
Ergebnis:
Das Kapitel ist im SSB-Materialband 3, S. 25 – 26, veröffentlicht und der Materialband wird insgesamt allen Herner Sportvereinen zugesandt und ist auf der SSB-Homepage abrufbar.

Ziel: Qualifizierungsangebot „Ideen-Zirkel“
Indikator:
Anzahl der beteiligten Sportvereine und ihre Mitarbeiter/innen
Ergebnis:
Das Format wird angenommen.

Ziel: SSB-Vereinsberatungs-Service
Indikator:
Anzahl der interessierten Sportvereine, die das Angebot für die Vereinsentwicklung zum Thema abrufen.
Ergebnisse:
Zwei Sportvereine nutzen das Instrument für die Vereinsentwicklung zum Thema.

Schwerpunkt „Generationenbeziehungen, Integration und Engagement“

Ziel: Berücksichtigung des Schwerpunktes beim Herner Spielfest
Indikator:
Anzahl der Spielfest-Besucher/innen, die sich theoretisch und praktisch für das Thema „Ältere“ interessieren bzw. ausprobieren
Ergebnis:
Der Spielfestschwerpunkt wird in Theorie und Praxis sehr frequentiert.

Schwerpunkt „Kooperationen und Partnerschaften“

Ziel: Aufbau von Partnerschaften zum Thema
Indikator:
Partnerschaftsangebote an verschiedene Herner Gruppen
Ergebnis:
Partnerschaften sind angebahnt zur „Familienbildung“, zum runden Tisch „Demenz“ und Netzwerk „Altenhilfe“.

Ziel: SSB Beteiligungen zum Thema
Indikator:
Beteiligungen an Veranstaltungen von Partnern
Ergebnis:
Bezüge bestehen zu Seniorensicherheitsberatern und -beraterinnen, zur Polizei, Feuerwehr, Verbraucherzentrale und Verkehrswacht.

Ziel: SSB-Beteiligung am städtischen Seniorenbeirat
Indikator:
Beteiligung mit einer Stimme
Ergebnis:
Der SSB hat das Mandat.

7. Programmumsetzung 2013

SSB-Befragung durch den Landessportbund NRW

Der SSB ist Anfang 2013 von der Unternehmensberatung Rosenbaum/Nagy im Auftrag des Landessportbundes zum Programm „Ältere“ intensiv befragt und belobigt worden.

Strukturelle Programmsicherung

Ziel: Weitere Sicherung des SSB-Programmbeirats „Bewegt ÄLTER werden in Herne!“
Indikator:
Der Programmbeirat setzt seine Arbeit fort und setzt seine Vorhaben 2013 um.
Ergebnis:
In fünf Sitzungen setzt der SSB-Programmbeirat 2013 seine Vorhaben um.

Inhaltliche Orientierung

Ziel: Fortschreibung eines prozessorientierten Handlungsprogramms für Maßnahmen und Aktivitäten zur Umsetzung des Programmzielrahmens (vgl. in Anlehnung an Ziele Kap. 2)
Indikator:
Handlungsfähiges Programm 2013
Ergebnis:
Programm 2013 liegt vor.

Inhaltliche Querschnittsbezüge zu anderen SSB-Aufgaben

Ziel: Berücksichtigung des thematischen Schwerpunkts in anderen Querschnittsaufgaben des Stadtsportbundes Herne
Indikator:
Der Handlungsschwerpunkt wird in anderen Aktionsfeldern des SSB sichtbar.
Ergebnis:
Der Handlungsschwerpunkt wird stets mittransportiert.

Umsetzung der LSB-Maßnahmenförderung

Eine detaillierte Beschreibung der LSB-Fördermaßnahmen sind dem SSB-Materialband 10 „Bewegt ÄLTER werden in Herne! – Programmumsetzung – Maßnahmen und Aktivitäten – Zwischenbilanz 2013 und Perspektiven“ (Dez. 2013) zu entnehmen. Hier sind die Maßnahmen nach Zielen, Umsetzungsschritten, Bewertungen und Perspektiven dargestellt.

Ziel: Beantragung von 9 LSB-Fördermitteln 2013 für die Basis- und Maßnahmenförderung
Indikator:
Antrag wird vom LSB bewilligt.
Ergebnis:
Der Antrag wird bewilligt, die Basisstelle eingerichtet und Fördermaßnahmen werden umgesetzt.

Ziel: Durchführung eines innovativen Projektes „Alltags-Nahmobilität“
Indikator:
Die Projektinitiative fördert die individuelle, unabhängige, eigenständige Alltags-Nahmobilität älterer Menschen. Möglichst viele Herner Bürgerinnen und Bürger eines Herner Stadtbezirkes sollen für „Mehr Bewegung“ motiviert werden.
Ergebnis:
Der angelegte Weg ist in einem Stadtgebiet gut angenommen worden. Die Teilnehmer/-innen sind sehr zufrieden mit dem aktuellen sportlichen und außersportlichen Angebot und der wohlfühlenden Infrastruktur. Bisherige Bewegungszurückhaltende und Nicht-Vereinsmitglieder konnten für „Mehr Bewegung“ motiviert werden, vor allem durch die individuelle Ansprache und Begleitung der Älteren.

Ziel: Ein differenziertes Angebotsverzeichnis „Sport der Älteren“ konzipieren
Indikator:
Die Maßnahme trägt zur Schärfung des öffentlichen Bewusstseins für das Thema bei und verbessert den Informationsstand der Herner Bürger und Bürgerinnen.
Ergebnis:
Das differenzierte Angebotsverzeichnis liegt als doppelter SSB-Materialband 7 (Grund- und Ergänzungsband) den Herner Sportvereinen und interessierten Herner Bürgern vor. Es ist sehr gut angenommen worden. Das Verzeichnis wird über das SSB-Verteilersystem - die Auslagestellen befinden sich an häufig frequentierten Orten - einer breiten Öffentlichkeit zugänglich gemacht und liegt bei allen SSB-Veranstaltungen und -Beteiligungen aus.

Ziel: Erstellung einer Dokumentation als Visitenkarte für das Programm
Indikator:
Die Dokumentation soll über bisherige und künftige Aktivitäten des SSB-Programms „Bewegt Älter werden in Herne!“ informieren und Herner Sportvereinen eine Unterstützung auf ihrem Zukunftsweg sein.
Ergebnis:
Die Planungsschritte liegen als SSB-Materialband 10 „Bewegt ÄLTER werden in Herne! – Programmumsetzung – Maßnahmen und Aktivitäten – Zwischenbilanz 2013 und Perspektiven“ (Dez. 2013) vor. Die Qualität wird von allen Seiten gelobt.

Ziel: Optimierung des SSB-Internetauftritts zum Thema
Indikator:
Der Internetauftritt des SSB erhöht das öffentliche Bewusstsein für das Programmfeld „Bewegt ÄLTER werden in Herne!“.
Ergebnis:
Mit den dem SSB zur Verfügung stehenden finanziellen und personalen Ressourcen ist zunächst ein realistisches Ziel erfüllt und auf der Startseite ein eigener Button für das Programmfeld „Bewegt ÄLTER werden in Herne!“ platziert worden.
Ziel: Erstellung vielfältiger Medien zum Programmthema
Indikator:
Medien wie Print-Formate, SSB-Materialbände, digitale Formate wie der „Internetauftritt“ oder
eine Materialbox/ Medien-Archiv bzw. wiederverwendbare Plakate und ein ausleihbares Roll-up zum Programmthema liegen für Interessierte bereit, sichern Vereinsstrukturen und erhöhen ihre Qualitäten bedarfsgerechter und zielgruppenorientierter Bewegungs- und Sportangebote für Ältere.
Ergebnisse:
Die Ziele sind erreicht worden, wie das Interesse an den Medien auch von Partnern des Sports zeigt. Die Medien sind für den SSB eine sehr gute Visitenkarte, auch dank des SSB-Verteilersystem.

Ziel: Durchführung von drei Aktions- und Informationstagen
Indikator:
Netzwerkleistungen des SSB mit seinen Sportvereinen werden von Partnern angenommen und Sportvereine bekommen neue Mitglieder.
Ergebnis:
Die Maßnahmen werden als hochwertig, bedarfsgerecht und zielgruppenorientiert bewertet.
Sportvereine konnten neue Mitglieder begrüßen und Netzwerkaktivitäten wurden erhöht.
Herner Sportvereine werden kennengelernte Inhalte in ihre Angebote integrieren.

Ziel: Durchführung eines Stadtforums
Indikator:
Stadtforum im Format als Themenabend ist durchgeführt und hat einen vertiefenden sportpolitischen Diskurs mit anderen Partnern des Sports und Akteuren aus dem Senioren-Gesundheits-, Bildungs-, Arbeits- und Sozialsektor angeregt.
Ergebnis:
Die Ziele sind mithilfe der fachkompetenten Referenten, Podiumsteilnehmer/innen und neugierigen, interessierten und diskussionsfreudigen Plenumsteilnehmer/innen erreicht worden. In der Stadt werden der SSB und seine Sportvereine künftig noch stärker eingebunden, wenn es um das Thema „Bewegt ÄLTER werden" geht. Empfehlungen werden für Sportvereine und für den SSB formuliert.

Ziel: Durchführung von drei Veranstaltungen – Tagungen/ Informationsveranstaltungen
Indikator:
Die Maßnahmen bewirken bei mehr Sportvereinsverantwortlichen, das Thema „Ältere" zukünftig stärker als Vereinsaufgabe zu berücksichtigen.
Ergebnis:
Die Maßnahmen mit den differenzierten Zielrichtungen „Alltags-Nahmobilität", „Sport und Demenz" und „Alle Älteren gewinnen und bewegen" wurden als bedeutsame Zukunftsaufgabe gesehen.
Aber erst die nächste Zeit wird zeigen, ob sich dadurch das Sportvereinsprofil mit bedarfsorientierten Angeboten für die Zielgruppe Ältere nachhaltig verändert.

Ziel: Durchführung einer Zukunftswerkstatt
Indikator:
Anzahl der Sportvereine und ihre Sportvereinsverantwortlichen, die das Thema „Ältere" als ein zentrales Zukunftsthema ihrer Vereinsentwicklung anerkennen.
Ergebnis:
Die Werkstattarbeit entsprach den Vorstellungen der Anwesenden. Als Handlungsbedarfe wurden festgehalten eine Verstärkung der Netzwerkarbeit zu sozialen Partnern, wie z.B. zu Wohlfahrtsverbänden, Senioreneinrichtungen und Kirchengemeinden. Ferner alternative Bewegungsräume und -gelegenheiten selbst zu schaffen, wenn diese nicht vorhanden sind und niederschwellige Qualifizierungen für Ältere.

Weitere Aktivitäten in den Programmschwerpunkten

Detaillierte Beschreibungen von Maßnahmen in den Programmschwerpunkten, die zusätzlich zu den LSB-Fördermaßnahmen durchgeführt wurden, befinden sich ebenfalls im SSB-Materialband 10 „Bewegt ÄLTER werden in Herne! – Programmumsetzung – Maßnahmen und Aktivitäten – Zwischenbilanz 2013 und Perspektiven" (Dez. 2013).

Die aufgeführten LSB-Fördermaßnahmen sind alle als Grundlage für die Entfaltung der vier Schwerpunkte zu nutzen. Die genannten Aspekte in den Schwerpunkten sind ineinander zu denken und können so jeweils in allen Schwerpunkten berücksichtigt werden.

Schwerpunkt „Förderung von Bewegung und Sport“

Ziel: Sportvereine sollen alters-, bedürfnis-, bedarfsgerechte und qualitätsgesicherte Angebote kennenlernen
Indikator:
Anzahl der Sportvereine, die an niederschwelligen Qualifizierungsangeboten teilnehmen
Ergebnis:
Drei Angebote werden von Sportvereinen angenommen. Sie werden übereinstimmend für die Sportvereinsangebotsgestaltung als besonders wertvoll bewertet.

Schwerpunkt „Mitarbeiter/innen gewinnen, Bildung und Qualifizierung“

Ziel: Sportvereine sollen Kompetenzen erwerben
Indikator:
Anzahl der Sportvereine und Sportvereinsverantwortliche, die den SSB-Vereinsberatungs-Service und seine Instrumente nutzen
Ergebnis:
Sportvereine engagieren sich in der Fachschaft „Sport für Ältere“, nutzen umfänglich die Fragemöglichkeiten an die SSB-Programmkoordinatorin oder Programmbeiratsmitglieder und nutzen verstärkt das SSB-Archiv mit LSB- und SSB-Materialien zum Thema..

Schwerpunkt „Generationenbeziehungen, Integration und Engagement“

Ziel: Sportvereine sollen vielfältige Begegnungsmöglichkeiten anbieten
Indikator:
Anzahl der Sportvereine, die u.a. generationsübergreifende Angebote, Integrationstage, Seniorennachmittage anbieten und sich auch als Begegnungsstätte verstehen.
Ergebnisse:
Vermehrt nutzen Sportvereine die Programmangebote und haben so ihren Sportverein zu einem „Gesundheitsfördernden Lebensort für alle“ entwickelt. Die Zukunftsnotwendigkeit wird verstärkt gesehen.

Schwerpunkt „Kooperationen und Partnerschaften“

Ziel: Sportvereine sollen als verlässlicher Partner und Anwalt für Bewegung, Spiel, Sport und Gesundheit sensibilisiert werden.
Indikator:
Anzahl der Sportvereine, die ihre Vernetzung zu Partnern intensivieren
Ergebnis:
Vermehrt haben sich Sportvereine auf den Weg der Öffnung gemacht hin zu Senioreneinrichtungen und anderen Senioren-Gruppen außersportlicher Vereine, um als Partner und Anwalt für Bewegung, Spiel, Sport und Gesundheit zu agieren. Dabei werden die zunehmenden Netzwerk-Verbindungen des SSB genutzt.

8. Programmumsetzung 2014

Neue SSB-Zielausrichtung und SSB-Programmbeiratsbesetzung ab Mai 2014

Nach der SSB-Mitgliederversammlung im Mai 2014 wird der neue Vorstand seine Zielausrichtung 2014 – 2017 vorlegen. Außerdem wird es eine veränderte SSB-Programmbeiratsbesetzung geben.
Darum hat der amtierende SSB-Vorstand und SSB-Programmbeirat beschlossen, erst ab Mai 2014 eine detaillierte Handlungsprogrammplanung 2014 vorzunehmen.

Im Übrigen will der SSB eine detaillierte Programmumsetzung 2014 erst nach der bewilligten Zuwendung durch den LSB erstellen. Denn ohne eine gesicherte Basisförderung und eine zusätzliche Maßnahmenförderung durch das Land/ den LSB wird eine Realisierung der anspruchsvollen Ziele in den vier Schwerpunkten in der bisherigen Qualität kaum möglich sein.

SSB wird den Handlungsschwerpunkt „Ältere" auf jeden Fall fortsetzen

Unabhängig von der Zuwendungsentscheidung durch den LSB hat der SSB beschlossen, die Programmentfaltung „Bewegt ÄLTER werden in Herne!" mit den vorhandenen Möglichkeiten unbedingt fortzusetzen!

Zuwendungsantrag 2014 an den LSB gestellt

SSB-Vorstand und SSB-Programmbeirat haben am 10. Februar 2014 einen Fördermittelantrag an den LSB gestellt zur Gewährung einer Zuwendung aus Mitteln des Landes NRW und neben der Basisförderung sechs Maßnahmenförderungen beantragt Die Maßnahmenbeantragung orientiert sich an den Förderprogrammvorgaben, Zielen und der Ausrichtung der Maßnahme. Nach der Bewilligung formuliert der SSB Maßnahmen-Indikatoren.

Aspekte, die in die Programmumsetzung 2014 einfließen

Die neuen LSB-Themenfelder

Der LSB hat seine Themenfelder, wie „SPORTLICH älter werden", „FIT bleiben" – insbesondere für die Zielgruppe ab 35 Jahren -, etc. mit Beginn 2014 neu justiert. Sobald detaillierte Vorschläge zur Ergänzung des Gesamtprogramms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!" seitens des LSB vorliegen, werden sie in die Herner Programmumsetzung 2014 einfließen.

SSB – Sportvereinsbefragung 2013

An der Sportvereinsbefragung 2013 beteiligten sich 25 % (etwa 50 Vereine) der Herner Sportvereine.

Bezüglich des Programmschwerpunktes „Ältere“ haben die Sportvereine folgende Bewertung abgegeben (vgl. SSB-Materialband 8, S. 4):
Herner Sportvereine bieten ein breites Spektrum von Bewegungsangeboten für die Zielgruppe „50+“ an. Sowohl sportartspezifische Mannschaftsangebote wie Fußball, als auch sportartspezifische Individualsportarten wie Tennis, Radfahren sind beliebt. Mehrheitlich werden von dieser Zielgruppe und mit zunehmendem Alter sportartübergreifende, bewegungsgrundlegende Angebote favorisiert, wie verschiedene Fitnessformen, u.a. Wassergymnastik, Gymnastik und Wandern. Die Angebote für Gesundheitsförderung, Prävention und Rehabilitation nehmen deutlich zu. Eine Zunahme ist auch bei Angeboten mit Gemeinschaftscharakter zu beobachten, wie Boccia und Gehen/Wandern.

Herner Sportvereine
- bieten zahlreiche Aktivitäten für altersgemischte Gruppen und auch zur „Generationenbeziehung“ an. Auch die Zahl der generationsübergreifenden Angebote nimmt zu.
- bieten für diesen Zielgruppenschwerpunkt weiterhin zahlreiche außersportliche Angebote wie Vereinsfeste und Ausflüge an.
- bauen zunehmend Kooperationen auf. So gehen immer mehr Sportvereine Allianzen mit anderen Sportvereinen oder anderen Partnern wie Kirchengemeinden und Seniorenheimen ein.
- geben sich zunehmend ein Profil „Ältere“ und benennen eine verantwortliche Vorstandsperson.
- wünschen sich neben mehr räumlichen Gelegenheiten, vor allem weitere Qualifizierungsangebote.
- schätzen die Information, Beratung und Begleitung des SSB zum Thema.

Der SSB mit seinen Sportvereinen wird sich weiterentwickeln müssen, damit er als kompetenter und aktiver Anwalt für „Ältere“ anerkannt wird und auf Augenhöhe mit allen interessierten städtischen Sektoren und kommunalen Akteuren und Netzwerkpartnern zusammenarbeiten kann.

Auf diesem Zukunftsweg sollen Empfehlungen, die der SSB-Programmbeirat beschrieben hat, leitend sein:

Empfehlungen für Sportvereine

Mehr Herner Sportvereine sollten sich gezielter der Zielgruppe“ Ältere“ annehmen und ihnen ein Angebot, insbesondere auch außersportlicher Art, anbieten.
Mehr Herner Sportvereine als bisher sollten die Chancen und Möglichkeiten generationenübergreifender Angebote verstehen und nutzen.
Mehr Herner Sportvereine als bisher sollten die Chancen und Möglichkeiten von Kooperationen verstehen und nutzen.
Herner Sportvereine sollten vermehrt ihr Vereinsprofil für Ältere schärfen und der zunehmenden Zielgruppe eine Vereinsheimat bieten.
Herner Sportvereine sollten den eingeschlagenen Weg der Netzwerkarbeit fortsetzen und intensivieren.

Empfehlungen für den SSB

Die bisherigen Ergebnisse sind ein deutliches Signal, den eingeschlagenen vertiefenden Weg der individuellen SSB-Vereinsberatung für diesen Schwerpunkt weiterzugehen und mithilfe von Informationsveranstaltungen und Qualifizierungen (Aus- und Fortbildungen) oder Einzelberatungen, die Herner Sportvereine zu motivieren und sie zu begleiten.
Die Ergebnisse sind eine Aufforderung, Wegbegleiter für Vereine zu sein und sie bei Kooperationen zu unterstützen.
Die Ergebnisse sind ein Wegweiser, eine stadtteilbezogene bzw. quartierbezogene Zusammenarbeit mit Herner Sportvereinen zu suchen, damit möglichst viele ältere Menschen sich ausreichend bewegen.
Der SSB sollte Ältere verstärkt umwerben, um sie für ein Ehrenamt oder für ehrenamtliche Teilaufgaben zu gewinnen.
Der SSB sollte weiterhin regelmäßig Analysen wie die Sportvereinsbefragung oder andere Instrumente wie Bestandserhebungen nutzen.
Der SSB sollte seine Kooperations- und Netzwerkbemühungen weiterentwickeln.
Der SSB muss sein Qualitätsmanual fortschreiben.
Der SSB sollte sich für eine nachhaltige Sicherung einsetzen und um dauerhafte örtliche Zuwendungsgeber bemühen.

Perspektivhinweise aus der Programmumsetzung 2013

Im SSB-Materialband 10 „Bewegt ÄLTER werden in Herne! – Programmumsetzung – Maßnahmen und Aktivitäten – Zwischenbilanz 2013 – Perspektiven“ (Dez. 2013) sind vielfältige zukunftsorientierte Hinweise unter dem jeweiligen Maßnahmen-Abschnitt “Bewertung und Perspektive“ sehr ausführlich beschrieben. Diese Ergebnisse werden selbstverständlich in die Programmumsetzung 2014 einfließen!

Bisheriger Planungsrahmen 2014

Strukturelle Programmsicherung

Ziel: Weitere Sicherung des SSB-Programmbeirats „Bewegt ÄLTER werden in Herne!“
Indikator:
Der Programmbeirat setzt seine Arbeit fort und setzt seine Vorhaben 2014 um.

Ziel: Weitere Stärkung der SSB-Fachschaft „Sport für Ältere“
Indikator:
Anteil der Sportvereine, die sich aktiv an der Fachschaft beteiligen.

Inhaltliche Orientierung

Ziel: Fortschreibung eines prozessorientierten Handlungsprogramms für Maßnahmen und Aktivitäten zur Umsetzung des Programmzielrahmens (vgl. in Anlehnung an Ziele Kap. 2)
Indikator:
Handlungsfähiges Programm 2014

Inhaltliche Querschnittsbezüge zu anderen SSB-Aufgaben

Ziel: Berücksichtigung des thematischen Schwerpunkts in anderen Querschnittsaufgaben des Stadtsportbundes Herne
Indikator:
Der Handlungsschwerpunkt wird in anderen Aktionsfeldern des SSB sichtbar.

LSB-Maßnahmenförderung

Ziel: Beantragung von sechs LSB-Fördermitteln 2014 für die Basis- und Maßnahmenförderung Februar 2014
Indikator:
Antrag wird vom LSB bewilligt.

Ziel: Angebotsentwicklung mithilfe eines thematischen Projektes
Indikator:
Die Projektskizze wird vom LSB anerkannt und die Maßnahme kann detailliert geplant werden.

Ziel: Angebotseinführung im Themenfeld „MOBIL bleiben“
Indikator:
Die zwei beantragten Maßnahmen werden vom LSB bewilligt und können anschließend detailliert geplant werden. Sie werden später auf die Datenbank „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ gestellt.

Ziel: Aktionstag „Bewegt ÄLTER werden“
Indikator:
Die Maßnahme wird vom LSB anerkannt und kann detailliert unter Berücksichtigung der vorgegebenen Elemente geplant werden.

Ziel: Informationsveranstaltung
Indikator:
Die Maßnahme wird vom LSB anerkannt und kann detailliert im Themenfeld „GEMEINSAM älter werden“ geplant werden.

Ziel: Workshop als Zukunftswerkstatt
Indikator:
Die Maßnahme wird vom LSB anerkannt und kann detailliert geplant werden.

Ziel: Netzwerktreffen
Indikator:
Die Maßnahme wird vom LSB anerkannt und kann detailliert geplant werden.

Weitere disponierte Aktivitäten in den Programmschwerpunkten außerhalb der Maßnahmenförderung

Schwerpunkt „Förderung von Bewegung und Sport“

Ziel: Qualitätsgesicherte Informations-, Beratungs- und Qualifizierungsangebote für Sportvereine
Indikator:
Anzahl der teilnehmenden Sportvereine

Ziel: Gesundheitsförderlicher Lebensort Sportverein für alle Mitgliederzielgruppen
Indikator:
Anzahl der Sportvereine, die ihren Verein zum Lebensort entwickelt haben.

Ziel: Betreuung und Beratung der Herner Sportvereine und Partner des Sports
Indikator:
Anzahl der Sportvereine und Partner, die den SSB-Sportvereinsberatungs-Service nutzen

Schwerpunkt „Mitarbeiter/innen gewinnen, Bildung und Qualifizierung“

Ziel: Angebote für Sportvereinsmitglieder und Sportvereinsinteressierte zum Kompetenzerwerb
Indikator:
Anzahl der teilnehmenden Mitglieder aus Sportvereinen bzw. Sportvereinsinteressierte, die sich im Sportverein demnächst engagieren wollen

Schwerpunkt „Generationenbeziehungen, Integration und Engagement“

Ziel: Ausbau von Sportvereinen als Begegnungsort
Indikator:
Anzahl der Sportvereine, die u.a. generationsübergreifende Angebote, Integrationstage, Seniorennachmittage anbieten und sich zu einem Begegnungsort entwickelt haben.

Schwerpunkt „Kooperationen und Partnerschaften“

Ziel: Ausbau des internen SSB-Netzwerkes „Sport für Ältere“
Indikator:
Anzahl der Sportvereine, die an dem Netzwerk teilnehmen.

Ziel: Ausbau des externen SSB-Netzwerkes „Sport für Ältere“
Indikator:
Anzahl von städtischen Einrichtungen und Gruppen und Herner Sportvereinen, die an dem Netzwerk teilnehmen.

Ziel: Informations- und Beratungsangebote für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Sportvereine zur Erhöhung der eigenen Netzwerkfähigkeit
Indikator: Anzahl der Sportvereine, die die Angebote nutzen und Anzahl der Teilnehmer/innen

Ziel: Beteiligung an der Herner Gesundheitskonferenz und der Herner Gesundheitswoche
Indikator:
Sicherung und Umfang der Beteiligung

Ziel: Weiteres SSB-Mandat im städtischen Seniorenbeirat
Indikator:
Der SSB hat ein Mandat.

Ziel: Intensivierung und Sicherung von Kooperationen des SSB mit weiteren Partnern zum Thema
Indikator:
Sicherung und Ausbau der Kooperation

Ziel: Offenheit für städtische Vorhaben bzw. von Partnern im Handlungsfeld
Indikator:
Prüfung der Vorhaben bzw. Beteiligung

Übergreifende Aufgaben

Ziel: Bedarfsermittlung zum Programmthema in Sportvereinen
Indikator:
Anzahl der teilnehmenden Sportvereine

Ziel: Jährliche interne Programm-Qualitätsüberprüfung
Indikator:
Qualitative Reflexion der Aktivitäten und systematische Folgerungen für die Zukunft

Ziel: Ausbau der internen Informationsarbeit zum Thema sowie zu externen relevanten Akteuren im Gesundheits-, Bildungs-, Arbeits-, Sozial-, Seniorensektor in Herne
Indikator:
Anzahl und Anteil der Aktivitäten

Ziel: Optimieren der vereinsübergreifenden Kommunikationswege im Handlungsfeld „Bewegt ÄLTER werden“ gegenüber der Herner Bevölkerung
Indikator:
Anzahl und Anteil der Aktivitäten bzw. Anteil einer interessierten Bevölkerung sowie Ausbau der Informations-Verteilerstellen im Herner Stadtgebiet

Ziel: Erweiterung des Materialarchivs im SSB
Indikator:
Interesse von Sportvereinen, der Partner des SSB und der Herner Bevölkerung

9. Materialien LSB NRW und SSB Herne zum Programm

Landessportbund NRW (eine Auswahl)

Landessportbund NRW (2012): Programm „Bewegt ÄLTER werden in NRW!". Duisburg

Landessportbund NRW (2012): Programm des LSB-NRW im Verbundsystem mit den Fachverbänden und Bünden in NRW. Duisburg

Landessportbund NRW (2012): Bewegt gesund bleiben in NRW! - Programmbroschüre. Duisburg

Landessportbund NRW (2011): Chancen ergreifen, Perspektiven schaffen, unsere Gesellschaft mitgestalten – Vereinssport 2020 – Grundorientierung. Duisburg

Landessportbund NRW (2011): Bewegungsnetzwerk 50 plus – Jung und Alt – gemeinsam sportlich aktiv. Duisburg

Landessportbund NRW (2010): Die Förderung von „Gesundheitskompetenz" - Grundlagen. Duisburg

Landessportbund NRW (Hrsg.) (2008): Ideen und Hinweise zur Entwicklung von Angeboten für Ältere im Sportverein. Marketinginstrumente zur Vereinsentwicklung im Bereich Ältere im Sport/Sportverein. VIBSS-Infopapier. Duisburg: Eigenverlag.

Landessportbund NRW (2008): Sport der Älteren – Aktions- und Informationstage – Leitfaden VIBSS-Infopapier. Duisburg

Landessportbund NRW/Landesregierung NRW (2007): Zukunft gestalten – aktiv und gesund älter werden in Nordrhein-Westfalen. Duisburg

Landessportbund NRW (2013): Praxisbeiträge zum Seniorensport. Band 6,Fachtagung 2012 Duisburg

Landessportbund NRW (2010): Praxisbeiträge zum Seniorensport. Band 5,Fachtagung 2010. Duisburg

Landessportbund NRW (2008): Praxisbeiträge zum Seniorensport. Band 4, Fachtagung 2008 Duisburg

Landessportbund NRW (2006): Praxisbeiträge zum Seniorensport. Band 3, Fachtagung 2006. Duisburg

Landessportbund NRW (2004): Praxisbeiträge zum Seniorensport .Band 2, Fachtagung 2004. Duisburg

Landessportbund NRW (2002): Fachbeiträge zum Seniorensport, In: Aktiv und bewegt älter werden in NRW. Duisburg

Landessportbund NRW (2000): Fachbeiträge zum Seniorensport, Kampagne 2000 -Ergebnisse und Erfahrungen. Duisburg

Ergänzende LSB-Literatur zum Kapitel 1:

Allmer, H. (2011): Die grauen Zellen auf Trab bringen. In: Praxisbeiträge zum Seniorensport – Fachtagung 2010 – Band 5 . Landessportbund NRW / MFKJKS (HG.) Duisburg.

Landessportbund NRW/Landesregierung NRW (2011): Gemeinsam aktiv – Familie und Sport. Duisburg

Lilienfeld, S. / Lynn, S./, Ruscio, J./ Beyerstein, B. (2011):Warum Mozart Babys nicht schlauer macht – 25 populäre Irrtümer der Psychologie. Primus-Verlag. Frankfurt

Sonstige wichtige LSB-Materialien zum Programm

Landessportbund NRW (2013): Film „Bewegt ÄLTER werden in NRW!" (CD 3:15 Min. –Trailer). Duisburg

Landessportbund NRW (2011): Ausstellung mit Begleitbroschüre „Gemeinsam aktiv – Familie und Sport". Duisburg

Landessportbund NRW (2011) Kampagne „Überwinde deinen inneren Schweinehund". Duisburg

Stadtsportbund Herne (Bezugshinweise „Ältere")

Stadtsportbund Herne (2013): Materialband 11 „Bewegt GESUND bleiben in Herne!"
- Handlungsprogramm 2017. Herne, Dez. 2013

Stadtsportbund Herne (2013): Materialband 3 „Zukunft gestalten und sichern" – Antworten von Sportvereinen auf häufig genannte Zukunftsaufgaben – Kap. 2.10 Ältere. Herne, März 2013, S. 25-26

Stadtsportbund Herne (2013): Materialband 5 „SSB-Jahresbericht – Sport bewegt Herne". Mitgliederversammlung 2013 – Kap. 4. Herne, Juni 2013, S. 10

Stadtsportbund Herne (2013): Materialband 7 - Bewegt ÄLTER werden in Herne! – Informations- und Angebotsverzeichnis. Herne, August 2013

Stadtsportbund Herne (2013): Ergänzungsband zum Materialband 7 - Bewegt ÄLTER werden in Herne! – Differenziertes Angebotsverzeichnis „Sport der ‚Älteren". Herne, November 2013

Stadtsportbund Herne (2013): Auswertung Schwerpunkt „SSB-Programm Ältere". In: SSB-Herne (2013): Materialband 8 „SSB gestaltet und sichert Zukunft" - Auswertung SSB-Vereinsbefragung 2013. Herne, Oktober 2013, S.4

Stadtsportbund Herne (2013): Materialband 9 „Bewegt ÄLTER werden in Herne!" - Innovatives Projekt „Alltags-Nahmobilität". Herne, Dezember 2013

Stadtsportbund Herne (2013): Materialband 10 „Bewegt ÄLTER werden in Herne!" – Programmumsetzung – Maßnahmen und Aktivitäten – Zwischenbilanz 2013 – Perspektiven. Herne,Dezember 2013

Stadtsportbund Herne (2012): Impulsreferat „Ältere" - Materialband 1: „Zukunft gestalten" – Zielausrichtung, Positionspapiere, Vereinsberatungs-Service. Herne, Mai 2012.S.39-47

Stadtsportbund Herne (2012): Positionspapier „Bewegt älter werden in Herne" In: SSB-Herne (2012): Materialband 1 „Zukunft gestalten" – Zielausrichtung, Positionspapiere, Impulsreferate und Vereinsberatungs-Service. Herne, Mai 2012, .S.12-13

Stadtsportbund Herne (2012): SSB-Zielausrichtung für die Wahlperiode 2011 - 2014 In: SSB-Herne (2012): Materialband 1 „Zukunft gestalten" – Zielausrichtung, Positionspapiere, Impulsreferate und Vereinsberatungs-Service. Herne, Mai 2012, .S.4-5

Stadtsportbund Herne (2012): Flyer „Bewegt älter werden in Herne". Herne, Okt. 2012

SSB-Archiv „Bewegt ÄLTER werden in Herne!"

Stadt Herne

Stadt Herne (2013): Tipps für Senioren. Herne

SSB-Kontakte

Stadtsportbund Herne e. V.
Bahnhofstr. 143 • 44623 Herne
Tel.: 0 23 23-5 36 93
Internet: www.ssb-herne.de
Mail: info@ssb-herne.de

Sprechzeiten:
Mo. Di. Mi.: 09.00 - 12.00 Uhr
14.00 - 17.00 Uhr
Donnerstag: 13.00 - 18.00 Uhr
Freitag: 09.00 - 12.00 Uhr

Sportjugend Herne
Bahnhofstr. 143 • 44623 Herne

Sprechzeiten:
Dienstag: 17.00 - 18.00 Uhr

Ansprechpartner in der SSB Geschäftsstelle:

Silvia Jedamzik
Geschäftsführerin des SSB und der Herner Sportjugend
Tel.: 0 23 23-5 36 93
www.sportjugend-herne.de • Mail: sportjugend@ssb-herne.de
www.ssb-herne.de • Mail: info@ssb-herne.de

Ina Losch-Schroeder
Breitensportkoordinatorin, Breitensportentwicklung und Bildungswerk
Tel: 0 23 23-95 70 98 • Mail: breitensport@ssb-herne.de • Mail: bildungswerk@ssb-herne.de

Petra Herrmann-Kopp
Programm-Koordinatorin „NRW bewegt seine KINDER"
Tel.: 0 23 23-5 36 93 • Mail: hernebewegt@ssb-herne.de

Jörg Wilking
SSB-Verwaltungsangestellter
Tel.: 0 23 23-5 36 93 • Mail: joerg.wilking@ssb-herne.de

Julia Blatt
Projektkoordinatorin „Soziale Chancen im Sport in Herne"
Tel.: 0 23 23-5 36 93 • Mail: sozial@ssb-herne.de

Programm "Bewegt ÄLTER werden in Herne!"

Petra Thiele
Programm-Koordinatorin „Bewegt ÄLTER werden in Herne!"/ „Bewegt ÄLTER werden in NRW"
Programm-Koordinatorin „Bewegt GESUND bleiben in Herne/ „Bewegt GESUND bleiben in NRW"
Tel.: 0 23 23-5 36 93 • Mail: senioren@gmx.de

SSB-Programmbeirat „Bewegt ÄLTER werden in Herne!"

Dr. Klaus Balster (Vorsitzender), **Ina Losch-Schroeder, Renate Tietz, Marion Wozniak, Petra Thiele** (Programm-Koordinatorin)