

Regionalkonferenz „Bewegung im Alter“ ▪ 08. Dezember 2009  
Workshop: Bewegungsförderung im Alltag älterer Menschen –  
Praxisbeispiele aus den Sportorganisationen

# **Strukturen, Programme und Initiativen des organisierten Sports zur Bewegungsförderung im Alltag älterer Menschen**

Anke Borhof

Dr. Michael Matlik



# Strukturen, Programme und Initiativen des organisierten Sports zur Bewegungsförderung im Alltag älterer Menschen

## Themen

- 1. Die Strukturen und das Selbstverständnis des organisierten Sports in NRW**
- 2. Vom Breitensport zum gesundheitsorientierten Sport: die Palette der Angebote für Ältere**
- 3. Die Landesinitiativen „Handlungsprogramm 2015 `Sport und Gesundheit´ für das Land NRW“ und „Zukunft gestalten - aktiv und gesund älter werden in NRW“**

**Strukturen, Programme und Initiativen des organisierten Sports zur Bewegungsförderung im Alltag älterer Menschen**

**1.**  
**Die Strukturen und das  
Selbstverständnis des organisierten  
Sports in NRW**

# 1. Die Strukturen und das Selbstverständnis des organisierten Sports in NRW

## 1.1 Struktur des LandesSportBundes NRW



# 1. Die Strukturen und das Selbstverständnis des organisierten Sports in NRW

## 1.2 Fakten über den LandesSportBund NRW

- 62 Fachverbände
- 54 Stadt- und Kreissportbünde
- 20.000 Vereine
- 5 Millionen Mitglieder
- 550.000 ehrenamtliche Mitarbeiter/innen



# 1. Die Strukturen und das Selbstverständnis des organisierten Sports in NRW

## 1.3 Themen des LandesSportBundes NRW

- Vereins- und Verbandsentwicklung
- Breitensport und Sport der Älteren
- Sport und Gesundheit
- Leistungssport
- Mitarbeiterentwicklung
- Sportstätten und Sporträume
- Kinder- und Jugendarbeit
- Sportverein - Schule
- Frauen im Sport
- Soziale Integration
- Umwelt
- u.a.

# 1. Die Strukturen und das Selbstverständnis des organisierten Sports in NRW

## 1.4 Partner im Bereich „Sport der Älteren“

- Generationenministerium (MGFFI)
- Landessenorenvertretung

## 1.5 Partner im Bereich „Sport und Gesundheit“

- Innenministerium NRW (IM)
- Gesundheitsministerium NRW (MAGS)
- Verbraucherschutzministerium NRW (MUNLV)
- Schulministerium NRW (MSW)
- liga / Strategiezentrum Gesundheit NRW
- Ärztekammern
- Sportärzdebünde
- Apothekerverbände
- Krankenkassen
- u.a.

# 1. Die Strukturen und das Selbstverständnis des organisierten Sports in NRW

## 1.6 Arbeitsgebiete „Sport der Älteren“ und „Sport und Gesundheit“

Strategiefeld <b>Angebotsentwicklung</b>	Strategiefeld <b>Lebenswelten</b>	Strategiefeld <b>Strukturentwicklung</b>
Strategiefeld <b>Netzwerkarbeit/ Politikfähigkeit</b>	Strategiefeld <b>Öffentlichkeitsarbeit/ Kommunikation</b>	Strategiefeld <b>Innovation</b>

# 1. Die Strukturen und das Selbstverständnis des organisierten Sports in NRW

## 1.7 Politische Bezüge

- Bündnis für den Sport mit der Landesregierung
- § 20 SGB V (Prävention)
- § 44 SGB IX (Rehabilitation)
- § 65a SGB V (Bonusprogramme)
- Präventionsgesetz ?? / Nationale Aktionspläne
- Gesundheitsziele NRW 2005 - 2010
- Landespräventionskonzept NRW
- Gesundheitsreformen
  
- Seniorenpolitische Leitlinien NRW

Strukturen, **Programme** und Initiativen des organisierten Sports zur Bewegungsförderung im Alltag älterer Menschen

## 2. Vom Breitensport zum gesundheitsorientierten Sport: die Palette der Angebote für Ältere

## 2. Vom Breitensport zum gesundheitsorientierten Sport: die Palette der Angebote für Ältere

*„Sport ist gesund.“ ⇔ „Sport muss, um gesundheitsförderlich zu sein, spezifisch gestaltet und dosiert sein.“*



- Was ist „Gesundheit“?
- Was kann der Sport zur Gesundheit beitragen?
- Wie muss gesundheitsförderlicher Sport gestaltet sein?

## 2. Vom Breitensport zum gesundheitsorientierten Sport: die Palette der Angebote für Ältere

### 2.1 Inhaltliche Qualitäten

Mögliche Beiträge des Sports zur Gesundheit:

**Leistungsfähigkeit**



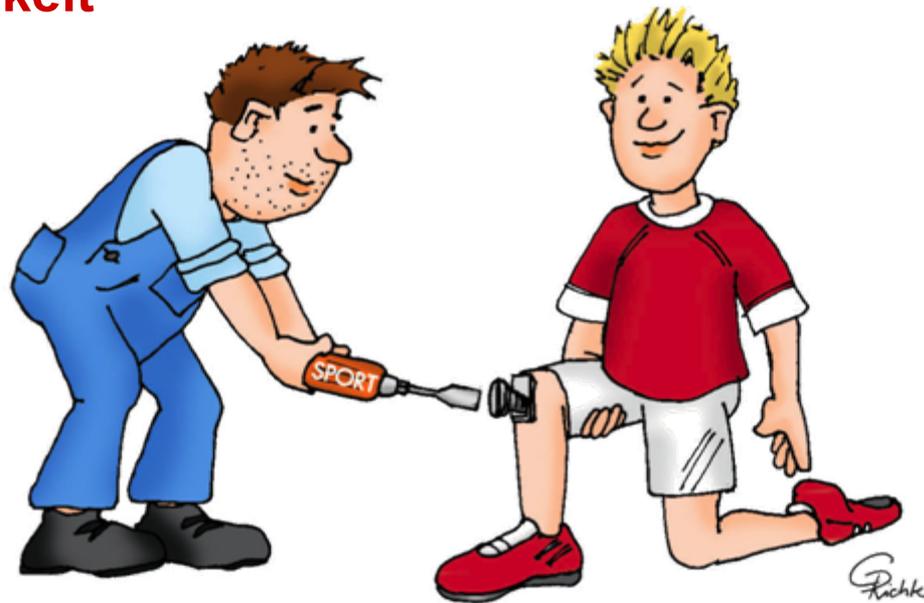
© LandesSportBund NRW *Rehke*

## 2. Vom Breitensport zum gesundheitsorientierten Sport: die Palette der Angebote für Ältere

### 2.1 Inhaltliche Qualitäten

#### Mögliche Beiträge des Sports zur Gesundheit:

#### **Funktionsfähigkeit**



© LandesSportBund NRW

## 2. Vom Breitensport zum gesundheitsorientierten Sport: die Palette der Angebote für Ältere

### 2.1 Inhaltliche Qualitäten

#### Mögliche Beiträge des Sports zur Gesundheit:

#### **Gestaltungsfähigkeit**



© LandesSportBund NRW

## 2. Vom Breitensport zum gesundheitsorientierten Sport: die Palette der Angebote für Ältere

### 2.1 Inhaltliche Qualitäten

**Mögliche Beiträge des Sports zur Gesundheit:**

**psychosoziale  
Gesundheitsressourcen**

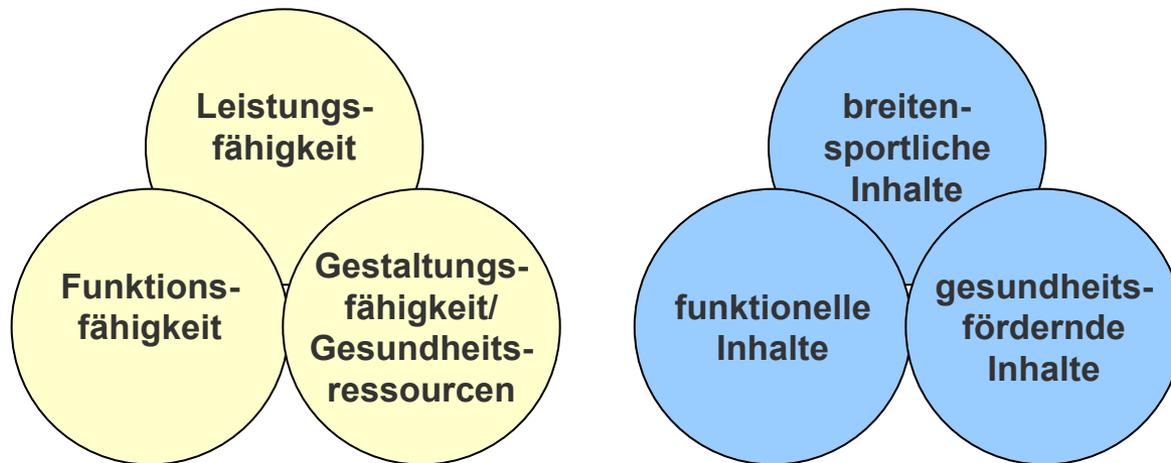


weniger Cholesterin  
regelmäßige Vorsorge  
kein Nikotin  
kein Alkohol  
wenig Salz  
viel Bewegung  
kein Zucker

## 2. Vom Breitensport zum gesundheitsorientierten Sport: die Palette der Angebote für Ältere

### 2.1 Inhaltliche Qualitäten

#### Mögliche Beiträge des Sports zur Gesundheit:



- Sportartübergreifende und sportartspezifische Angebote
- Fitness-, wellnessorientierte Angebote
- Funktionelle Sport- und Bewegungsangebote
- Rehabilitationssport
- Präventive/gesundheitsfördernde Angebote

## 2. Vom Breitensport zum gesundheitsorientierten Sport: die Palette der Angebote für Ältere

### 2.2 Strukturelle Qualitäten

- Ganzheitliche Zielsetzungen und modernes Verständnis von Bewegung, Spiel und Sport
- Ganzheitliche Zielsetzungen und modernes Verständnis Gesundheitsförderung, Prävention und Rehabilitation
- Gewährleistung der Rahmenbedingungen durch den Verein (z.B. funktionierende Geschäftsstelle, Kommunikationsstruktur etc.)
- Zielgruppengerechtes Angebot und fundierte Programmplanung
- Qualifizierte Leitung
- Gesundheits-Check/Gesundheits-Untersuchung
- Begleitendes Qualitätsmanagement
- Der Verein als Netzwerkpartner (Setting Sportverein, Netzwerk Soziales, Netzwerk Gesundheit)

## 2. Vom Breitensport zum gesundheitsorientierten Sport: die Palette der Angebote für Ältere

### 2.3 Angebote im Breitensport

Siehe Vortrag „Der Sportverein als Lebenswelt für Ältere“ von Anke Borhof

## 2. Vom Breitensport zum gesundheitsorientierten Sport: die Palette der Angebote für Ältere

### 2.4 Angebote mit Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT

- Herz-Kreislaufsystem
- Haltungs- und Bewegungssystem
- Stressbewältigung und Entspannung
- Gesundheitsförderung für Ältere
- Gesundheitsförderung für Kinder und Jugendliche (KmmB, schwer mobil)
- In Erprobung: Bewegung und Ernährung sowie
- Bewegungsraum Wasser
- Gesundheitssport Tischtennis
- G.U.T. Do-Aikido
- weitere in Vorbereitung



## 2. Vom Breitensport zum gesundheitsorientierten Sport: die Palette der Angebote für Ältere

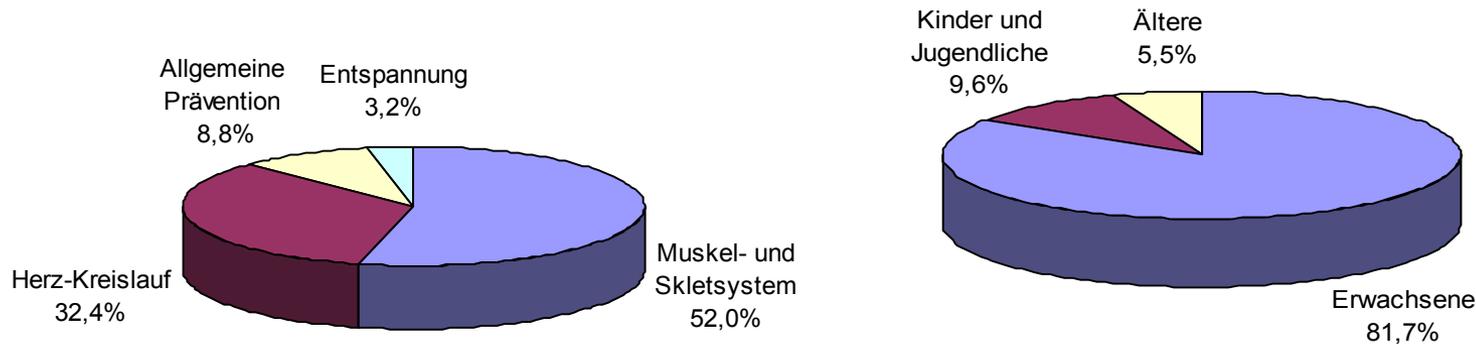
### 2.4 Angebote mit Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT

- § 20 SGB V
- Leitfaden „Prävention“ der Spitzenverbände der Krankenkassen vom 21.06.2000 in der Fassung vom 02.06.2008
- Handlungsfeld „Bewegungsgewohnheiten“
- Präventionsprinzip: Reduzierung von Bewegungsmangel
- Präventionsprinzip: Vorbeugung und Reduzierung spezieller gesundheitlicher Risiken

## 2. Vom Breitensport zum gesundheitsorientierten Sport: die Palette der Angebote für Ältere

### 2.4 Angebote mit Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT

→ 4.000 Angebote in NRW:  
Verteilung auf Themenbereiche und Zielgruppen



## 2. Vom Breitensport zum gesundheitsorientierten Sport: die Palette der Angebote für Ältere

### 2.4 Angebote mit Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT

„Verordnung“

→ Rezept für Bewegung

Name/Vorname des Patienten geb. am		
Kassen-Nr.	Versicherer-Nr.	Stufe
Berufskategorie	Art der	Ursache

### Rezept für Bewegung

Regelmäßige körperliche Aktivität fördert die Gesundheit. Bewegung wirkt präventiv auf Krankheiten des Herz-Kreislauf- und des Stoffwechsel-Systems sowie des Bewegungsapparates.

Ich empfehle Ihnen bzw. Ihrem Kind ein gesundheitsorientiertes Bewegungsangebot. Qualitativ geprüfte Angebote finden Sie unter dem Siegel **SPORT PRO GESUNDHEIT**. Dort können Sie mit anderen erleben, wie gut es tut, sich zu bewegen.

Darüber hinaus empfehle ich, täglich mehr Bewegung in Ihren Alltag zu integrieren.

Die Teilnahme an den **SPORT PRO GESUNDHEIT**-Angeboten wird von den meisten gesetzlichen Krankenkassen finanziell unterstützt. Fragen Sie dort nach.

**Meine Empfehlungen zur richtigen Sportgruppe**

- Training des Herz-Kreislaufsystems und des Stoffwechsels
- Training des Muskel-Skelettsystems
- Stressbewältigung und Entspannung durch Bewegung, Spiel und Sport
- Koordinations- u. Motorikförderung für Kinder
- Gesundheitsförderung für Ältere durch Bewegung und Sport

**Spezielle Informationen für die Übungsleitung**  
(z. B. Besonderheiten, Umfang, Dosis)



Überwunde deinen inneren Schweinehund!

Stempel und Unterschrift des Arztes


  
 LandesSportBund  
 des Bundes Nordrhein-Westfalen

### Informationen für Sie:

Sie haben für sich bzw. Ihr Kind die Empfehlung zur Teilnahme an einem gesundheitsfördernden/präventiven Bewegungsangebot erhalten.

Bei weiteren Fragen wenden Sie sich bitte direkt an Ihren **Stadt- oder KreisSportbund**.

Der erste Schritt auf die richtige Seite:  
[www.ueberwin.de](http://www.ueberwin.de)

Mit einem Klick öffnen Sie die Datenbank mit allen zur Verfügung stehenden Präventionssportangeboten.




**Mitteilung der Übungsleitung an den verordnenden Arzt**

**Ihr Patient hat an unserem Bewegungsangebot teilgenommen.**

Stempel und Unterschrift des Verordners

Unterstützt durch


  
 Sportärztebünde  
 Nordrhein und Westfalen


  
**LANDESPORTBUND**  
 Nordrhein-Westfalen  
 Wir bringen Menschen in Bewegung

## 2. Vom Breitensport zum gesundheitsorientierten Sport: die Palette der Angebote für Ältere

### 2.4 Angebote mit Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT

#### Zugangswege

- Internet
- Angebotsverzeichnis

**www.ueberwin.de**  
Gesundheit braucht Bewegung.  
Sportvereine haben die Angebote.

Ein passendes **Präventionsportangebot** finden Sie im Internet:

- Gehen Sie auf die Seite [www.ueberwin.de](http://www.ueberwin.de):  

- Klicken Sie auf „Vereinsangebote Präventionssport“:  

- Ort oder PLZ eingeben und auf „Suchen“ klicken ...  
... und schon können Sie zum gewünschten Ansprechpartner Kontakt aufnehmen.

10 Angebotsverzeichnisse ...  
Überwacht durch unseren Schweißhund!  
Gesundheit braucht Bewegung. Sportvereine haben die Angebote.  
... für 10 Regionen in NRW

**LANDESPORTBUND**  
Wir bringen Menschen in Bewegung

## 2. Vom Breitensport zum gesundheitsorientierten Sport: die Palette der Angebote für Ältere

### 2.5 Settingansätze

- Setting Betrieb: Betriebe und Sportvereine – Partner in der Gesundheitsförderung (BeVeGe)
- Setting Seniorenstätte: z.B. Sturzprophylaxe
- Setting Verein: Der Sportverein – ein gesundheitsfördernder Lebensort
- In Vorbereitung: Gesundheitsförderung für Menschen mit Zuwanderungsgeschichte/sozial Benachteiligte

## 2. Vom Breitensport zum gesundheitsorientierten Sport: die Palette der Angebote für Ältere

### 2.6 Angebote im Rehabilitationssport

Indikationen:

- **Stütz- und Bewegungsapparat**
  - Wirbelsäulen-/Haltungsschäden
  - Gelenkschäden
  - Amputationen/Gliedmaßenschäden
  - Morbus Bechterew
  - Osteoporose
  - Endoprothesen
  - Sonstiges

## 2. Vom Breitensport zum gesundheitsorientierten Sport: die Palette der Angebote für Ältere

### 2.6 Angebote im Rehabilitationssport

Indikationen:

→ **Innere Organe**

- Herz-/Kreislaufkrankung
- Asthma/Allergie
- Diabetes
- Nierenerkrankungen
- Periph. Art. Verschlusskrankheiten
- Sonstiges

## 2. Vom Breitensport zum gesundheitsorientierten Sport: die Palette der Angebote für Ältere

### 2.6 Angebote im Rehabilitationssport

Indikationen:

- **Sinnesbehinderung**
  - Sehbehinderung/Blindheit
  - Hörschädigung/Gehörlosigkeit
  - Sonstiges

## 2. Vom Breitensport zum gesundheitsorientierten Sport: die Palette der Angebote für Ältere

### 2.6 Angebote im Rehabilitationssport

Indikationen:

→ **Peripheres zentrales Nervensystem**

- Cerebrale Bewegungsstörungen
- Multiple Sklerose
- Parkinson
- Schlaganfall
- Epilepsie
- Querschnittslähmung
- Spina bifida
- Poliomyelitis
- Sonstiges

## 2. Vom Breitensport zum gesundheitsorientierten Sport: die Palette der Angebote für Ältere

### 2.6 Angebote im Rehabilitationssport: Gesetzliche/Vertragliche Grundlagen

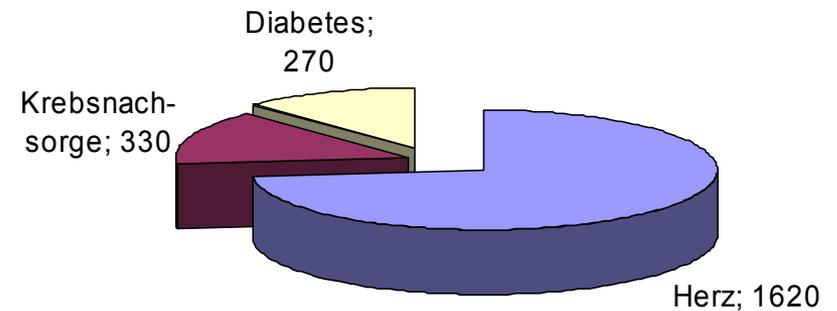
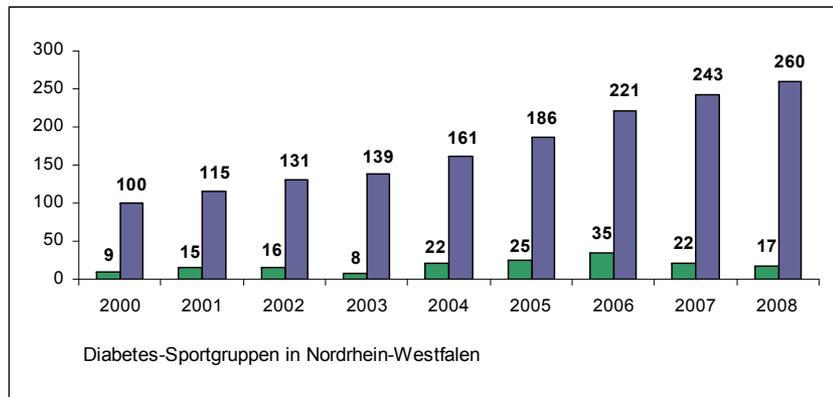
- § 44 SGB IX<sup>1</sup>
- Rahmenvereinbarung und Vereinbarungen zur Durchführung von Rehabilitationssport vom 01.10.2003 in der Fassung vom 01.01.2007
- Verträge mit den Rehabilitationsträgern

<sup>1</sup> Die Leistungen zur medizinischen Rehabilitation und zur Teilnahme am Arbeitsleben der ... Rehabilitationsträger werden ergänzt durch ...  
3. ärztlich verordneten Rehabilitationssport in Gruppen unter ärztlicher Betreuung und Überwachung einschließlich Übungen für behinderte und von Behinderung bedrohte Frauen und Mädchen, die der Stärkung des Selbstbewusstseins dienen.

## 2. Vom Breitensport zum gesundheitsorientierten Sport: die Palette der Angebote für Ältere

### 2.6 Angebote im Rehabilitationssport

→ 18.000 Angebote in NRW für über 30 Indikationen



## 2. Vom Breitensport zum gesundheitsorientierten Sport: die Palette der Angebote für Ältere

### 2.6 Angebote im Rehabilitationssport: Verordnung

→ Muster 56

Krankenkasse bzw. Kostenträger **Freigabe 07.05.2007** **Antrag auf Kostenübernahme** **56**

Name, Vorname des Verordnenden \_\_\_\_\_ geb. am \_\_\_\_\_

Kassen-Nr. \_\_\_\_\_ Versicherten-Nr. \_\_\_\_\_ Status \_\_\_\_\_

Versicherungs-Nr. \_\_\_\_\_ W. gültig bis \_\_\_\_\_ Datum \_\_\_\_\_

für Rehabilitationssport  
 für Funktionstraining

Hinweise: Rehabilitationssport und Funktionstraining werden von den Krankenkassen insbesondere mit dem Ziel der Hilfe zur Selbsthilfe zur Verfügung gestellt und können daher grundsätzlich nur für einen begrenzten Zeitraum bewilligt werden.

Rehabilitationssport/Funktionstraining soll bei folgendem anerkannten Leistungserbringer durchgeführt werden  
Verein, Träger usw., Postleitzahl, Ort \_\_\_\_\_

Ich nehme am Rehabilitationssport/  
Funktionstraining bereits teil seit \_\_\_\_\_ Datum \_\_\_\_\_  
 Ich beginne mit Rehabilitationssport/  
Funktionstraining voraussichtlich am \_\_\_\_\_ Datum \_\_\_\_\_

**Verbindliches Muster**

**Ärztliche Verordnung für Rehabilitationssport/Funktionstraining**  
Diagnose(n), gegebenenfalls relevante Nebendiagnose(n) \_\_\_\_\_

Schädigung der Körperfunktionen und Körperstrukturen/Beeinträchtigung der Aktivität und Teilhabe \_\_\_\_\_

Ziel des Rehabilitationssports/Funktionstrainings \_\_\_\_\_

**Empfohlene Rehabilitationssportart**  
 Gymnastik  Schwimmen  Leichtathletik  
 Bewegungsspiele  Sonstige \_\_\_\_\_

Übungen zur Stärkung des Selbstbewusstseins behinderter oder von der Behinderung bedrohter Frauen und Mädchen erforderlich

**Rehabilitationssport ist notwendig für**  
 50 Übungseinheiten in 18 Monaten (Regelfall)  
 120 Übungseinheiten in 36 Monaten nur bei  
 Asthma bronchiale  Morbus Parkinson  
 Blindheit, in den letzten 12 Monaten vor Antragstellung erworben  
 Mukoviszidose  
 Chronischer-obstruktiver Lungenkrankheit (COPD)  
 Multipler Sklerose  
 Doppelamputation  
 Muskeldystrophie  
 Epilepsie, therapieresistent  
 Niereninsuffizienz, terminal  
 Glasknochen  
 Organische Hirnenschädigung  
 Infantiler Zerebralparese  
 Polyneuropathie  
 Marfan-Syndrom  
 Morbus Bechterew

**Empfohlene Funktionstrainingsarten**  
 Trockengymnastik  
 Wassergymnastik

**Funktionstraining ist notwendig für**  
 12 Monate (Regelfall)  
 24 Monate nur bei folgenden gesicherten chronischen (gesicherten) Behinderungen bei schwerer Beeinträchtigung der Beweglichkeit/Mobilität  
 Fibromyalgie-Syndrome  
 Kollagenosen  
 Morbus Bechterew  
 Osteoporose  
 Polyarthrosen, schwer  
 Psoriasis-Arthritis  
 Rheumatoide Arthritis

Längere Leistungsdauer bei geistiger oder psychischer Krankheit/Behinderung mit leidend/nach leidend selbstgesteuerter Aktivität  
 120 Übungseinheiten in 36 Monaten  
 24 Monate

Muster 56 (7/2007)

**Rehabilitationssport in Herzgruppen ist notwendig für**  
 90 Übungseinheiten in 30 Monaten  
 120 Übungseinheiten in 24 Monaten (Kinderherzgruppen)

**Zusätzliche Angaben des Arztes bei Verordnungen für Rehabilitationssport in Herzgruppen**  
Befund vom: (Nachweis nicht älter als 6 Monate) \_\_\_\_\_

Ejektionsfraktion \_\_\_\_\_ %  
Bei standardisierter Fahrradergonometrie im Sitzen erreichte max. Belastbarkeit \_\_\_\_\_ Watt max. Puls/min \_\_\_\_\_ max. mm HG  
daraus errechnete Dauerbelastbarkeit (max. Belastbarkeit abzüglich 50 von 100) \_\_\_\_\_ W/kg Körpergewicht  
symptomlimitierte Dauerbelastbarkeit aufgrund von ischämie-Kriterien \_\_\_\_\_ W/kg Körpergewicht  
Gründe für den Abbruch der Fahrradergonometrie \_\_\_\_\_

**Angaben zur Medikation**  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Längere Leistungsdauer bei geistiger oder psychischer Krankheit/Behinderung mit leidend/nach leidend selbstgesteuerter Aktivität  
 90 Übungseinheiten in 30 Monaten

**Empfohlene Anzahl wöchentlicher Übungsveranstaltungen für Rehabilitationssport/Funktionstraining**  
 1 mal  2 mal  3 mal, Begründung \_\_\_\_\_

Für die ärztliche Verordnung ist die Nr. 01621 EBM berechnungsfähig \_\_\_\_\_ Datum \_\_\_\_\_

**Kostenübernahmeerklärung der Krankenkasse**  
Die Kosten werden entsprechend der bestehenden Vereinbarung übernommen zur Durchführung und Finanzierung des  
 Rehabilitationssports gemäß § 43 Abs. 1 Satz 1 SGB V i.V.m. § 44 Abs. 1 Nr. 3 SGB IX  
 Funktionstrainings gemäß § 43 Abs. 1 Satz 1 SGB V i.V.m. § 44 Abs. 1 Nr. 4 SGB IX

für 50 Übungseinheiten/18 Monate Anzahl wöchentlicher Übungsveranstaltungen  
 für 120 Übungseinheiten/36 Monate  1 mal  2 mal  3 mal

für 90 Übungseinheiten/30 Monate (Herzgruppen) für die Dauer von  
 für 120 Übungseinheiten/24 Monate (Kinderherzgruppen)  12 Monaten  
 längstens bis \_\_\_\_\_  24 Monaten  
 längstens bis \_\_\_\_\_

Diese Erklärung erfolgt unter der Voraussetzung, dass ein Leistungsanspruch gegenüber unserer Krankenkasse weiter besteht  
Datum \_\_\_\_\_

**Freigabe 07.05.2007**  
**Verbindliches Muster**

Stempel der Krankenkasse / Unterschrift des Arztes



## 2. Vom Breitensport zum gesundheitsorientierten Sport: die Palette der Angebote für Ältere

### 2.6 Angebote im Rehabilitationssport: Zugangswege

→ Internet

→ Angebotsverzeichnis

Überwinde deinen inneren Schweinehund!



Gesundheit braucht Bewegung.  
Sportvereine haben die Angebote.

Zertifizierte Angebote 2009 in:

- Kreis Oberberg
- Remscheid
- Rheinisch-Bergischer Kreis
- Solingen
- Wuppertal

www.ueberwin.de



**www.ueberwin.de**

Gesundheit braucht Bewegung.  
Sportvereine haben die Angebote.

Ein passendes Rehabilitationssportangebot  
finden Sie im Internet:

1. Gehen Sie auf die Seite [www.ueberwin.de](http://www.ueberwin.de):



2. Klicken Sie auf „Vereinsangebote Rehabilitationssport“.



3. Geben Sie den „Ort Ihrer Wahl“ ein, die „maximale Entfernung“ und die „Erkrankung bzw. Behinderung“. Klicken Sie auf „Suchen“ ...

... und schon können Sie zum gewünschten  
Ansprechpartner Kontakt aufnehmen.



Strukturen, Programme und **Initiativen** des organisierten Sports zur Bewegungsförderung im Alltag älterer Menschen

### 3.

## Die Landesinitiativen „Handlungsprogramm 2015 `Sport und Gesundheit´ für das Land NRW“ und „Zukunft gestalten - aktiv und gesund älter werden in NRW“



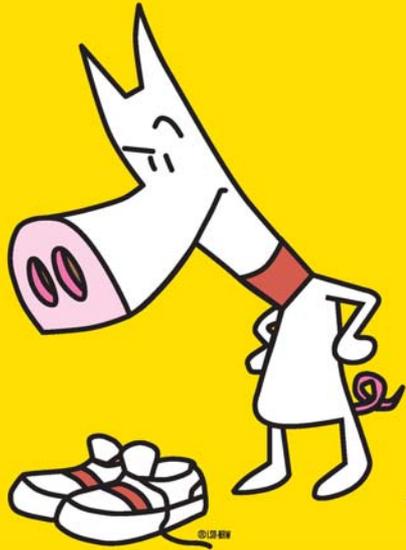
### 3. Die Landesinitiativen „Handlungsprogramm 2015 `Sport und Gesundheit´ für das Land NRW“ und „Zukunft gestalten - aktiv und gesund älter werden in NRW“ Handlungsprogramm 2015 „Sport und Gesundheit“

#### 5.1 Die Eckpunkte

1

Die Sportvereine stellen die Potenziale des Sports für Ältere und ihre Gesundheit öffentlichkeitswirksam dar.

Überwinde deinen inneren Schweinehund!



[www.ueberwin.de](http://www.ueberwin.de)

Gesundheit braucht Bewegung. Sportvereine haben die Angebote.

Unterstützt durch:

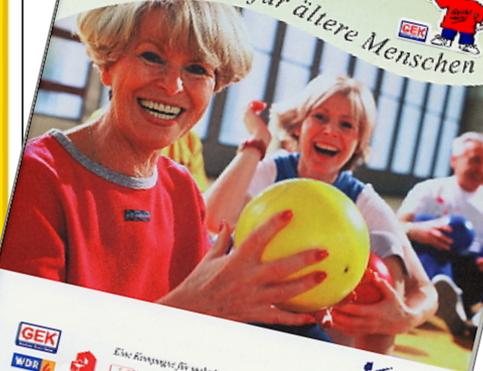
- Ärztekammern Nordrhein und Westfalen-Lippe
- Sportärztekönig Nordrhein und Westfalen
- Apothekerverbände Nordrhein und Westfalen-Lippe
- GEK
- Landesministerium des Landes Nordrhein-Westfalen
- LANDESPORTBUND

Herne 2004

jung bleiben mit Bewegung

Mir geht's gut!

Angebote für ältere Menschen



GEK WDR

Ein Angebot der Stadt Herne

LANDESPORTBUND



# 3. Die Landesinitiativen „Handlungsprogramm 2015 `Sport und Gesundheit` für das Land NRW“ und „Zukunft gestalten - aktiv und gesund älter werden in NRW“ Handlungsprogramm 2015 „Sport und Gesundheit“

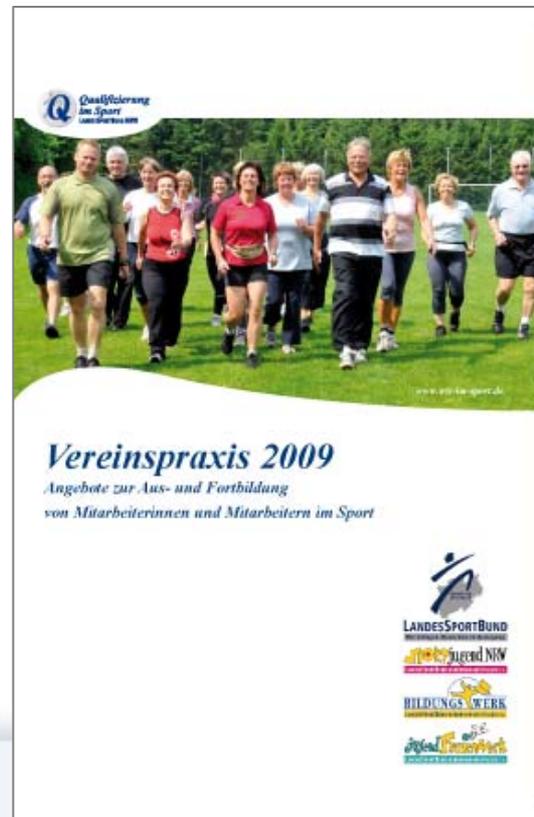


# 3. Die Landesinitiativen „Handlungsprogramm 2015 `Sport und Gesundheit´ für das Land NRW“ und „Zukunft gestalten - aktiv und gesund älter werden in NRW“ Handlungsprogramm 2015 „Sport und Gesundheit“

## 3.1 Die Eckpunkte

2

Die Sportvereine gewinnen, qualifizieren und beraten ihre Mitarbeiter/innen aktiv und systematisch.



# 3. Die Landesinitiativen „Handlungsprogramm 2015 `Sport und Gesundheit´ für das Land NRW“ und „Zukunft gestalten - aktiv und gesund älter werden in NRW“ Handlungsprogramm 2015 „Sport und Gesundheit“

## 3.1 Die Eckpunkte

3

Die Sportvereine vergrößern ihre Angebotsbreite.



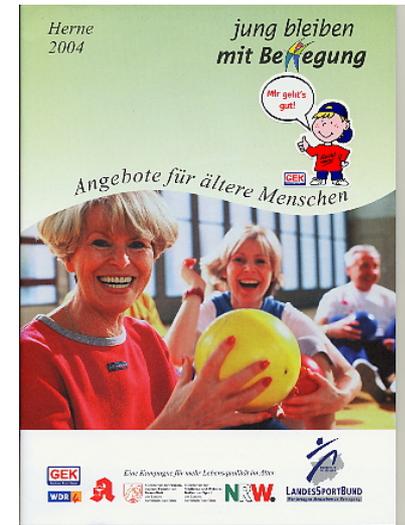
Sport in der Krebsnachsorge



Bewegung, Spiel und Sport bei Diabetes



SPORT: Bewegung fürs Herz



Herne 2004

jung bleiben mit Bewegung

Mir geht's gut!

Angebote für ältere Menschen



LANDESPORTBUND  
Wir bringen Menschen in Bewegung



# 3. Die Landesinitiativen „Handlungsprogramm 2015 `Sport und Gesundheit´ für das Land NRW“ und „Zukunft gestalten - aktiv und gesund älter werden in NRW“ Handlungsprogramm 2015 „Sport und Gesundheit“

## 3.1 Die Eckpunkte

5

Die Sportvereine erleichtern die Zugangswege für die Bürgerinnen und Bürger: Angebotsverzeichnisse, Internet, Zugang auf besondere Zielgruppen.

**REHA-Sport in Nordrhein-Westfalen**

Ein Gemeinschaftsprojekt von  
Behinderten-Sportverband Nordrhein-Westfalen  
und LandesSportBund Nordrhein-Westfalen

**Eingabe der Suchkriterien**

Mit dieser Internet-Suchmaschine können Sie herausfinden, wo Sie welche Art von Rehabilitationssport machen können. Wählen Sie dazu bitte aus:

**Ort Ihrer Wahl**

**Maximale Entfernung**

**Erkrankung / Behinderung**

**Suchen**



**Gesundheit braucht Bewegung!**

Zertifizierte Angebote 2008 in:

- Bonn
- Kreis Rhein-Erft
- Köln
- Leverkusen
- Rhein-Sieg-Kreis

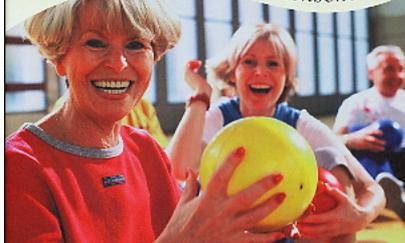


Herne  
2004

jung bleiben  
mit Bewegung

„Mir geht's gut!“

Angebote für ältere Menschen



GEK

Ein Angebot für viele Lebensjahre

WDR

LANDESPORTBUND

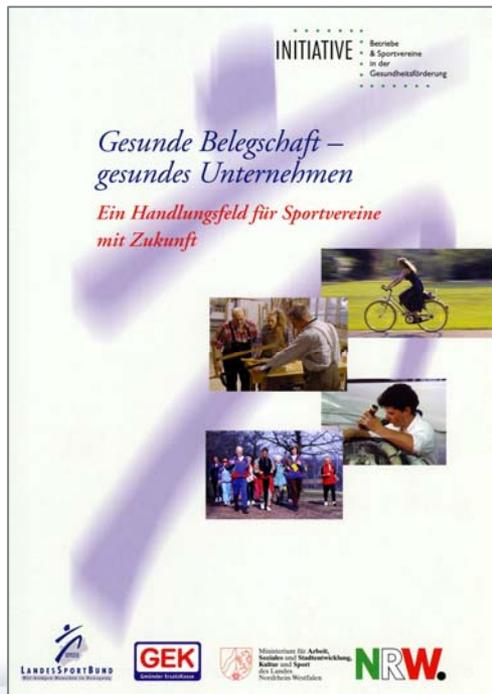


### 3. Die Landesinitiativen „Handlungsprogramm 2015 `Sport und Gesundheit´ für das Land NRW“ und „Zukunft gestalten - aktiv und gesund älter werden in NRW“ Handlungsprogramm 2015 „Sport und Gesundheit“

#### 3.1 Die Eckpunkte

6

Die Sportvereine leisten ihren Beitrag zur Schaffung gesundheitsfördernder Lebensbereiche: Vereinsprogramme mit u.a. Betrieben, Seniorenstätten etc.



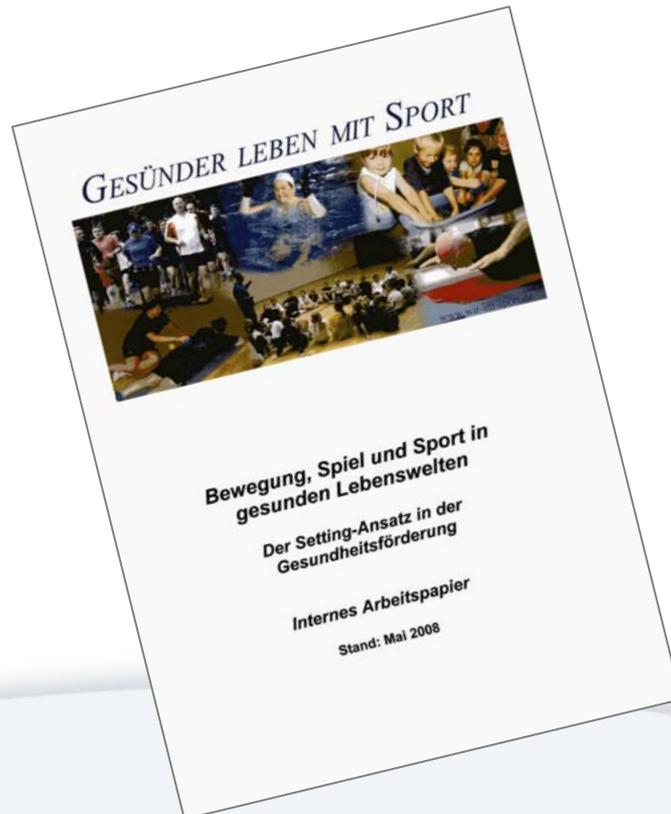
**LANDESPORTBUND**  
Wir bringen Menschen in Bewegung

### 3. Die Landesinitiativen „Handlungsprogramm 2015 `Sport und Gesundheit´ für das Land NRW“ und „Zukunft gestalten - aktiv und gesund älter werden in NRW“ Handlungsprogramm 2015 „Sport und Gesundheit“

#### 3.1 Die Eckpunkte



Die Sportvereine entwickeln sich selbst zu einem gesundheitsfördernden Lebensort.



# 3. Die Landesinitiativen „Handlungsprogramm 2015 `Sport und Gesundheit´ für das Land NRW“ und „Zukunft gestalten - aktiv und gesund älter werden in NRW“ Handlungsprogramm 2015 „Sport und Gesundheit“

## 3.1 Die Eckpunkte



Die Sportvereine und ihre Angebote werden integraler Bestandteil der Versorgungsstrukturen im Sozial- und Gesundheitswesen: Netzwerkarbeit

### Politik

Innenministerium  
des Landes Nordrhein-Westfalen



Ministerium für Arbeit,  
Gesundheit und Soziales  
des Landes Nordrhein-Westfalen



Ministerium für Umwelt und Naturschutz,  
Landwirtschaft und Verbraucherschutz  
des Landes Nordrhein-Westfalen



Ministerium für  
Schule und Weiterbildung  
des Landes Nordrhein-Westfalen



Landesinstitut für  
Gesundheit und Arbeit  
des Landes Nordrhein-Westfalen



Ministerium für Generationen,  
Familie, Frauen und Integration  
des Landes Nordrhein-Westfalen



**Strategiezentrum  
Gesundheit NRW**

### Gesundheitssektor



**Sportärzteeinde  
Nordrhein und  
Westfalen**



**Ärztetkammern  
Nordrhein und  
Westfalen-Lippe**



Die Apotheker in NRW

### Sozialversicherungen



**BKK vor Ort**

Deutsche Gesetzliche  
Unfallversicherung



### Wissenschaft

wissen.leben  
WWU Münster



Deutsche  
Sporthochschule Köln  
German Sport University Cologne

### Selbsthilfe



Deutscher Diabetiker Bund  
Landesverband NRW

Krebsgesellschaft  
Nordrhein-Westfalen e.V.



**LANDESPORTBUND**  
Wir bringen Menschen in Bewegung

### 3. Die Landesinitiativen „Handlungsprogramm 2015 `Sport und Gesundheit´ für das Land NRW“ und „Zukunft gestalten - aktiv und gesund älter werden in NRW“ Handlungsprogramm 2015 „Sport und Gesundheit“

#### 3.1 Die Eckpunkte



Die Sportvereine ergreifen und unterstützen Maßnahmen zur Erhaltung, Wiedergewinnung oder Schaffung bewegungsförderlicher Lebensräume.



### 3. Die Landesinitiativen „Handlungsprogramm 2015 `Sport und Gesundheit´ für das Land NRW“ und „Zukunft gestalten - aktiv und gesund älter werden in NRW“ Handlungsprogramm 2015 „Sport und Gesundheit“

#### 3.2 Der Sportverein – ein gesundheitsfördernder Lebensort



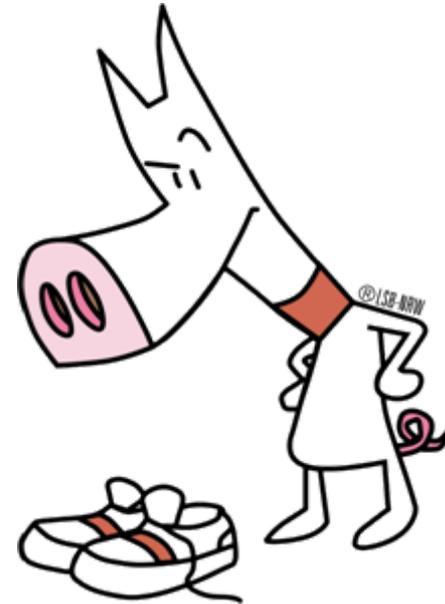
### 3. Die Landesinitiativen „Handlungsprogramm 2015 `Sport und Gesundheit´ für das Land NRW“ und „Zukunft gestalten - aktiv und gesund älter werden in NRW“ Handlungsprogramm 2015 „Sport und Gesundheit“

#### 3.2 Der Sportverein – ein gesundheitsfördernder Lebensort



Regionalkonferenz „Bewegung im Alter“ 08. Dezember 2009  
Workshop: Bewegungsförderung im Alltag älterer Menschen – Praxisbeispiele aus  
den Sportorganisationen

*Vielen Dank für die  
Aufmerksamkeit.*



[www.wir-im-sport.de](http://www.wir-im-sport.de)