



HAGE

Hessische Arbeitsgemeinschaft
für Gesundheitsförderung e.V.



Landessportbund
Hessen e.V.



Erfahrungsberichte unterschiedlicher Projektansätze zum Thema Bewegungsförderung von älteren Menschen

Carolin Becklas, Modellprojekt „Bewegt älter werden in Offenbach am Main“, HAGE e.V.

Miriam Seib, „Gesund älter werden bewegt“ im Sportkreis Offenbach e.V. / Isb h

Eckdaten zu den Modellprojekten



Bewegt älter werden in Offenbach



Gesund älter werden bewegt

Projektstandort	Stadt Offenbach	Stadt und Kreis Offenbach (Modellkommunen Obertshausen und Offenbach)
Projektlaufzeit	01.07.2020 - 31.12.2021	01.08.2018 - 31.07.2021
Projektträger	HAGE e.V. (Gesund altern)/ Stadt Offenbach (Kommunale Altenplanung)	Landessportbund Hessen e.V. (lsb h)
Evaluation	Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)/ HAGE e.V.	ISIS GmbH – Sozialforschung, Sozialplanung, Politikberatung
Förderer	 Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung	  Sportkreis Offenbach e.V. <small>im Landessportbund Hessen</small>

Ziele und Zielgruppen



Bewegt älter werden in Offenbach



Gesund älter werden bewegt

<p>Oberziele</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Stärkung der bewegungsfördernden Kultur und Struktur für Menschen ab 60 Jahren durch die Berücksichtigung ihres Lebensumfeldes • Allgemeine Empfehlungen zum Aufbau bewegungsfreundlicher Strukturen in der Kommune durch die BZgA 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsförderung bei älteren Menschen (Bürgerinnen & Bürger ab Mitte 50 bis Mitte 70)
<p>Unterziele</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ausbau von bedarfsorientierten Bewegungsmaßnahmen für die Zielgruppe • Anstoßen einer seniorenrechtlichen- und bewegungsfördernden Gestaltung • Ansprache von Menschen mit Migrationsgeschichte • Erprobung und Etablierung der entwickelten Maßnahmen 	<ul style="list-style-type: none"> • Angebotsentwicklung in den Vereinen, die gleichzeitig der Vereinsentwicklung und Mitgliederbindung/-gewinnung dienen → Popularität von Gesundheitssport steigern • Bedarfsanalyse anhand einer Umfrage innerhalb der Zielgruppe in beiden Modellkommunen • Qualifizierung für Übungsleiter in Form von Aus- und Fortbildung sowie Aufklärung besonders der "Nicht-Beweger" • Strukturierung: Netzwerke ausbauen und nutzen

Projektansätze und Synergien



Bewegt älter werden in Offenbach



Gesund älter werden bewegt

Projektansatz / Setting	Kommune	Organisierter Sport
Meilensteine	<ul style="list-style-type: none"> • Projektleitung und Projektmitarbeit jeweils bei der Stadt Offenbach und bei der HAGE e.V. 	<ul style="list-style-type: none"> • Projektleitung im Sportkreis Offenbach e.V. und Isb h
Synergien und Zusammenarbeit	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Austausch zu Ergebnissen der Ist-Analyse ✓ Angebotsentwicklung durch qualifizierte Übungsleiter ✓ Kooperationen mit Sportvereinen 	

Zusammenarbeit unterschiedlicher Akteure



- **HAGE e.V.**
- **Sozialamt**
- **Koordinierung Offene Seniorenarbeit**
- Caritas Offenbach
- Freiwilligenzentrum
- Mehrgenerationenhaus
- Integrationsbeauftragter
- Paritätische Wohlfahrtsverband
- Quartiersmanagement/ Lauterborn
- Seniorenrat
- Seniorenhilfe e.V.
- Sozialplanung
- Stadtgesundheitsamt

- **Kommunale Altenplanung**
- **Sportkreis Offenbach e.V.**
- Amt f. Kultur- und Sportmanagement
- Ausländerbeirat
- Sozialamt
- Seniorenhilfe e.V.
- Stadtplanung, Verkehrs- und Baumanagement
- Stadtgestaltung und Stadtgrün
- Volkshochschule



- **Modellkommune Obertshausen und Offenbach**
- **Partnervereine in den Modellkommunen**
- Sportförderung Kreis Offenbach
- Integrationsbüro Kreis Offenbach
- Amt für Umwelt, Energie und Klimaschutz Stadt Offenbach
- Lokalpolitik
- Kulturvereine
- karitative Organisationen

Stolpersteine und Erfolgsfaktoren



Bewegt älter werden in Offenbach



Gesund älter werden bewegt

Stolpersteine	<ul style="list-style-type: none"> • Auswirkungen der Pandemie (Erreichung der Zielgruppe) • Projektlaufzeit <ul style="list-style-type: none"> ○ Stellenbesetzung braucht Zeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Umsetzung der Maßnahmen innerhalb der Vereine erfolgt im Ehrenamt -> Ressourcen sind oft nur begrenzt vorhanden und beruhen auf Eigeninteresse • Partizipation der Zielgruppe (gewünschte Zielgruppe = Nichtbeweger, fühlen sich oft nicht angesprochen, sondern die "Immer-Aktivisten") • Auswirkungen der Pandemie
Erfolgsfaktoren	<ul style="list-style-type: none"> • Magistratsbeschluss (Kooperation mit der Kommune) • Anknüpfen an "Vorhandenes" • Multiplikatoren aus der Steuerungsgruppe • Entwicklung eines Leitbildes • Externe Moderation für Steuerungsgruppensitzungen • Orientierung an dem idealtypischen Prozess der Bewegungsförderung • Umfangreiche Öffentlichkeitsarbeit (Presse, Internet, Fotoaktion, Alltags-Fitness-Test) 	<ul style="list-style-type: none"> • Netzwerke des Sportkreises • Kommunale Partner in den Modellkommunen • Ansprechpartner vor Ort • Qualifizierungsmaßnahmen • Öffentlichkeitsarbeit

Nächste Schritte und Verstetigung



Bewegt älter werden in Offenbach



Gesund älter werden bewegt

<p>Nächste Schritte und Verstetigung</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Umsetzung von bedarfs- und bedürfnisorientierter Angebote (Bewegung und Begegnung) • Weiterer Ausbau der Vernetzung und Sensibilisierung für Bewegungsförderung • Einbettung u.a. in die Seniorentreffs • Einbettung in eine gesundheitsfördernde Strategie OF? 	<ul style="list-style-type: none"> • Fortführung entwickelter Maßnahmen der Partnervereine • Übernahme entwickelter Strukturen in Partner vor Ort (z.B. Sportkreis, Bewegungskordinator) • Digitale Abschlußveranstaltung 16.06.2021 • Projektbericht bis 31.12.2021
---	--	--

Ansprechpartner für weitere Fragen



Bewegt älter werden in Offenbach



Gesund älter werden bewegt

<p>Ansprechpartner und Kontaktdaten</p>	<p>HAGE e.V., Gesund altern Carolin Becklas, Projektleitung carolin.becklas@hage.de Felix Weber, Projektmitarbeiter felix.weber@hage.de</p> <p>Stadt Offenbach, kommunale Altenplanung Heidi Weinrich, Projektleitung Heidi.Weinrich@offenbach.de Christine Langenbach, Projektmitarbeiterin Christine.Langenbach@offenbach.de</p>	<p>Landessportbund Hessen e.V. Miriam Seib, Projektleitung im Sportkreis Offenbach e.V., mseib-of@lsbh.de</p> <p>Sportjugend Hessen, Referat Vielfalt im Sport Desiree Heß DHess@sportjugend-hessen.de Annamaria Peter Apeter@sportjugend-hessen.de</p>
<p>Weblink</p>	<p>https://hage.de/aktivitaeten/modellprojekt-zum-auf-und-ausbau-bewegungsfoerdernder-strukturen-fuer-aeltere-menschen-in-der-kommune/</p>	<p>www.landessportbund-hessen.de/geschaeftsfelder/sportentwicklung/gesundheitsport/gesund-aelter-werden/</p>