

GYM WELT

**Fitness & Gesundheit
im Verein**

Arbeitsmaterial

**Verein als Gesundheitspartner
gesundes Setting, Netzwerke und Kooperationen**

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Impressum

Herausgeber: Deutscher Turner-Bund
Otto-Fleck-Schneise 8
60528 Frankfurt

Redaktion: Jörn Rühl
Heidrun Krämer

Gestaltung: Simone Buch

Druck: Westdeutsche Verlags-
und Druckerei GmbH

Inhaltsverzeichnis

1. Vorwort	
Gesundheitssport im Deutschen Turner-Bund	4
2. Einleitung	8
3. Verein als Gesundheitspartner	9
4. Kooperationen und Netzwerke.....	10
4.1 Kooperation	10
4.2 Netzwerke.....	10
4.3 Kooperation und Netzwerk – das Fazit.....	13
4.4 Der Weg zu einer erfolgreichen Kooperation bzw. der Prozess zur Gründung eines Netzwerkes	13
5. Setting	15
5.1 Was ist Setting?.....	15
5.2 Setting im Verein	16
5.3 Gesundheitsförderung in einem Setting	16
5.4 Der Verein als gesundheitsförderndes Setting	17
6. Best-Practice Beispiele Kooperationen für	20
6.1 Erwachsene.....	20
6.2 Kinder	22
6.3 Jugendliche	23
6.4 Ältere und Senioren	25
6.5 Menschen mit Migrationshintergrund	25
6.6 Menschen mit Behinderung	26
6.7 Menschen mit psychischer Erkrankung.....	27
6.8 Familien	28
6.9 Menschen aus sozial schwachen Familien	29
6.10 Arbeitssuchende.....	29
6.11 Angestellte.....	30
7. Best-Practice Beispiele Netzwerke für	31
7.1 Erwachsene.....	31
7.2 Kinder	31
7.3 Jugendliche	33
7.4 Ältere und Senioren	34
7.5 Menschen mit Migrationshintergrund	35
7.6 Menschen mit Behinderung	35
7.7 Menschen mit psychischer Erkrankung	36
7.8 Familien	37
7.9 Menschen aus sozial schwachen Familien	37
7.10 Arbeitssuchende.....	38
7.11 Angestellte.....	40
8. Best-Practice Beispiele „gesundes Setting Verein“	41
9 Blick in die Zukunft	52
Literatur.....	53



1. Vorwort

Gesundheitssport im Deutschen Turner-Bund

4

Fitness & Gesundheit sind zentrale Ziele der Turnbewegung! So führte Friedrich Ludwig Jahn zu Beginn des 19. Jahrhunderts zur Begründung der von ihm verfassten Turnkunst an, dass jeder Mensch seine Anlagen systematisch ausbilden müsse. Falls dies nicht geschehe, würden die Anlagen verkümmern, mit vielen negativen Folgen für Leistungsfähigkeit und Gesundheit. Das Turnen stellte für Jahn dementsprechend eine „Brauchkunst des Leibes und des Lebens dar“ – über die jeder Mensch verfügen sollte, um umfassend fit und damit auch gesund zu bleiben. Diese Sichtweise des Turnens stand in der Tradition der Gymnastik, deren Wurzeln sich bis in die Antike zurückverfolgen lassen. Von Medizinern und Biologen wie u.a. Wilhelm Roux wurden solche praxisbezogenen Vermutungen zur positiven Wirkung von Gymnastik und Turnen auf die Entwicklung und Gesundheit des Menschen durch die Erforschung der „funktionellen Anpassung“ des Organismus bereits im zu Ende gehenden 19. Jahrhundert bestätigt. In dieser Tradition steht der Deutsche Turner-Bund auch heute zu seiner gesellschaftlichen Verantwortung zur systematischen und effektiven Stärkung von Fitness und Gesundheit in der Bevölkerung.

Der Deutsche Turner-Bund hat mit der Verabschiedung des GYMWELT Konzepts für den Angebotsbereich Fitness- und Gesundheitssport einen zeitgemäßen konzeptuellen Rahmen abgesteckt. Im GYMWELT Konzept wird dabei das Verständnis des Bereichs Fitness- & Gesundheitssport geklärt und es werden Perspektiven aufgezeigt für die Entwicklung des Bereichs im Hinblick auf Angebote, Ausbildung, Strukturen sowie Vermarktung. Neben der Konkretisierung und der schrittweisen Umsetzung dieser Perspektiven ergab die Diskussion einerseits mit den Landesturnverbänden (u.a. im Rahmen der jährlichen GYMWELT Tagungen sowie der Bildungsdialoge), andererseits mit dem DOSB, mit Landessportbünden sowie mit anderen Sportverbänden (u.a. DBS) die Notwendigkeit der Ausdifferenzierung und Ergänzung.

Im Fokus der Angebote des Deutschen Turner-Bundes stehen dabei traditionell die Bereiche Fitness-Sport und Gesundheitssport. Jedoch wird auch Reha-Sport in einigen Landesturnverbänden qualitativ hochwertig angeboten – dies zumeist allerdings eingeschränkt auf spezielle „Schädigungsklassen“.

Prävention, Rehabilitation und Gesundheitsförderung

Auf der Grundlage von Festlegungen der WHO gilt:

- Prävention zielt auf die Vorbeugung und Verhinderung von gesundheitlichen Risikofaktoren, Schädigungen und Krankheiten.
- Rehabilitation bedeutet wörtlich „wieder fähig machen“, ist in einem engen Zusammenhang mit Behinderung und Schädigung zu sehen und umfasst Maßnahmen zur Wiederherstellung ebenso wie zur Ermöglichung eines selbstbestimmten Lebens.
- Gesundheitsförderung soll schließlich Menschen gezielt befähigen, selbst Kontrolle über ihre Gesundheit auszuüben und dadurch ihr physisches, psychisches und soziales Wohlbefinden zu verbessern. Ressourcenstärkung sowie die Entwicklung eines gesunden Verhaltens sowie gesundheitsstärkender Verhältnisse stehen hier im Vordergrund.

Die Angebotsbereiche Fitness-, Gesundheits- & Reha-Sport

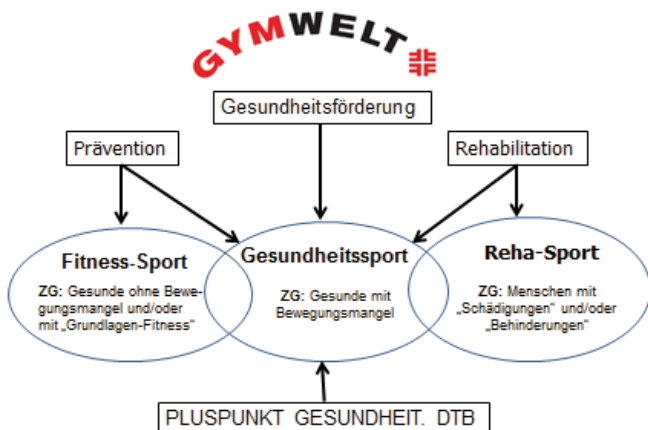
Fitness-Sport zielt insbesondere und systematisch auf die Stärkung von Fitnessfaktoren (Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Koordination, Entspannungsfähigkeit) – und damit auf einen zentralen Aspekt von Prävention. Eine solche Stärkung kann im Hinblick auf einzelne Fitnessfaktoren erfolgen wie z. B. bei einem Walking-Treff (hier insbesondere Ausdauer) oder auch „im Verbund“ von Fitnessfaktoren wie z. B. bei einer Fitnessgymnastik. Die zentrale präventive Qualität wird im Fitness-Sport insbesondere durch die Qualifikation der Übungsleiter und Leiterinnen gesichert. Diese sollten dementsprechend in der Lage sein, Übungen zur Stärkung der Fitnessfaktoren strukturiert und zielgruppengerecht durchzuführen.

Die Förderung einiger psychosozialer Ressourcen (insbesondere emotionales Erleben, soziale Einbindung) ist wichtig, erfolgt durch die Übungsleiter und -leiterinnen aber meist eher intuitiv als systematisch – wobei letzteres wünschenswert wäre.

Fitness-Sport fokussiert vor allem auf Jugendliche sowie auf Erwachsene bis in das hohe Seniorenalter, die bereits eine gewisse „Grundlagen-Fitness“ aufweisen und die diese Fitness erhalten oder verbessern wollen. Die Motive zur Teilnahme am Fitness-Sport reichen von „Fitness erhalten/verbessern“ und „Körper in Form halten“ über „sich dabei und danach wohlfühlen“ bis zu „soziale Einbindung erfahren“.

Vor diesem Hintergrund sind spezifischere Zielgruppenfestlegungen sinnvoll (z. B. entsprechend Fitness-Status, motivationalen Voraussetzungen, soziodemographischen Merkmalen).

Zum Angebotsspektrum zählen traditionelle Angebote der „funktionellen Gymnastik“ ebenso wie Fitnesstrends und das gerätegestützte Training. Die Angebote im Fitness-Sport setzen auf motivierende und abwechslungsreiche Inhalte (u.a.



Bewegungsformen aus anderen Kulturen) sowie Rahmenbedingungen (u.a. Musik, Materialien, Geräte, Natur).

Gesundheitssport besteht aus Angeboten bzw. Programmen die den „Kernzielen“ sowie den Qualitätsanforderungen einer Gesundheitsförderung im Sinne der WHO genügen:

- Stärkung physischer Ressourcen (Fitnessfaktoren) und damit auch
- Vermeidung und Minderung von physischen Belastungssymptomen, insbesondere Risikofaktoren.
- Stärkung psychosozialer Ressourcen (Wissen, Stimmung, Selbstwirksamkeit, Körperkonzept, Integration und Unterstützung) und damit auch
- Bewältigung von psycho-sozialen Belastungssymptomen (bzw. Beschwerden) sowie
- Aufbau eines stabilen Aktivitätsverhaltens (Bindung).
- **Entwicklung der Bewegungsverhältnisse (dazu gehört u.a. systematische Programmentwicklung & Evaluation, Übungsleiterausbildung, Aufbau von Vernetzungen und Qualitätszirkel, Schaffung günstiger infrastruktureller Voraussetzungen).**

Gesundheitssport wirkt damit primär präventiv (Ressourcenstärkung, Risikomeidung), ist weitergehend aber auch gezielt verhaltens- und verhältniswirksam (Gesundheitsförderung). Überschneidungen zwischen Gesundheitssport und Reha-Sport sind punktuell durch die Einbeziehung spezifischer Zielgruppen (s.u.), zwischen Gesundheitssport und Fitness-Sport durch Berücksichtigung von Zielsetzungen über eine Fitness Stärkung hinaus (s.o.) gegeben. Viele Einstiegsangebote aus dem Gesundheitssport können auch als „niedrigschwellige“ Dauerangebote des Fitness-Sports weitergeführt werden.

Gesundheitssport fokussiert insbesondere auf Erwachsene bis in das hohe Seniorenalter mit dem Risikofaktor Bewegungsmangel (Einstieger und Wiedereinsteiger), d.h. auf Personen mit nur geringer Fitness; auf Erwachsene mit spezifischen gesundheitlichen Problemen (z. B. Rückenschmerzen, Adipositas); sowie auf gesundheitlich besonders gefährdete Kinder und Jugendliche (z. B. mit starkem Übergewicht). Motive zur Teilnahme sind in den Zielgruppen der Erwachsenen zu Beginn insbesondere „gesundheitliche Probleme bewältigen“ und „Fitness verbessern“ – Dabeibleiber in den Angeboten ergänzen diese Gesundheitsmotive jedoch bald insbesondere um „sich dabei und danach wohlfühlen“ und „soziale Einbindung erfahren“. Vor diesem Hintergrund sind spezifischere Zielgruppenfestlegungen sinnvoll und notwendig (z. B. entsprechend motivationaler Voraussetzungen, soziodemographischer Merkmale, Fitness- und/oder Risikostatus, spezielle Beschwerden).

Die Qualität im Gesundheitssport wird gesichert durch strukturierte und dokumentierte Programme (Manuale), die erprobt und hinsichtlich ihrer Effekte evaluiert sind, weitergehend durch die Qualifikation der Übungsleiter, durch unterstützende interne und externe Vernetzungen (intern z. B. durch Qualitätszirkel, extern z. B. mit Krankenkassen, mit Kooperations-

Ärzten) sowie durch gute Rahmenbedingungen (z. B. Gruppengröße).

Rehabilitationssport (Reha-Sport) zielt – im Verbund mit den Maßnahmen der medizinischen Rehabilitation - auf eine Stärkung und Wiederherstellung grundlegender physischer und psychosozialer Ressourcen zur Ermöglichung eines selbstbestimmten Lebens bei Behinderung und Schädigung ebenso wie auf die Reduktion von damit zusammenhängenden gesundheitlichen Problemen. Reha-Sport beinhaltet damit

- einerseits die Ziele des Fitness-Sports, z.T. weitergehend des Gesundheitssports (je nach Zielgruppe);
- andererseits deren Ausrichtung an speziellen „Klassen“ von Behinderungen und Schädigungen (z. B. Diabetes, Osteoporose).

Eine Zielgruppenabgrenzung bezieht sich dementsprechend in erster Linie auf solche „Klassen“ von Behinderungen und Schädigungen, weitergehend können aber auch die spezifischeren Kriterien zur Zielgruppenfestlegungen des Gesundheitssports herangezogen werden (z. B. motivationale Voraussetzungen, soziodemographische Merkmale, Fitness-Status). Die Motive der Teilnehmer sind heterogen. Neben den für die Teilnehmer am Fitness- und Gesundheitssport genannten Motiven ist hier jedoch zentral die „Verbesserung des gesundheitlichen Zustands“ sowie „die Bewältigung alltäglicher Anforderungen“.

Teilweise liegen qualifizierte Angebote bzw. Programme für Gruppen vor: Darunter fallen Herzgruppen; Schlaganfallgruppen; Diabetesgruppen; Krebsnachsorgegruppen; Rücken- gruppen (Wirbelsäulenerkrankungen, Bandscheiben-prolaps etc.); Sport bei Osteoporose; Sport bei Atemwegserkrankungen (u.a. Asthma); Rheumagruppen; Suchtgruppen; Demenzgruppen (u.a. Parkinson & Alzheimer).

Auch die Qualität solcher Gruppenangebote im Reha-Sport sollte zukünftig gesichert werden: durch strukturierte und dokumentierte Programme (Manuale) die erprobt und hinsichtlich ihrer Effekte evaluiert sind; durch die Qualifikation der Sport-, bzw. Bewegungstherapeuten sowie der Übungsleiter; durch unterstützende interne und externe Vernetzungen sowie durch gute Rahmenbedingungen.

PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB

Das Qualitätssiegel PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB ist kompatibel mit dem Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT der Dachorganisation DOSB. Ein solches Siegel wird verliehen auf der Grundlage der Erfüllung folgender 6 Qualitätskriterien (Vgl. DOSB (o.J.); DOSB (2006); DTB (2008)):

1. Zielgruppengerechtes Angebot (insbesondere sollen die Kernziele des Gesundheitssports durchgängig durch Inhalte und Methoden in den Kursen umgesetzt werden).
2. Qualifizierte Leitung (*Übungsleiterausbildung „Sport in der Prävention“*).
3. Einheitliche Organisationsstruktur (u.a. Gruppengröße, Rhythmus und Dauer der Angebote).



4. Präventiver Gesundheits-Check (Gesundheitsvorsorgeuntersuchung).
5. Begleitendes Qualitätsmanagement (u.a. Beteiligung an Qualitätszirkel).
6. Der Verein als Gesundheitspartner (u.a. Kooperation und Vernetzung).

Es wird deutlich, dass falls diese sechs Qualitätskriterien ernst genommen werden sie (derzeit) vor allem auf Angebote des Gesundheitssports zutreffen - da nur dieser bislang konsistent an den „Kernzielen“ ausgerichtet ist. In Anbetracht der Zielgruppen müssten die Kriterien im Reha-Sport eigentlich ebenfalls durchgängig gelten. Vereinzelt sind die sechs Kriterien sicher auch im Fitness-Sport zu erfüllen.

Präventionsgeprüfte Gesundheitssportprogramme

Der Deutsche Turner-Bund hält für seine Übungsleiter eine Reihe von Programmen bereit, die mit dem Qualitätssiegel PRÄVENTIONSGEPRÜFTE Gesundheitssportprogramme ausgezeichnet sind. Voraussetzungen für eine solche Auszeichnung sind insbesondere:



- Das Vorliegen eines (möglichst veröffentlichten) Kursmanuals, in dem zumindest 12 Kurseinheiten exemplarisch beschrieben und Kursmaterialien enthalten sind.
- Das Vorliegen von zwei Gutachten, die bestätigen, dass die Kernziele des Gesundheitssports inhaltlich und methodisch adäquat umgesetzt sind und dass durchgehend Bezüge zur eindeutig definierten Zielgruppe hergestellt werden können.
- Das Vorliegen (wenigstens) einer Evaluation, die wissenschaftlichen Mindeststandards genügt und ebenfalls im Rahmen der genannten Gutachten geprüft wurde.

Das Siegel PRÄVENTIONSGEPRÜFTE Gesundheitssportprogramme ist Kern einer Kooperationsvereinbarungen zwischen dem Deutschen Turner-Bund, dem Verband der Ersatzkassen (vdek) sowie weiterer Krankenkassen. Kostenrückerstattung durch diese Kassen für die Teilnehmer ist dementsprechend in allen Kursen möglich in denen ein PRÄVENTIONSGEPRÜFTE Gesundheitssportprogramme vorliegt und zusätzlich die qualifizierte Leitung, bzw. der PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB nachgewiesen werden kann (Vgl. DTB 2013).

Gesundheitsfördernde Lebenswelten in Turn- und Sportvereinen

Der Deutsche Turner-Bund (DTB), als Fachverband für Gesundheitssport, hat sich als Schrittmacher in Fragen der Qualitätssicherung etabliert und ist bzw. bleibt somit der erste Ansprechpartner für hochwertige, qualitätsgesicherte Gesundheitssportangebote im Verein. Der DTB hat sich zum Ziel

gesetzt, den Übungsleitern und Vereinen vor allem solche Kursprogramme anzubieten, die konsequent an den Kernzielen von Gesundheitssport orientiert und auf ihre Wirksamkeit hin überprüft sind.

Die Initiativen zur Stärkung der Prävention heben einerseits auf Maßnahmen zur „Vorbeugung von Risikofaktoren und Krankheiten, Früherkennung sowie Verhütung der Verschlimmerung von Erkrankungen“ ab, stellen dabei aber andererseits die Bedeutsamkeit einer Gesundheitsförderung heraus, verstanden als Aufbau von individuellen Kompetenzen, gesunden Verhaltensweisen sowie gesundheitsförderlichen Strukturen. Ganz im Sinne eines modernen „New Public Health Ansatzes“ wird dabei betont, Unterstützung beim Aufbau und bei der Stärkung individueller gesundheitsbezogener Ressourcen zur Vermeidung von Erkrankungen (einschließlich gesunder Verhaltensweisen);

- Unterstützung beim Aufbau und der Stärkung gesundheitlicher Strukturen in Lebenswelten (Settings).

Für Turn- und Sportvereine, die die Möglichkeiten der Gesundheitsförderung durch sportliche Aktivität systematisch nutzen wollen und neuen, für sie bisher nur schwer erreichbaren Zielgruppen (z. B. Personen mit dem Risikofaktor Bewegungsmangel) neue Wege eröffnen wollen, bietet sich der Aufbau eines eigenständigen Bereichs mit Gesundheitssportangeboten an. Dabei sollte darauf geachtet werden, dass geeignete Qualitätsstandards in der Versorgungspraxis angewandt werden. Hierzu empfiehlt sich die Kooperation mit Partnern aus dem Gesundheitswesens (z. B. Ärzten, Krankenkassen, öffentlicher Gesundheitsdienst).

Die Weiterentwicklung der gesundheitlichen Prävention und Gesundheitsförderung im Deutschen Turner-Bund muss durch Modellvorhaben intensiviert werden – inklusive einer hochwertigen Programmevaluation. Hierzu sind Kooperationen notwendig, mit den sozialen Präventionsträgern und ihren Verbänden, einerseits sowie mit der Sport- und Gesundheitswissenschaft andererseits.

Insgesamt kann der Turn- & Sportverein allerdings noch mehr sein als der Anbieter von gesundheitsförderlichen Aktivitäten für unterschiedliche Zielgruppen. Er befindet sich als originärer Knotenpunkt in einem kommunalen Netzwerk mit unterschiedlichen Institutionen und Settings, die sich gegenseitig auch in der Entwicklung von gesunden Lebensstilen beeinflussen. Dabei kann der Verein auf einige Rahmenbedingungen von Gesundheit Einfluss nehmen:

- Speiseangebote im Clubhaus oder am Getränkeautomaten verhindern oder ermöglichen die Auswahl gesundheitsfördernder Nahrungsmittel.
- Mit der Architektur wird – u.a. durch Beschallung und Beleuchtung, Raumgröße und Farbgebung – auch das Wohlbefinden beeinflusst.

- Ökologische Aspekte wie die Begrünung einer Anlage, schadstofffreie Baumaterialien, funktionierende Frischluftzufuhr können positive Auswirkungen auf die „Ökologie des Körpers“ haben.
- Sanitäre Einrichtungen wie komfortable Duschen, Entmüdungsbecken, Sauna und Ruheräume können den Gesundheitsgewinn intensivieren.

Neben diesen Rahmenbedingungen, die in einem „Gesundheits-Audit“ zusammengefasst und durch eine(n) Vorstand-beauftragte(n) weiterentwickelt werden können, verfügt der Verein über zahlreiche Kontakte mit gesundheitsfördernder Relevanz. So kann z. B. durch die Zusammenarbeit mit Kinderärzten und Kindergärten frühzeitig ein Angebot für Kinder mit motorischen Dysbalancen gemacht werden, über Krankenkassen eher vereinsferne Zielgruppen angesprochen werden, durch die Kooperation mit Schulen oder karitativen Einrichtungen die Fortsetzung von gesundheitsförderlichen Sportangeboten in den jeweiligen Einrichtungen sichergestellt werden.

Zusammenfassend können wir feststellen, dass das flächendeckende Angebot an Turn- und Sportvereinen in Deutschland ideale Voraussetzungen bietet für die weitere Entwicklung des Gesundheitssportes im Kontext moderner Konzepte der Lebenswelten orientierten Gesundheitsförderung. Dabei sollten die Ansätze zur Qualitätssicherung der Angebote des Gesundheitssportes weiter entwickelt und strukturell verankert werden (Vgl. Bös, K., Breuer, C., Brehm, W., Hartmann, H., Pauly, P., Rühl, J., Schulke, H., Tiemann, M. & Troschke, J.v. 2005).

2. Einleitung

In vielen Vereinen, die unter Turnen ihre Mitglieder melden, gehört eine breite Palette an Gesundheitssportangeboten inzwischen zum Standard. Der Gesundheitssport ist nicht das originäre Ziel des organisierten Sports, dennoch steigt die Nachfrage nach Fitness und gesundheitsorientierten Angeboten seit den 80er Jahren kontinuierlich an. Der DTB und seine Landesturnverbände (LTV) haben seitdem die Vereine in ihrem Vorhaben motiviert und unterstützt, ihren Mitgliedern entsprechende Angebote zu unterbreiten. Dazu wurden Organisationsstrukturen aufgebaut, die DTB-Ausbildungsordnung um entsprechende Aus-, Fort- und Weiterbildungen ergänzt, ein Wissenschaftlicher Beirat eingerichtet, verbandspolitische Kampagnen initiiert und das Qualitätssiegel Pluspunkt Gesundheit.DTB eingeführt.

Allein das Durchführen von gesundheitsorientierten Angeboten im Verein reicht jedoch nicht aus, um nachhaltig und ganzheitlich Verhaltensänderungen zu unterstützen, damit neue Mitglieder zu gewinnen und die Gesundheit der Mitglieder zu fördern. Hierzu ist es wichtig, die Verbesserung der Bewegungsverhältnisse in den Blick zu nehmen; wie z. B. das Schaffen von kommunalen Netzwerken, das Anbieten von Vorträgen und Informationsveranstaltungen zu ausgesuchten Themenstellungen rund um die Gesundheit, die Verbesserung des Angebots vereinseigener Gaststätten u.v.m.. Auch Kooperationen mit Betrieben, Schulen und Kindergärten gehören dazu.

Es zeigt sich auch immer, wenn mit Gesundheitssportprogrammen spezielle Zielgruppen, wie übergewichtige Erwachsene, übergewichtige Kinder, Migranten, sozial Schwächere, sturzgefährdete Senioren oder ähnliche angesprochen werden, dass sich die Teilnehmergewinnung für Übungsleiter und/oder Vereine schwierig darstellt.

Denn im Gegensatz zu den bekannteren Gesundheitssportprogrammen für Erwachsene wie z. B. Rückenschule, Walking usw., die eine breitere Masse ansprechen, können spezielle Zielgruppen wie übergewichtige Kinder oder Migranten nicht oder nur schwer direkt angesprochen werden. Ein weiteres Problem kann z. B. auch sein, dass die Zielgruppe eine Teilnahme an entsprechenden Angeboten scheut, da sie damit eingesteht, betroffen zu sein – so sehen sich „Übergewichtige“ nicht als solche oder Senioren mit Funktionseinschränkungen fühlen sich noch nicht angesprochen, da sie noch nicht zum „Alten Eisen“ gehören wollen. Sie müssen häufig von Dritten überzeugt und gewonnen werden.

Eine Ausschreibung in einer Vereinszeitschrift, ein Plakat, eine kleine Ankündigung in der Tageszeitung oder ähnliches reichen alleine nicht mehr aus. Vielmehr muss eine intensive Öffentlichkeitsarbeit für solche speziellen Programme betrieben werden, um z. B. über größere redaktionelle Beiträge in der regionalen Presse, Informationsveranstaltungen, Gesundheitstage und vieles mehr für das Thema und entsprechende Programme zu sensibilisieren, darüber zu informieren und somit Teilnehmer zu gewinnen.

Besser noch ist die Vernetzung und Kooperation mit Ärzten, Schulen, Kinderhorts, Senioreneinrichtungen, Ausländervereinen etc., die gegebenenfalls im direkten Gespräch die Teilnahme empfehlen. Dies wiederum bedeutet, dass sich Vereine und Übungsleiter, die solche Gesundheitssportprogramme für spezielle Zielgruppen anbieten wollen, bereits weit im Vorfeld der Veranstaltung mit entsprechenden Institutionen vernetzen und kooperieren müssen.

Mit dieser Aufgabenstellung tun sich die Vereine jedoch schwer. Bisher gibt es auch weder eine systematische Aufarbeitung darüber, was unter einem „Gesundheitspartner“ und einem „gesunden Setting Verein“ zu verstehen ist, noch gibt es systematisch aufgearbeitete Vereinsbeispiele dazu. Es benötigt jedoch viele gute Beispiele aus Vereinen, die als Vorbild und/oder Ideengeber fungieren: Vereine, die Gesundheitsförderung in den unterschiedlichsten Bereichen betreiben – auch über reine Sportangebote hinaus – und dabei auf verschiedene Zielgruppen in allen erdenklichen Altersstufen eingehen – auch mit Hilfe von Kooperationen und Vernetzungen z. B. mit Schulen, Seniorenwohnheimen, Ärzten oder anderen Einrichtungen.

Die Notwendigkeit, sich als Gesundheitspartner zu präsentieren und sich hin zu einem gesunden Setting zu entwickeln, ist für alle Vereine interessant, die sich mit dem Thema Gesundheit und Gesundheitssport auseinander setzen.

Diese Broschüre „Verein als Gesundheitspartner“ bietet Hintergrundinformationen, Argumentationshilfen zur Notwendigkeit und zur Bedeutung dieses Bereichs sowie vielen Praxisbeispielen.

Die Zielsetzung „Verein als Gesundheitspartner“ wird erläutert und es werden systematisch die Bereiche, die einen regionalen Gesundheitspartner bzw. die ein gesundes Setting ausmachen, aufbereitet und mit Umsetzungsbeispielen aus den Vereinen unterlegt.

Die gesammelten Praxisbeispiele vermitteln einen umfassenden Überblick bezüglich der Aktivitäten von Vereinen in den Bereichen Kooperationen, Netzwerke sowie Entwicklung zu einem gesunden Setting.

Darüber hinaus finden die Ergebnisse des Projektes Eingang in Aus- und Fortbildungen, werden durch verbandspolitische Kampagnen zum Gesundheitssport bzw. Qualitätssiegel Pluspunkt Gesundheit.DTB transportiert und werden zum Ausbau des umfassenden Dienstleistungsangebots zur Vereinsentwicklung unter der Marke „Gymwelt“ herangezogen.

3. Verein als Gesundheitspartner

Die Sportlandschaft der deutschen Turn- und Sportvereine hat sich in den letzten Jahrzehnten bedeutend geändert. Neue Sportangebote und Trends wie Aerobic oder Fitnessstraining haben Einzug in die Angebotsvielfalt der Vereine gehalten. Der Breiten- und Gesundheitssport wird immer populärer und setzt neue Akzente gegenüber dem Leistungs- und Wettkampfsport.

Bisher haben sich die Vereine, die im Bereich der Gesundheitsförderung aktiv waren, vorwiegend mit dem individuellen Ansatz der Gesundheitsförderung beschäftigt. D.h., sie haben Gesundheitssportangebote entwickelt und im Verein integriert, z. B. Rückenschulen, Walking-Kurse usw. Bei Kursangeboten aus dem Bereich Gesundheitssport wurde eine Kooperation mit Krankenkassen angestrebt. Krankenkassen übernehmen dabei einen Teil der Kursgebühren, die zusätzlich zu den Vereinsmitgliedsbeiträgen anfallen.

Bereits jetzt bieten viele Turn- und Sportvereine Angebote aus dem Bereich Fitness und Gesundheit an. Gerade mit den Angeboten aus dem Bereich Gesundheitssport stehen sie nicht nur untereinander mit den örtlichen Turn- und Sportvereinen in Konkurrenz, sondern auch in direkter Konkurrenz zu kommerziellen Anbietern wie Krankenhäusern mit Gesundheitszentren, Physiotherapieeinrichtungen, Rehabilitationskliniken oder Fitnessstudios. Das stellt eine besondere Herausforderung für Sportvereine dar. Doch Turn- und Sportvereine können sich als kompetenter Partner etablieren, wenn sie Vernetzungen oder Kooperationen mit Betrieben, Schulen, Senioreneinrichtungen o. Ä. anstreben. Dabei muss der Verein auch nach außen darstellen, dass er durch qualifizierte Übungsleiter im Vergleich zu kommerziellen Anbietern ein besseres Preis-Leistungs-Angebot aufweisen kann. Im Gegensatz zu vielen kommerziellen Anbietern, bietet ein Turn- und Sportverein zudem ein umfassendes Netzwerk bzw. soziales Gefüge, das Menschen bei der Bewältigung von Krankheiten oder Behinderung hilft und so physische wie psychosoziale Ressourcen stärkt (vgl. Bals et al., 2008).

Schon seit Jahren zeichnet sich ab, dass es bei der Weiterentwicklung von Gesundheitsförderung und Gesundheitssport nicht mehr nur darum geht, Gesundheitssportangebote zu entwickeln und anzubieten. Vielmehr wird es in den nächsten Jahren Aufgabe der Vereine und Verbände sein, Gesundheitsförderung als Vereinsziel zu etablieren und entsprechende Strukturen zu schaffen bzw. sie zu ändern.

Nur wenn Vereine die immense Bedeutung der Gesundheitsförderung für ihre Zukunft – um nicht zu sagen „für ihr Überleben“ – erkennen und dieser Bedeutung auch strukturell und finanziell Rechnung tragen, werden sie den Sprung vom Gesundheitssportanbieter zum „gesundheitsförderlichen Lebensbereich Verein“ schaffen. Strukturell kann die Umsetzung erfolgen, indem beispielsweise Gesundheitssportabteilungen oder Vorstandsposten mit diesem Aufgabenbereich eingerichtet werden. Auf der finanziellen Ebene ist dies durch höhere Investitionen in den Bereich Gesundheitsförderung, z. B. bei der Ausbildung und Bezahlung der Übungsleiter, möglich.

Dass diese Entwicklung für den Verein sehr wichtig werden kann, belegen folgende Fakten:

1. Die Bevölkerung in Deutschland nimmt ab, und damit auch die Zahl der Mitglieder in den Vereinen bzw. die Zahl potenzieller Teilnehmer an Gesundheitssportangeboten des Vereins. Gleichzeitig sind bislang nur ca. 20 Prozent der erwachsenden Bevölkerung regelmäßig sportlich aktiv. D.h., Vereine müssen stärker diejenigen erreichen, die noch keinen Zugang zum Sport haben und dabei mehr auf Qualität, als auf Quantität setzen. Dabei spielt die öffentliche Wahrnehmung der Kompetenz der Vereine eine große Rolle. Neben dem erwarteten Mitgliederrückgang wird sich die Zusammensetzung der Vereinsmitglieder ändern. Die Anzahl der Kinder und Jugendlichen wird zurückgehen, während die Anzahl der Älteren zunehmen wird.
2. Öffentliche Mittel bzw. Mittel der Krankenkassen werden in Zukunft mehr in strukturelle statt in individuelle Förderungen fließen.
3. Die Zahl der konkurrierenden Anbieter steigt und diese müssen sich auf einem schrumpfenden Markt durchsetzen. Neben den Inhalten der Gesundheitssportangebote, auf denen bisher der Fokus lag, spielt bei der Entscheidung des Endverbrauchers für einen Anbieter das Alleinstellungsmerkmal der gesundheitsförderlichen Struktur eine immer größere Rolle.

4. Kooperationen und Netzwerke

In den letzten Jahren nehmen Kooperationen und Netzwerke in den Medien einen immer größeren Raum ein. Mittlerweile gibt es auch im organisierten Sport zahlreiche Bemühungen Kooperationen und Netzwerke zu initiieren und voranzutreiben. Dazu kommt, dass in vielen Veröffentlichungen der Begriff Kooperation und Netzwerk analog benutzt wird. Was ist der Unterschied zwischen einer Kooperation und einem Netzwerk. Gibt es Gemeinsamkeiten? Und warum sollte ein Verein diesen Weg betreten? In diesem Kapitel werden zuerst die Begrifflichkeiten definiert, die Vorteile herausgestellt und zum Abschluss wird ein Weg zur erfolgreichen Kooperation bzw. zu einem erfolgreichen Netzwerk aufgezeigt.

4.1 Kooperation

Bei Kooperationen arbeiten zwei oder mehrere selbständige Akteure an einem Projekt, um ein gemeinsam formuliertes Ziel zu erreichen (vgl. Schulenburg, K. 2002). Dabei werden zwei Grundprinzipien unterschieden. Das Ziel einer Kooperation kann entweder ein neues Produkt sein, das nur in Zusammenarbeit mit dem Kooperationspartner entwickelt werden kann; auch synergetische Kooperation genannt. Oder es handelt sich um eine additive Kooperation, dann werden Abläufe zusammengefasst. Mit Hilfe der Zusammenfassung von gleichen bzw. ähnlichen Aufgaben und Prozessen können gute Erfolge mit weniger Aufwand erzielt werden.

Als Beispiel einer synergetischen Kooperation kann an dieser Stelle das „Drei-Gänge-Menü“ der TuS Bösinghoven genannt werden, das sich aus verschiedenen Ernährungsseminaren, Kochprojekten und Bewegungseinheiten zusammensetzt. Durch die Kooperation mit einer Ernährungsberaterin konnte in Meerbusch-Bösinghoven dieses Ernährungs- und Bewegungsangebot ins Leben gerufen werden.

Ein Beispiel für eine additive Kooperation ist die Zusammenarbeit von zwei Vereinen, die in derselben Schule Angebote durchführen und sich bei der Anschaffung von neuen Geräten oder sonstigen Materialanschaffungen ergänzen bzw. absprechen.

4.1.1 Motive für Kooperationen

Kooperationen können den Handlungsspielraum von Turn- und Sportvereinen erweitern und wirken sich positiv auf das Ansehen des Vereins aus. Eltern, Kommunen oder Sponsoren reagieren auf diese Öffnung positiv (vgl. Breuer, 2010 WLSV). Zudem können Kooperationen helfen auf gesellschaftliche Entwicklungen entsprechend zu reagieren.

Für die Initiierung einer Kooperation gibt es verschiedene Motive. Die Motive werden in drei unterschiedliche Gruppen unterteilt, die aber nicht getrennt voneinander betrachtet werden sollten.

1. Kooperationsmotive mit technischem Bezug
2. Kooperationsmotive mit wirtschaftlichem Bezug
3. Kooperationsmotive mit sozialem oder organisatorischen Bezug

(vgl. Kircher, 2008)

Unter Kooperationsmotiven mit technischem Bezug wird der Gewinn von zusätzlichem Know-How und Synergieeffekten zusammengefasst. Hier kann das Beispiel der TuS Bösinghoven genannt werden, die von dem Fachwissen einer Ernährungsberaterin profitierten und so eine neues Angebot entwickeln konnte, wodurch das Generieren zusätzlich neuer Mitglieder ermöglicht wurde.

Bei Kooperationen mit wirtschaftlichem Bezug geht es in erster Linie um die Reduzierung von Kosten. Hier stehen finanzielle Anreize im Vordergrund, die z. B. in Form einer gemeinsamen Anschaffung erfolgen können.

Soziale oder organisatorische Motive für den Aufbau von Kooperationen können u. a. der Austausch von Informationen, die Verbesserung der Außendarstellung des Vereins oder der Vertrauensaufbau für weitere Projekte/Zusammenarbeiten sein.

4.1.2 Kooperationspartner finden

Bevor ein Verein sich überlegt, welche Institutionen für Kooperationen in Frage kommen, sollte er sich über seine Stärken und Schwächen im Klaren sein und sich sicher sein in welche Richtung er sich entwickeln möchte. Dabei sollte er die Vereinsphilosophie oder falls vorhanden das Leitbild des Vereins immer vor Augen haben. Im zweiten Schritt sollte dann überlegt werden, ob der potentielle Kooperationspartner ähnliche Werte und Ziele hat und ob die verschiedenen Organisationsstrukturen und –abläufe miteinander vereinbar sind. Damit am Ende Vertrauen und Fairness zwischen den Partner besteht sollte ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Geben und Nehmen herrschen.

(vgl. BMWI, 2008)

4.2 Netzwerke



Bild: DTB

Netzwerke sind u.a. in der Computerwelt vertreten, in der Betriebswirtschaftslehre wird von Netzwerkorganisationen gesprochen und in der Soziologie bzw. Psychologie wird der Begriff soziale Netzwerke verwendet. Soziale Netzwerke sind im Moment auch im Internet sehr populär, da über das Internet Menschen und Gruppen problemlos weltweit verbunden werden können.

Bildlich gesehen besteht ein Netzwerk aus Elementen/Knoten und den dazwischen laufenden Verbindungs- bzw. Netzlinien. Die Knoten repräsentieren dabei die Akteure und die Linien die Beziehungen zwischen diesen. Unter Vernetzung kann somit die aktive Verbindung der Elemente/Knoten in Form von Beziehungen verstanden werden (Vgl. Christa, H. 2011).

Diese sozialen Interaktionen und Beziehungen zwischen Personen oder Gruppen sind meist unsichtbar und ortsunabhängig (vgl. Strauss 2002).

Nach Trojan und Süß sind soziale Netzwerke relativ dauerhaft und besitzen nur geringe oder keine formalisierten Beziehungsstrukturen. Aufgrund der informellen Strukturen stellen sie einen Gegensatz zu den funktionellen Verknüpfungen bei Institutionen und Organisationen dar. Beispielsweise gibt es bei Organisationen klare Grenzen und Vorschriften, wer dieser Organisation beitreten darf. Ein soziales Netzwerk hingegen besitzt keine genauen Grenzen und die Frage der Mitgliedschaft ist hier viel schwieriger zu klären, bzw. sie sind neuen Mitgliedern gegenüber offener. (vgl. Aderhold, J. 2004) Soziale Netzwerke können soziale Unterstützung bieten und aus ihnen können soziale Aktionen entstehen. (Vgl. BzgA)

Der Ansatz von Netzwerkarbeit geht davon aus, dass durch die Zusammenarbeit von mehreren Akteuren - das Vernetzen – die Lösungen von Problemen leichter gefunden werden.

In der Theorie wird zwischen verschiedenen Netzwerken unterschieden. So gibt es auf der einen Seite private/soziale oder informelle Netzwerke und auf der anderen Seite interorganisationale bzw. formale Netzwerke. Freundschaftsnetzwerke sind beispielsweise keine zielgerichteten Beziehungen und können unbewusst entstehen. Interorganisationale Netzwerke hingegen sind interessengeleitet und zielen bewusst auf Kooperationen oder Abmachungen ab. (Evers und Badura, 2004)

Systematisch werden drei Formen unterschieden:

primäre Netzwerke	Familie, Verwandte, Haushaltsangehörige und Freunde des Einzelnen
sekundäre Netzwerke	Vor allem selbstorganisiert soziale Gebilde im eigenen Lebensraum (wie Selbsthilfegruppen), aber auch höhergradig organisierte Vereinigungen und Verbände, wie Pro Familia u.a.
tertiäre Netzwerke	Professionelle Hilffssysteme, d.h. Beratungsstellen, Arztpraxen, Sozialstationen, Krankenhäuser, Pflegeheime u. a. m.

(Vgl. Trojan, A. & Süß, W., BzgA)

Die im Folgenden aufgelisteten Merkmale zeichnen Netzwerke aus:

- umfassen mehrere bis viele rechtlich, selbständige Akteure
- haben ein gemeinsames Anliegen/Thema
- sind „atmende Gebilde“ mit Ausdehnungs- und Schrumpfphasen
- dienen dem Austausch von Informationen
- sind oft der Geburtsort von Projekten
- beinhalten Kooperationen
- sind relativ komplex

(vgl. Schulenburg, K. 2002)

4.2.1 Chancen von Netzwerken

Die Förderung von sozialen Netzwerken hat in den letzten Jahren enorm zugenommen. Hintergrund hierfür ist der Rückgang von traditionellen Netzwerken wie der Familie und der aus ihr resultierenden sozialen Unterstützung. Die Veränderungen im Bereich der sozialen Netzwerke werden u.a. bedingt durch eine erhöhte berufliche und soziale Mobilität. Die Zahl von Ein-Personen-Haushalten nimmt zu und es erfolgt eine gesamtgesellschaftliche Entwicklung von Individualisierung und der daraus resultierenden Zunahme von verschiedenen Lebenslagen und Lebensweisen.

(Vgl. BzGA)

Mit Hilfe von Netzwerkarbeit sollen individuelle Ressourcen aktiviert und gestärkt sowie Aktivitäten, Maßnahmen und Programme kommunaler Institutionen und Initiativen koordiniert und aufeinander abgestimmt werden.

(Vgl. Janitz, A. 2005)

Gut strukturierte Netzwerke bieten enorm viel Potential für deren Akteure. Dementsprechend vielfältig sind die Gründe für die Initiierung oder Teilnahme an Netzwerken. Die zentralen Vorteile und Gewinne werden im Folgenden aufgezählt.

1. Steigerung der Qualität und Akzeptanz des Angebotes

Netzwerkarbeit kann zur allgemeinen Qualitäts- und Akzeptanzverbesserung des Angebots beitragen. Durch bessere Abstimmungen können bedarfsgenauere Angebote und Maßnahmen erfolgen. Zudem wird der Informations- und Erfahrungsaustausch optimiert. Eine bessere und transparentere Informationsmöglichkeit für Bürger und Vereinsmitglieder ist möglich und durch ein gebündeltes Auftreten wird die Akzeptanz bei der Bevölkerung und im politischen Raum größer. Die Bürger und die Stadt/Kommune müssen sich nur noch an einen Ansprechpartner wenden und erhalten dann die benötigten Informationen.

2. Ressourcenbündelung und bessere Ressourcennutzung

Netzwerkarbeit kann dazu beitragen Kosten und Arbeitsaufwand zu senken, indem Synergieeffekte genutzt werden. Dies erfolgt z. B. aufgrund von gemeinsamer Planung und Durchführung von Veranstaltungen, Projekten und Aktionen. Die gemeinsame Öffentlichkeitsarbeit kann beispielsweise ebenfalls die Kosten einer einzelnen Institution senken.

3. Erschließung neuer Finanzquellen

Das gemeinsame Auftreten und die gemeinsame Ansprache und Akquise fördert die Erschließung neuer Finanzquellen. Nicht zuletzt können durch den Wissenstransfer bzw. -austausch neue Projektförderungsmöglichkeiten gefunden werden.

4. Optimierung der eigenen Arbeit

Das Lernen von und mit anderen kann zu einer Verbesserung und Weiterentwicklung der eigenen Arbeit führen.

Zudem kann sich das Verfolgen eines gemeinsamen Ziels/Themas positiv auf die Motivation und das Durchhaltevermögen der einzelnen Netzwerkteilnehmer auswirken. Ein weiterer Vorteil von Netzwerken bietet eine Plattform für die Identifizierung und Lösung von gemeinsamen Problemen.

4.2.2 Faktoren für Erfolg und Misserfolg in einem Netzwerk

Verschiedene Faktoren tragen zum Erfolg bzw. Misserfolg von Netzwerken bei. Dabei ist es unabhängig davon, mit welchem Hintergrund das Netzwerk initiiert wurde.

Diese Faktoren sollten auch von Turn- und Sportvereinen berücksichtigt werden, die bereits in einem Netzwerk aktiv sind, bzw. über einen Beitritt nachdenken. Ein Netzwerk ist nur dann effizient, wenn bestimmte Regeln von den Akteuren berücksichtigt werden.

Die Akteure eines Netzwerkes benötigen gegenseitiges **Vertrauen** und eine gewisse **Offenheit** den anderen Akteuren gegenüber. Die **Bereitschaft für die Investition** von **Zeit** und **Aufwand** sollte gegeben sein. Es sollten stets **konkrete Vereinbarungen** getroffen und **verbindliche Absprachen** sollten eingehalten werden. Dabei muss die **Autonomie der einzelnen Beteiligten** gewährleistet bleiben. Bezeichnend in der Netzwerkarbeit ist der **Verzicht auf Hierarchien**. Die Akteure sollten **freiwillig** und **themenbezogen** zusammenarbeiten. Die Dauer der Mitarbeit in einem Netzwerk ist variabel und sollte nur solange erfolgen, wie die Akteure sich einen Nutzen von der Mitarbeit versprechen.

(nach Walk und Brunnengräber 2000)

Wichtigste Misserfolgskriterien sind:

- Unklare Ziele
- Ziele, die nur sehr langfristig erreichbar sind
- Zeitknappheit der Akteure
- Akteure müssen sich zu sehr den Interessen ihrer Institution unterordnen
- Konkurrenz zwischen den Akteuren
- Abwesenheit eines Moderators

(vgl. Schulenburg, K. 2002)

Erfolgreiche Netzwerkbeispiele finden Sie im zweiten Teil dieser Broschüre.

4.3 Kooperation und Netzwerk – das Fazit

In der folgenden Tabelle sind die Merkmale von Netzwerken und Kooperationen noch einmal gegenübergestellt.

Kooperationen	Netzwerke
Zwei oder mehrere selbständige Akteure (überschaubare Anzahl von Akteuren)	mehrere selbständige Akteure, Anzahl der Netzwerkteilnehmer ist nicht immer klar
gemeinsames Ziel	wenig gemeinsame Zielsetzungen, dafür gemeinsames Anliegen/Thema
konkretes Projekt	sind „atmende Gebilde“ mit Ausdehnungs- und Schrumpfphasen
weniger komplex als Netzwerke	Austausch von Informationen
	Geburtsort von Projekten
	beinhaltet Kooperationen
	komplexes Gebilde

(vgl. Payer, H. 2008; Schulenburg, K. 2002)

Der Trend zu vermehrten Vernetzungsaktivitäten im Bereich der Gesundheitsförderung wird durch die fehlende Transparenz im Gesundheitswesen unterstützt. Hinzu kommen mangelnde Kommunikation und Abstimmungen im System der gesundheitlichen und sozialen Versorgung. Föderalistische Strukturen, die Selbstverwaltung einzelner Organe, unzureichende Integration und Verzahnung von Versorgungsstrukturen im Gesundheitswesen, erschweren den Erfolg von Gesundheitsförderung. Funktionierende Netzwerke werden als hoffnungsvolle Antwort auf diese Problematiken genannt. Mit der zentralen und bürgernahen Struktur eines Netzwerkes ist das Reagieren auf die Bedürfnisse von Bürgern direkter und zeitnah möglich. Gesellschaftliche Problemstellungen können schneller und effektiver bearbeitet werden.

Die im Kapitel 4.2.1 aufgeführten Chancen eines Netzwerkes werden besonders im Bereich der Gesundheitsförderung deutlich. Die immer härter werdenden wettbewerblichen Bedingungen und der Zwang zum effektiven Ressourceneinsatz in Zeiten immer knapper werdenden öffentlichen Mittel im Gesundheitsbereich, verdeutlichen Akteuren immer mehr die Notwendigkeiten von Netzwerken. Nicht zu vergessen ist der bereits angesprochene Synergieeffekt zwischen den kooperierenden Organisationen, die Vermeidung von Doppelangeboten und unnötige Konkurrenz bei funktionierenden Netzwerken.

(Vgl. Bornhoff et al. 2003)

Mögliche Partner für Turn- und Sportvereine werden im Folgenden kurz aufgelistet.

- Kommunale Stellen (Sportamt oder sonstige Ämter)
- Kirchengemeinden – Träger von Alten- bzw. Jugendarbeit
- Andere Sportvereine
- Sportverbände
- Partner aus der Wirtschaft
- Gesundheitseinrichtungen – Ärzteschaft
- Senioren- bzw. Jugendeinrichtungen
- Krankenkassen
- Politische Entscheidungsträger und Experten
- Tourismusorganisationen
- Wohnungsbaugesellschaften
- Kulturzentren
- Migranteneinigungen
- Schulen

(vgl. DOSB, 2010)

Zahlreiche Praxisbeispiele finden Sie im zweiten Abschnitt dieser Broschüre. Die Praxisbeispiele wurden anhand von Zielgruppen gruppiert.

4.4 Der Weg zu einer erfolgreichen Kooperation bzw. der Prozess zur Gründung eines Netzwerkes

Damit von einer erfolgreichen **Kooperation** zwischen zwei Kooperationspartnern gesprochen werden kann bedarf es einer ordentlichen Planung. Von der Idee über die Umsetzung bis hin zur Beendigung einer Kooperation gilt es dabei die fünf, folgend erläuterten, Phasen einer Kooperationslaufzeit zu kennen und die Regeln dieser zu befolgen.

Phase 1: Initialentscheidung

In der ersten Phase liegt das Hauptziel darin heraus zu finden, ob überhaupt eine Kooperation durchgeführt werden soll. Dies erfolgt im ersten Schritt anhand einer Analyse der Ausgangssituation die einen Überblick der Leistungsfähigkeit, Position sowie des Umfeld eines Unternehmens aufzeigen soll. Anschließend wird die Attraktivität einer Kooperation bewertet bei der entschieden werden muss, ob die Erstellung der Leistung vereinsintern oder extern erfolgt. Zum Abschluss werden die Kooperationsziele möglichst konkret festgelegt.

Phase 2: Partnerauswahl und -selektion

In der zweiten Phase werden zuerst alle potenziellen Kooperationspartner identifiziert, die aus den bereits bestehenden Geschäftsbeziehungen stammen oder gänzlich neue Kontakte des Unternehmens darstellen können. Mit Abschluss der Identifizierung der Kooperationspartner findet die Auswahl eines oder mehrerer potenzieller Partner statt. Die ausgewählten potenziellen Kooperationspartner müssen nun für die Zusammenarbeit gewonnen werden, indem das Erfolgspotenzial und die Vorteilhaftigkeit an einer Zusammenarbeit aufgezeigt werden.

Phase 3: Gestaltung

Nachdem eine Zusammenarbeit mit einem Kooperationspartner getroffen wurde, muss diese rechtlich und organisatorisch gestaltet werden. Dabei muss die rechtliche Gestaltung, die von hoher Relevanz ist, schon vor Umsetzung der Kooperation geklärt werden. Organisatorisch lassen sich Kooperationen nach Dauer, nach dem Formalisierungsgrad der Zusammenarbeit und der Ressourcenzuordnung bei der eine hohe Transparenz von Vorteil ist, gestalten.

Phase 4: Durchführung

Die eigentliche Durchführung einer Kooperation beschäftigt sich mit dem Ziel, eine Leistung gemeinsam zu erreichen. Dabei müssen externe Partner integriert werden und in diesem Zusammenhang die benötigten Daten/Informationen bereitgestellt werden, auch wenn dadurch die Unabhängigkeit des Vereins gefährdet wird. Auch muss die Kooperationsfähigkeit aufrechterhalten werden. Einen großen Faktor spielt dabei das Vertrauensverhältnis zwischen den Partnern. Sollte das Vertrauen nicht mehr bestehen, ist es auch nicht mehr möglich eine Kooperation fortzuführen.

Phase 5: Beendigung

In der letzten Phase einer Kooperation geht es um den Beendigungszeitpunkt und die Beendigungsform. Der Beendigungszeitpunkt ist gleichzeitig mit dem Erreichen der festgelegten Kooperationsziele erreicht, kann aber auch erfolgen, wenn ein Erreichen der Ziele nicht mehr absehbar ist oder die Attraktivität der Kooperation für einen der Partner sinkt. Die formelle Beendigung einer Kooperation kann durch Übernahme, Verselbständigung, Stilllegung oder durch eine weitere Zusammenarbeit erfolgen. (vgl. Kircher, 2008)

Damit ein **Netzwerk** funktioniert und bestehen bleibt, gilt es sich an feste Regeln zu halten. Den Prozess zur Gründung eines Netzwerkes bis hin zur Verstetigung werden anhand der nachfolgenden Punkte veranschaulicht dargestellt:

Phase 1: Die Vorbereitung

Der Initiator oder die Initiatoren formulieren das Kernziel des zukünftigen Netzwerkes und machen sich Gedanken über mögliche Wege der Zielerreichung. Dann folgt eine Recherche darüber, welche anderen Institutionen, Vereine, Verbände oder auch Einzelpersonen das gleiche oder ähnliche Interessen haben.

Phase 2: Die Kontaktaufnahme

In dieser Phase nehmen die Initiatoren Kontakt mit den möglichen Partnern auf. Es geht erst einmal darum, miteinander zu sprechen, sich auszutauschen, sich kennenzulernen. Wer sich letztendlich wirklich am Netzwerk beteiligt, ist in dieser Phase noch unklar.

Phase 3: Die Konstituierung

In einer ersten gemeinsamen Sitzung konstituiert sich das Netzwerk. Das Ziel wird gemeinsam und einvernehmlich festgelegt. Dann erfolgt die gemeinsame Planung und Absprache einzelner Maßnahmen zur Zielerreichung. Erste Überlegungen zum Management des Netzwerkes und zur Kommunikation zwischen den einzelnen Personen werden formuliert.

Phase 4: Die Stabilisierung

Im weiteren Verlauf wird der organisatorische Rahmen des Netzwerkes gemeinsam festgelegt und vereinbart. Zuständigkeiten werden definiert. Wer übernimmt die Koordination des Netzwerkes? Gleichzeitig werden die vereinbarten Einzelmaßnahmen gemeinsam durchgeführt und im Anschluss gemeinsam bewertet.

Phase 5: Die Formalisierung

Es ist wichtig, die besprochenen Abläufe, Verantwortlichkeiten, Regeln und Maßnahmen zu dokumentieren. Die Dokumentation dieser Vereinbarungen schafft Verbindlichkeit. Dies kann in Form eines Vertrages erfolgen, in manchen Fällen reichen aber auch Sitzungsprotokolle und Aufgabenlisten. Außerdem stellen die Netzwerkpartner gemeinsam Überlegungen an, wie das Netzwerk nach außen öffentlichkeitswirksam dargestellt werden kann, durch Presseinformationen, Pressegespräche, öffentlichkeitswirksame Veranstaltungen.

Phase 6: Die Verstetigung

Wenn das Ziel, welches sich das Netzwerk gestellt hat, erreicht ist, steht die Frage an: Soll das Netzwerk weiterhin zusammenbleiben? Dann müssen sich die Kooperationspartner ein weiterreichendes, neues Ziel setzen und dieses gemeinsam verabreden. Eine Verstetigung des Netzwerkes kann sinnvoll sein. Eine Implementierung ist möglich, in dem es in bereits bestehende Strukturen eingebunden wird oder indem neue Strukturen geschaffen werden. (vgl. DTB, 2012)

5. Setting

5.1 Was ist Setting?

Moderne Ansätze zur Prävention und Gesundheitsförderung haben die Bedeutung der Lebensumfelder von Menschen für die Entwicklung, Erhaltung und Wiederherstellung der Gesundheit erkannt. Gesundheit soll demnach positiv beeinflusst werden, indem die Lebensumfelder der Menschen gesundheitsförderlich gestaltet werden.

Die deutschen Begriffe „Lebensumfeld“ und „Lebensbereich“ können mit dem Begriff „Setting“ übersetzt werden, zeitgemäße Gesundheitsförderung spricht daher vom „Setting-Ansatz“. Die Verwendung des Begriffs „Setting“ statt „Lebensumfeld“ oder „Lebensbereich“ dient einer einfacheren Verständigung auf internationaler Ebene im Bereich der Gesundheitswissenschaften.

Zurzeit ist der sogenannte „Setting-Ansatz“ aus aktuellem Anlass in aller Munde. Nachdem zunächst Gesundheitsförderung in Settings als ein zentraler Aufgabenbereich in einem über viele Jahre hinweg diskutierten „Präventionsgesetz“ erwartet wurde, findet sich jetzt, nach dem Scheitern des Gesetzes, zumindest dieser Aufgabenbereich auch im neuen „Nationalen Aktionsplan“ (NAP) der Bundesregierung wieder.

Man versteht unter dem Setting-Ansatz die Gesundheitsförderung in den Lebensbereichen, in denen Menschen einen großen Teil ihrer Zeit verbringen und die einen starken Einfluss auf ihre Gesundheit ausüben (vgl. Bauch, 2002). Typische Lebensumfelder von Kindern bzw. Jugendlichen sind daher Kindergärten oder Schulen. Kinder und Jugendliche verbringen dort regelmäßig einen bestimmten Anteil ihrer Zeit und sammeln Erfahrungen, die sie für ihr weiteres Leben prägen. Übertragen auf Erwachsene stellt der Arbeitsplatz (Betrieb, Universität etc.) ein Lebensumfeld dar, in dem Erwachsene häufig mehr als ein Drittel des Tages verbringen und welches, je nach Gestaltung, die Menschen in unterschiedlicher Art und Weise beeinflusst.

Es wird ersichtlich, dass im Verlauf des Lebens andere Lebensbereiche in den Vordergrund rücken. Doch auch außerhalb dieser „verpflichtenden“ Lebensumfelder befinden sich Kinder, Jugendliche und Erwachsene in verschiedensten „freiwilligen“ Lebensumfeldern. So beispielsweise in der Familie, in Jugendzentren und in allen denkbaren Freizeiteinrichtungen, zu denen auch die Turn- und Sportvereine zählen.

Oder aus einem anderen Blickwinkel betrachtet: Jeder Mensch lebt in einem Stadtteil, einer Kommune, einer Region. Auch dies sind Lebensumfelder, welche unterschiedlich gestaltet und strukturiert sein können und somit auch unterschiedlichen Einfluss auf die Gesundheit der Menschen besitzen.

Es wird also davon ausgegangen, dass sich Gesundheit nicht nur durch an Einzelpersonen gerichtete Maßnahmen einstellt. Die Teilnahme an einem Gesundheitssportkurs, z. B. einem Walking-Kurs oder ein Rückentraining, ist ein solches Beispiel

für eine Maßnahme, die an Einzelpersonen gerichtet ist. Oder aber auch der Rat eines Arztes an seinen Patienten, das Rauchen aufzugeben.

Neben solchen, an Einzelpersonen gerichteten Maßnahmen, entfaltet sich Gesundheit vielmehr im Lebensalltag, bei der Arbeit, in der freien Zeit, im Stadtteil, in der Schule usw. Der „Setting-Ansatz“ wendet sich somit nicht primär an einzelne Menschen und ihr individuelles Gesundheitsverhalten, sondern vielmehr an die Lebensumfelder, in denen sich die Menschen aufhalten. Entsprechend der oben genannten Beispiele bedeutet dies, dass das Umfeld, in dem der Gesundheitssportkurs stattfindet, ebenfalls gesundheitsförderlich gestaltet sein sollte bzw. bezüglich des Raucherbeispiels Nichtraucherzonen eingeführt werden.

Es gilt daher nach dem „Setting-Ansatz“, Strukturen in allen Lebensbereichen der Menschen zu schaffen, die es ermöglichen, sich gesundheitsförderlich zu verhalten. So können auch beispielsweise regelmäßige Bewegungspausen in der Schule oder präventive Rückenschulangebote im Betrieb strukturell verankert werden. Schülern bzw. Angestellten wird so die Teilnahme an gesundheitsförderlichen Kursen bzw. gesundheitsförderliches Verhalten allgemein erleichtert (vgl. Bauch, 2002).

Gesundheitsförderung in Form des „Setting-Ansatzes“ wird als besonders Erfolg versprechend erachtet, da Personen jedes sozialen Status angesprochen werden; auch diejenigen, die sozial bedingt ungünstigere Gesundheitschancen aufweisen, wie Einkommensarme, Langzeitarbeitslose, Geringqualifizierte oder auch Migranten. In diesen Gruppen sind zudem gesundheitsrisikante Verhaltensgewohnheiten, wie Rauchen oder Bewegungsmangel, am stärksten verbreitet. (vgl. Robert Koch Institut, 2005)

Denn wissenschaftliche Studien beweisen: Diejenigen, die Gesundheitsförderung am ehesten benötigen, werden meist mit individuellen Ansätzen wie Gesundheitssportkursen nicht erreicht. In gesundheitsförderlichen Angeboten sind überwiegend Teilnehmer zu finden, die die Wichtigkeit gesundheitsbewussten Verhaltens bereits verinnerlicht haben und generell einen gesunden Lebensstil besitzen (vgl. Bals, Hauses & Melzer, 2008).

Der „Setting-Ansatz“ versucht daher, den bisher noch nicht gesundheitsbewusst handelnden Personen über deren Lebensumfelder Zugang zu gesundheitsförderlichem Verhalten zu verschaffen. Es werden so Personen angesprochen, welche höhere Gesundheitsrisiken mit sich tragen, aber wenig Eigeninitiative zur Förderung ihrer Gesundheit entwickeln.

Ein weiterer Nutzen des „Setting-Ansatzes“ liegt darin, dass das Gesundheitsverhalten dort beeinflusst wird, wo es entsteht, nämlich in den Lebensbereichen, in denen sich die Menschen häufig aufhalten: Erzieher frühstücken gesund mit Kindergartenkindern mit dem Ziel, gesunde Ernährung

und Verhaltensweisen auch in deren weiterem Leben zu verankern. Bewegte Pausen aktivieren Schüler und lassen sie die positive Wirkung körperlicher Aktivität als Alternative zu überwiegend sitzender Tätigkeit kennen lernen. Kooperationen zwischen Schulen und Vereinen helfen, Kinder und Jugendliche zum Sport zu begeistern, ein Angebot an gesunden Speisen und Getränken in der Kantine des Betriebs führt Angestellte in Richtung einer gesunden Ernährung und auch in Familien wird der Grundstein zu gesundheitsbewusstem Verhalten von Kindern gelegt. Betrachten wir die Lebensbereiche „Stadtteil“ oder „Kommune“: Stehen zahlreiche und einladende Radwege zur Verfügung, wird sich die Bevölkerung eher aufs Rad schwingen, als in Städten, in denen kaum Möglichkeiten zum sicheren Radfahren gegeben sind.

Gesundheitsförderliches Verhalten wird somit von Grund auf erlernt und als üblich und alltäglich betrachtet. Gesundheitsschädliche Verhaltensweisen werden so bereits von vornherein vermieden, da gesunde Verhaltensweisen unumgänglich sind. Die Folge: Lebensstilbedingte Risiken können vermindert werden. Dies ist ein bedeutsamer Aspekt, da gesundheitsschädliche Verhaltensweisen die am weitesten verbreiteten Krankheiten der heutigen Zeit maßgeblich beeinflussen. Dazu zählen z. B. Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes mellitus, welche vor allem von gesundheitsrelevanten Lebensweisen wie Ernährung, Gewichtskontrolle und körperlicher Bewegung beeinflusst werden.

Einige Zahlen zu den anfallenden Kosten im Gesundheitswesen sollen die Ausmaße von Herz-Kreislauf-Erkrankungen und von Diabetes mellitus aufzeigen: Im Jahr 2006 betragen die gesamten Krankheitskosten Deutschlands 236 Mrd. Euro, pro Kopf und Jahr betragen sie somit rund 2870 Euro. Durch Herz-Kreislauf-Erkrankungen entstanden Kosten in Höhe von 35,2 Mrd. Euro. (vgl. Statistisches Bundesamt, 2010). Diabetes mellitus als die Wohlstandskrankheit schlechthin verursachte Kosten von rund 5 Mrd. Euro. Die Behandlungskosten der Folgeerkrankungen des Diabetes mellitus sind hier nicht mit eingerechnet. Diese stellen jedoch den Hauptkostenpunkt der Behandlung des Diabetes mellitus dar und sind doppelt bzw. dreifach so hoch wie die direkten Kosten anzusetzen.

Es wird deutlich, dass ein gesundheitsförderlicher Lebensstil nicht nur für das Leben der Einzelperson selbst von großer Wichtigkeit ist, sondern auch erheblich zu einer Kostensenkung im Gesundheitswesen beitragen kann.

5.2 Setting im Verein

Zurück zum Setting-Ansatz und den unterschiedlichen Lebensumfeldern von Menschen: Auch Turn- und Sportvereine stellen Lebensumfelder/Settings mit einer langen Tradition dar, in denen Menschen aller Lebensalter und Sozialgruppen nicht nur körperlich aktiv sind, sondern zudem Gemeinschaft erleben, Freundschaften aufbauen und das Vereinsleben aktiv mitgestalten können. Und dies sind nicht wenige: In über

90.000, flächendeckend in Deutschland engagierten Turn- und Sportvereinen sind über 23 Mio. Mitglieder aus allen Alters- und Sozialgruppen organisiert (vgl. Deutscher Olympischer Sportbund, 2007).

Turn- und Sportvereine bieten die Möglichkeit, über ein breites Gesundheitssportangebot alle möglichen Alters- und Sozialgruppen zu gesundheitsbewusstem Sporttreiben in den Vereinsangeboten zu bewegen. Eine Vielfalt an gesundheitsförderlichen Programmen, die sich an Einzelpersonen richten, wird bereits heute schon in den meisten Turn- und Sportvereinen angeboten. Von Rückenschulkkursen und Entspannungsprogrammen über spezielle Angebote für Übergewichtige bis hin zu Herzsportgruppen.

Jedoch kann/muss ebenso das Lebensumfeld „Turn- und Sportverein“ gesundheitsförderlich gestaltet sein, um gesundheitsbewusstes Verhalten auch über die Sportstunden hinaus in das Leben eines jeden Einzelnen zu integrieren. Nicht nur innerhalb der Gesundheitssportangebote, auch im Lebensumfeld/Setting Turn- und Sportverein soll Gesundheit gefördert werden. So gilt es beispielsweise, in der Vereinsgaststätte oder auf Vereinsfesten gesunde Speisen und Getränke anzubieten, um die, in Gesundheitssportangeboten immer wieder betonte, gesunde Ernährung auch praktizieren zu können. Ebenso machen Rauchverbote in Vereinsgaststätten Sinn. Oder denken Sie an Alkoholkonsum: Gesundheitsförderlich ist dieser sicherlich nicht. Was bedeutet dies für das Getränkeangebot in Gaststätten gesundheitsförderlicher Vereine?

Darüber hinaus kann in diesem Zusammenhang Gesundheitsförderung auch bedeuten, den Zugang zu Gesundheitssportangeboten zu erleichtern, z. B. für Eltern durch das Angebot einer Kinderbetreuung.

Es wird deutlich, dass es durchaus unterschiedliche Ausmaße der Gesundheitsförderung in Turn- und Sportvereinen gibt. Allgemein können zwei Stufen unterschieden werden:

1. *Gesundheitsförderung in einem Setting/Gesundheitsförderung in einem Turn- und Sportverein.*
2. *Die Entwicklung zu einem gesundheitsförderlichen Setting/gesundheitsförderlichen Turn- und Sportverein, welches den eigentlichen, vollständigen Setting-Ansatz darstellt (vgl. Bauch, 2002).*

5.3 Gesundheitsförderung in einem Setting

Gesundheitsförderung in einem Setting beinhaltet die Einführung von Maßnahmen der Gesundheitsförderung in ein Lebensumfeld. Typische Maßnahmen der Gesundheitsförderung sind Rückenurse, Veranstaltungen zur Suchtprävention, Ernährungsberatungen etc. Lebensumfelder können neben Turn- und Sportvereinen auch Kindergärten, Schulen,

Altersheime etc. sein. In einer ersten Stufe des „Setting-Ansatzes“ werden Maßnahmen der Gesundheitsförderung in ein bestimmtes Lebensumfeld eingeführt. Veranstaltungen zur Suchtprävention für Schüler in der Schule, ein Ernährungsberater, der vor Ort im Seniorenwohnheim die Bewohner berät oder auch Zahnarztbesuche in Kindergärten zum Erlernen des richtigen Zähneputzens seien als Beispiele genannt. Auch Schuluntersuchungen zur Früherkennung von Haltungsschäden sind Beispiele für „Gesundheitsförderung in einem Setting“, nämlich in dem Setting „Schule“.

Im Hinblick auf das Setting Turn- und Sportverein zählen zur „Gesundheitsförderung in einem Setting“ die dort angebotenen Gesundheitssportprogramme. Neben dem traditionellen Sportangebot von Vereinen hat sich Gesundheitssport bereits als fester Bestandteil im Lebensbereich Turn- und Sportverein etabliert.

Gesundheitssportangebote zielen, wie die meisten Gesundheitsfördermaßnahmen, auf das Verhalten von einzelnen Personen direkt ab. Man spricht hier auch von „Verhaltensprävention“ (vgl. Bals, Hauses & Melzer, 2008¹): Ein gesundheitsförderliches Verhalten der einzelnen Teilnehmer wird unmittelbar angesprochen und soll zum positiven hin beeinflusst werden. In einem Sportkurs speziell für Übergewichtige beispielsweise finden die Teilnehmer Zugang zu sportlicher Aktivität und erhalten gleichzeitig, neben verschiedenen Informationen zu gesundheitsbewusstem Leben und gesunder Ernährung, Tipps zur vermehrten Integration von Bewegung in den Alltag.

Beispiele für Gesundheitsförderung in einem Setting:

- Gesundheitssportangebote
- Zahnarztbesuche
- Schuluntersuchungen
- Veranstaltungen zur Suchtprävention → Verhaltensprävention
- Veranstaltungen zur Aidsprävention
- Etc.

Beachten Sie: Ein Turn- und Sportverein kann auch in einem anderen Setting, beispielsweise in einem Kindergarten, einer Schule oder einem Betrieb verhaltenspräventiv mittels gesundheitsförderlicher Sportangebote tätig werden: Vereine, die die Nachmittagsbetreuung in Schulen gesundheitsförderlich gestalten, seien nur als eine Idee benannt.

5.4 Der Verein als gesundheitsförderndes Setting

Was kennzeichnet jetzt aber im Vergleich dazu ein *gesundheitsförderndes Setting*?

Bleiben wir beim Beispiel von oben, dem Sportkurs speziell für Übergewichtige: Während des Kurses übt jeder Teilnehmer positive gesunde Verhaltensweisen aus. Nach der Sportstunde jedoch kann es unter Umständen schwierig werden, das neu erlangte Wissen auch tatsächlich anzuwenden und sich gesundheitsförderlich zu verhalten: Beim geselligen Beisammensein nach der Sportstunde in einem Vereinslokal, wo weder gesunde Speisen noch gesunde Getränke angeboten werden, ist es schwierig, sich in einem solchen Lebensumfeld entsprechend gesundheitsförderlich verhalten zu können. Deutlich wird hier, dass für das, was in Gesundheitssportkursen bzw. in an Einzelpersonen gerichteten Maßnahmen propagiert wird, auch die Umwelten/ Lebensumfelder entsprechend gestaltet sein müssen, um die Teilnehmer der Gesundheitssportangebote auch über die Sportstunden hinaus langfristig zu gesundheitsbewusstem Verhalten zu bewegen.

Andererseits können über gesundheitsförderlich gestaltete Lebensbereiche, hier im Beispiel das Vereinslokal, Menschen zu gesundheitsförderlichem Verhalten bewegt werden, die nicht an Gesundheitssportkursen teilnehmen. Denn allen Besuchern des Lokals wird gesunde Ernährung ermöglicht/vereinfacht, da gesunde Speisen und Getränke auf der Speisekarte stehen. Es wird ersichtlich, dass über gesundheitsförderlich gestaltete Lebensumfelder mehr Menschen erreicht werden, als über solche an Einzelpersonen ausgerichteten Maßnahmen (vgl. Bauch, 2002).

Idealerweise, und das entspricht dem vollständigen Setting-Ansatz, ist ein Lebensumfeld gesundheitsförderlich gestaltet, um möglichst viele Menschen zu gesundem Verhalten zu bewegen. Zugleich sollten auch möglichst zahlreiche und vielseitige Maßnahmen, die sich an Einzelpersonen richten, z. B. Walking-Kurs, in diesem gesundheitsförderlich gestalteten Lebensumfeld stattfinden. Die Wichtigkeit, gesundheitsförderlich gestaltete Lebensbereiche auch entsprechend zu nutzen, wird den Teilnehmern eben dieser Gesundheitssportprogramme wiederum innerhalb der Kurs- und Dauerangebote vermittelt.

Im Lebensumfeld Turn- und Sportverein bedeutet dies, dass der Verein grundsätzlich gesundheitsorientiert ausgerichtet sein sollte. Über zahlreiche und vielfältige Gesundheitssportangebote hinaus gibt es zudem verschiedene Möglichkeiten, Gesundheit zu fördern. Ein Angebot an gesunden Speisen und Getränken in Vereinslokalen ist oben nur als eine Idee benannt. In Getränkeautomaten des Vereinsheimes bzw. Sporthallen sollte neben Softdrinks wie Cola und Limo auch eine Auswahl an gesunden Getränken bereitstehen. Gesunde Speisen und Getränke spielen zudem nicht nur im Angebot von Vereinsgaststätten, sondern auch bei Vereinsfesten eine

1 Bals, T., Hauses, A. und Melzer, W. (2008). Gesundheitsförderung in pädagogischen Settings. Ein Überblick über Präventionsansätze in zielgruppenorientierten Lebenswelten. Weinheim und München: Juventa.



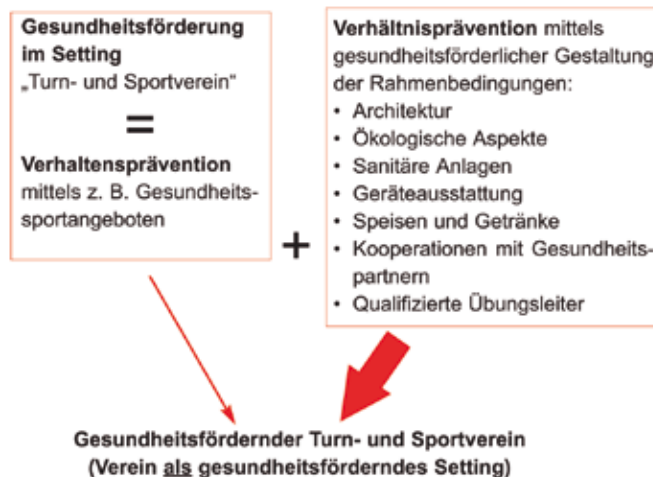
große Rolle: Hier kann die Gesundheitsorientierung Ihres Vereins direkt repräsentiert werden. Die bereits zuvor genannten Hinweise bezüglich Nikotin- und Alkoholkonsum in gesundheitsförderlichen Turn- und Sportvereinen sollten ebenfalls berücksichtigt werden.

Turn- und Sportvereine können sich in Richtung eines gesundheitsförderlichen Lebensumfeldes entwickeln, indem sie Gesundheitstage mit Partnern der Gesundheitsförderung organisieren, gesundheitsorientierte Ferienangebote für Kinder und Jugendliche anbieten oder auch Integrationsprojekte mit dem Hintergrund „Gesundheitsförderung“ starten. Des Weiteren spielen Kooperationen zwischen Vereinen und Krankenkassen, Ärzten, Gesundheitsämtern etc. sowie schließlich Kooperationen zwischen dem Verein als Gesundheitspartner und Kindergärten, Schulen, Altersheimen, Migrantenorganisationen eine große Rolle – all dies sind Anforderungen, die an ein gesundheitsförderndes Setting „Verein“ gestellt werden.

Es wird ersichtlich, dass das Konzept der Gesundheitsförderung in den Vereinsstrukturen verankert sein sollte und nicht nur mit engagierten Übungsleitern stehen und fallen darf. „Verhältnisprävention“ ist hier das Schlagwort: Die Verhältnisse, in denen Gesundheitssportprogramme angeboten werden, sollen gesundheitsförderlich ausgerichtet sein (vgl. Bauch, 2002). Selbstredend sind, wenn vom Bereich „Bewegungsverhältnisse“ gesprochen wird, auch die Räumlichkeiten, in denen Gesundheitsförderung stattfindet, gemeint. Diese sind jedoch für die meisten Turn- und Sportvereine am schwierigsten zu verändern, aber im Falle einer Sportstättenanierung, -erweiterung oder gar eines Neubaus in jedem Falle gesundheitsförderlich auszurichten. Optimal wären helle, ruhige Räume im Grünen mit einer entsprechenden Geräteausstattung. Eine leichte Erreichbarkeit per Rad oder zu Fuß bzw. mit öffentlichen Verkehrsmitteln ist ebenfalls empfehlenswert. Ökologische Aspekte wie die Begrünung einer Anlage, schadstofffreie Baumaterialien, funktionierende Frischluftzufuhr usw. sind ebenso nicht zu vernachlässigen. Und auch die Gestaltung der sanitären Anlagen kann den Gesundheitsgewinn intensivieren. Komfortable Duschen, eine Sauna und Ruheräume seien beispielsweise genannt.

In der folgenden Übersicht soll der vollständige Setting-Ansatz (= „gesundheitsförderndes Setting“) verdeutlicht werden: Ein Turn- und Sportverein wird dann zum gesundheitsfördernden Setting, wenn dieser Verhaltens- und Verhältnisprävention kombiniert. Allerdings wird im Setting-Ansatz gesundheitsförderlich gestalteten Bewegungsverhältnissen größere Bedeutung zugeschrieben (dickerer Pfeil).

„Setting Turn- und Sportverein“



Dieser vollständige Ansatz des gesundheitsfördernden Settings ist jedoch nicht „mal eben“ umzusetzen, er erfordert vielmehr langfristiges Engagement und hohe Qualifikation aller Beteiligten sowie angemessene, zur Verfügung stehende Mittel. Die Umwandlung eines Settings in ein gesundheitsförderndes Setting verläuft in drei Phasen:

1. In einem ersten Schritt wird ein gesundes körperliches, seelisches und soziales Lebensumfeld geschaffen.
2. Daran anschließend werden Programme der Gesundheitsförderung in das gesundheitsförderlich gestaltete Lebensumfeld integriert.
3. Zuletzt werden Netzwerke und Allianzen mit anderen gesundheitsfördernden Lebensumfeldern gebildet.

Dies stellt den optimalen Fall der Umwandlung eines Settings hin zu einem gesundheitsfördernden Setting dar, bei der von Anfang an das Lebensumfeld verändert wird. Sicherlich überschneiden sich die drei Schritte und finden nicht abgegrenzt nacheinander statt. Man geht jedoch davon aus, dass erst das Lebensumfeld in Richtung Gesundheitsförderlichkeit verändert wird, bevor konkrete, an Einzelpersonen gerichtete Maßnahmen, in das Lebensumfeld integriert werden (vgl. Baric & Conrad, 1999).

In der Praxis allerdings sieht das Ganze meist so aus, dass Gesundheitsförderprogramme in ein bereits bestehendes und zunächst nicht von Grund auf gesundheitsförderlich gestaltetes Lebensumfeld integriert werden, Schritt zwei kommt also vor Schritt eins zum Tragen. So kann beispielsweise eine Rückenschule in einem Betrieb angeboten werden, der bis auf dieses eine Angebot Rückenschule, nicht gesundheitsförderlich gestaltet ist: Angestellte gehen nach der Teilnahme am Programm zurück zu ihren unergonomisch gestalteten Arbeitsplätzen oder in die Kantine, in der ausschließlich Fast Food angeboten wird. Jedoch ist diese Reihenfolge der Umwandlungsphasen deshalb nicht ungewöhnlich, da der Einstieg in den Bereich der Gesundheitsförderung über punktuell-

le Programme sehr viel einfacher ist, da er keine bzw. wenige strukturelle Veränderungen voraussetzt und somit schneller, einfacher und ökonomischer ist.

Viele Projekte beginnen daher als Gesundheitsförderung in einem Setting. Sie zielen zunächst nicht ausschließlich auf die gesundheitsgerechte Weiterentwicklung des gesamten Lebensumfeldes, sondern nutzen das Setting als Zugang, um breite Bevölkerungsgruppen zu erreichen (vgl. Bauch, 2002). Die vom Deutschen Turner- Bund entwickelten Gesundheits-sportangebote beruhen auf dem hier vorgestellten modernen Denken der Gesundheitsförderung, das die Bewegungsverhältnisse/ Lebensumfelder mindestens in gleichem Ausmaß mit einbezieht wie die Verhaltensweisen des Einzelnen. Neben dem Aufbau bzw. der Stärkung gesunder Verhaltensweisen (= Verhaltenswirkungen) werden gleichzeitig ebenso die Strukturen, in denen Gesundheitssport stattfindet, mit berücksichtigt. Eine Verbesserung der Bewegungsverhältnisse in Richtung Gesundheitsförderlichkeit wird angestrebt (= Verhältniswirkungen) und Übungsleiter und Teilnehmer so für die Gestaltung gesundheitsfördernder Lebensumfelder sensibilisiert. Dies zeigt, dass der Deutsche Turner-Bund seine gesellschaftliche Verantwortung wahrnimmt und im Sinne einer modernen und effektiven Gesundheitsförderung Angebote konzipiert und optimiert sowie die Turn- und Sportvereine in ihrer entsprechenden Entwicklung unterstützt.

6. Best-Practice Beispiele Kooperationen für

6.1 Erwachsene

TuS 1964 Bösinghoven e.V.

Wie schon in einigen Ansätzen vorher kurz erwähnt bietet der TuS 1964 Bösinghoven e.V. in einer Kooperation mit einer vor Ort ansässigen Ernährungsberaterin ein sogenanntes „Drei-Gänge-Menü“ an. Dabei handelt es sich um ein ganzheitliches Bewegungs- und Ernährungsprogramm für stark übergewichtige Menschen. Das angebotene Programm dauert für die jeweiligen Teilnehmer 12 Monate und kombiniert die drei Themen:

- Ernährungsseminare
- Kochprojekte
- Bewegungstraining

Das Besondere an diesem Programm ist die Kombination aus den drei Themen. Die Teilnehmer werden über den gesamten Zeitraum des Programmes intensiv und individuell betreut. Dabei wird aus einer Hand auf die speziellen Bedürfnisse der Teilnehmer ein individuell ausgerichtetes Bewegungstraining und umfassende Ernährungsberatung angeboten. Durch die Kernkompetenzen der Partner kann so ein Sportangebot zusammen mit einer gesünderen Lebensweise angeboten werden, das ohne eine Kooperation nicht möglich wäre, da die Kenntnisse der einzelnen Partner nicht in das Gebiet des anderen greifen.

Das Programm ist für stark übergewichtige Erwachsene jeden Alters konzipiert, die bereits vergeblich versucht haben, ihr Gewicht mit den einschlägigen Diäten dauerhaft zu regulieren und daher nicht mehr auf schnellen und kurzfristigen Erfolg setzen. Das Programm soll dabei helfen das die Teilnehmer durch eine gesunde Ernährung und Spaß an der Bewegung ihr Wohlfühlgewicht erlangen. Es wurde darauf geachtet, dass auch Berufstätige teilnehmen können und die Termine dementsprechend jeweils auf den Abend gelegt.



Bild: TuS Bösinghoven

Turbo Schnecken Lüdenscheid

Eine kleinere aber durchaus wichtige Kooperation führen die „Turbo Schnecken Lüdenscheid“ gemeinsam mit der Staberg-Apotheke. Dabei haben die „Turbo Schnecken“ die Erlaubnis Flyer des Vereins dort auszulegen umso Werbung in eigener Sache zu machen. Auch werden die angebotenen Programme/Kurse in der hausinternen Zeitung der Apotheke mit abgedruckt. Die Staberg-Apotheke bietet darüber hinaus auch verschiedene Aktionen für die „Turbo Schnecken“ an.

Ebenfalls besteht seit Jahren eine enge Kooperation zur AOK und dem Sportkrankenhaus Hellersen. Dabei werden rund um den Lüdenscheider Lauf und dem Nordic-Walking Seminar, Vorträge über Gesundheitssport und Ausdauertraining gehalten. Neben Tipps zur richtigen Ernährung können die Teilnehmer mithilfe einer Leistungsdiagnostik beim Laufbandtest und beim Rockport Walking Test die eigene Kondition und Fitness testen.

Vereinskooperation zwischen den Sportvereinen TSV Meckenbeuren, SV Kehlen und VfL Brochenzell

Die Vereinskooperation zwischen den Sportvereinen TSV Meckenbeuren, SV Kehlen und VfL Brochenzell ist im Jahr 2004 entstanden. Begonnen wurde damals mit einer vereinsübergreifenden Radsportgruppe, sowie mit Nordic-Walking-Treffs, die ebenfalls allen Vereinsmitgliedern offen standen.



Bild: TSV Meckenbeuren

Aus den guten Erfahrungen in diesem Bereich wurde im Jahr 2005 ein Kursangebot aufgestellt, das auch Nicht-Mitgliedern den Zugang ermöglichen sollte. Der Schwerpunkt dieses Kursprogramms war gezielt das Thema „Gesundheitsförderung“ (Prävention, Rehabilitation). Durch zusätzliche Angebote im Bereich Trendsport wollte man auch ganz speziell solche Teilnehmer im Alter von 16-30 Jahren ansprechen, wo sich in der Altersstruktur der „Nicht-Fußballabteilungen“ eine klare Lücke abzeichnet. Inzwischen hat sich das Kursprogramm in der Gemeinde etabliert und so konnten z. B. für 2007 in insgesamt 26 Kursen aus 12 unterschiedlichen Themenbereichen ca. 260 Übungsstunden angeboten werden. Die bisherige Statistik zeigt, dass an diesen Sportprogrammen ca. 50% Nicht-Vereinsmitglieder teilnehmen. Zu den Kursangeboten bieten die drei Vereine noch Tagesangebote an. Die Veranstaltungen verstehen sich als „Schnupperangebote“ für Teilnehmer, die regelmäßiger oder längerer Bindung an Kursprogramme noch zögerlich gegenüberstehen. Sie dienen aber auch als Motivationsinstrument für alle anderen Teilnehmer weitere sportliche Aktivitäten folgen zu lassen. Durch einen angenehmen Rahmen (das Sportangebot ist kombiniert mit Informationseinheiten, gemeinsamem Mittagessen-

sen und Abschluss und fördert so auch die Kommunikation) entstehen auch soziale Bindungen, die motivierend wirken. Beispiele für Tagesveranstaltungen:

Entspannungstechniken ("5 Tibeter" oder "8 Chinesische Alltagsübungen")

Erlernen einer Abfolge von Übungen, die nach den Grundlagen der Lehre und bei regelmäßiger Anwendung Körper und Geist gesund halten sollen. Zu den Übungen werden Beschreibungen ausgeteilt, die eine Fortführung zu Hause ermöglichen.

Sporttag

Mitmachangebot verschiedener Sportarten. Anleitung erfolgt durch Übungsleiter aus den Vereinen. Eine Kooperation zwischen den Sportvereinen in der Gemeinde kann gleich mehrere Ziele auf einmal abdecken. So steht ein breiteres Gesamt-Sportangebot einer größeren Anzahl von Teilnehmern offen. Gleichzeitig entstehen für keinen der Vereine höhere Kosten und keiner der kooperierenden Vereine verliert Mitglieder. Die Ausrüstung (Kleingeräte, Musikanlagen, etc.) werden aus den vorhandenen Beständen der beteiligten Sportvereine mitbenutzt, so dass hierfür aktuell noch relativ geringe Kosten anfallen. Auch für die Hallennutzung muss derzeit noch nichts gezahlt werden, da die Einrichtungen kostenfrei von der Gemeindeverwaltung Meckenbeuren gestellt werden. In der Zusammenarbeit mit der Gemeindeverwaltung eröffnen sich für die Sportvereine zudem neue Wege. Wo bisher jeder Verein für sich und seine Anliegen vorstellig werden musste, verleiht das gemeinsame Auftreten im Rahmen der Kooperation deutlich mehr Gewicht. Für die Gemeindeverwaltung reduziert sich ebenfalls der Aufwand, da Verhandlungen mit den Sportvereinen konzentriert werden können. Die Kooperationsaktivitäten werden daher auch von Seiten der Gemeindeverwaltung als wichtiger Impuls für die Gemeinde aufgenommen und unterstützt. Sponsoren sind derzeit nur in sehr geringem Maße an der Finanzierung beteiligt. Als zusätzliche „Zuschuss Quelle“ kann die Kooperation mit Grundschulen und Kindergärten angeführt werden. Im Vordergrund vor dem finanziellen Aspekt steht allerdings auch hier der ideelle Anspruch die Kinder an die Bewegung heranzuführen.

Die von Jahr zu Jahr steigenden Teilnehmerzahlen zeigen, dass das zusätzliche Sportangebot in der Gemeinde sehr positiv aufgenommen wird. Auch die Tatsache, dass ca. 50% der Teilnehmer Nicht-Vereinsmitglieder sind, bestätigt den Ansatz andere Angebotswege zu suchen, die außerhalb der Vereinsmitgliedschaft liegen. Der Bedarf ist offensichtlich vorhanden.

Motiviert von den bisher sehr positiven Erfahrungen im Rahmen der Kooperation stehen für die Zukunft folgende Themen auf dem Programm um die vorgestellte Vereinskoooperation noch stärker in der Gemeinde zu vernetzen:

- Weitere Öffnung einzelner Vereinsabteilungen/ -Sparten
- Erweiterung des bisherigen Kursangebots durch spezielle Angebote mit Nachfrage

sowie Potenzial der Kooperation „großflächig“ nutzen:

- Kooperation mit Grund- und Hauptschulen, sowie Kindergärten
- Leichtathletik: Zusammenschluss Laufgemeinschaft östlicher Bodenseekreis (LGÖBK)
- Kooperation Jugendfußball (D- bis A-Jugend) TSV Meckenbeuren und SV Kehlen
- Gemeinsame Einzel-Events mit anderen Gemeindeverbänden (z. B. Kirchen, Schulen, ...)
- Ärztliche Unterstützung durch einen ortsansässigen Internisten in Form von Infoveranstaltungen (ggf. auch kursbegleitend)
- Ausweitung "Pluspunkt Gesundheit" auf alle Vereine (höhere Qualifikation)
- Stärkere Kooperation mit den Krankenkassen

TV Mombach

Mombach als Stadtteil von Mainz zählt im Moment knapp 13.000 Einwohner und weist einen der ältesten und größten Vereine von Mainz auf. Seitens des TV Mombachs wird versucht die Zusammenarbeit mit vielen Vereinen, Schulen, Kindergärten und sozialen Einrichtungen innerhalb des Stadtteils intensiv zu pflegen. So gibt es im Moment Pläne für eine Kooperation mit einem Behindertenverein und dem Sozialen Zentrum für das Angebot "Bewegung und Begegnung"; ein Angebot für Ältere mit Abholservice.

2009 wurde der zweite Gesundheitstag 60+ vom Mombacher TV durchgeführt. Die guten Kontakte zu anderen Einrichtungen und Geschäften aus dem Stadtteil wurden hierbei genutzt. So konnten folgende Angebote neben den sportlichen Mitmachangeboten und den praktischen Übungen zwischen den Vorträgen des Mombacher TVs zustande kommen:

- Verschiedene Apotheken haben Blutdruck und Blutzucker gemessen.
- Ein Pflegedienst hatte einen Infostand und führte Beratungen zu Demenz durch.
- Die AWO bot ein Gewinnspiel an und hat über ihre Veranstaltungen informiert.
- Der VDK hat seinen vielseitigen Beratungsservice vorgestellt.
- Das „Soziale Zentrum“ hat seine Beratungsmöglichkeiten, wie z. B. Mittagstisch präsentiert.
- Die Beko-Beratung wies auf ihren Betreuungsservice und Zuschussmöglichkeiten hin (z. B. bei Rollstühlen).
- Handmassagen konnten die Teilnehmer von einem Kosmetiksalon erhalten.

Bei den Sportlichen Angeboten am Gesundheitstag handelte es sich um einen Fitness-Test, Qigong, Gehirnjogging und Basteln.



6.2 Kinder

TV Hangelar 1962 e.V.

Die Gesundheit der ganzen Familie steht seit 50 Jahren im Mittelpunkt des TV Hangelar 1962 e.V.. Der Verein aus Sankt Augustin bietet seinen über 1.000 Mitgliedern zurzeit wöchentlich 43 regelmäßige Sportangebote aus den Bereichen Turnen, Leichtathletik, (Nordic) Walking, Handball und Volleyball an. Hinzu kommen pro Jahr acht Sport Pro Gesundheit / Pluspunkt Gesundheit- zertifizierte Präventionskurse für das Muskel- und Skelettsystem, sowie zwei zertifizierte Nordic Walking Kurse als präventives Herz-Kreislauf-Training. Diese Kursangebote stehen Vereinsmitgliedern und Nichtmitgliedern gleichermaßen offen. Monatlich veranstaltet die Abteilung Wandern zudem Exkursionen in die Eifel, das nahegelegene Siebengebirge, oder den Westerwald. Die Turnabteilung ist mit 30 Angeboten die größte Abteilung. Vom Krabbeltturnen, über Wettkampfturnen bis zum Sport der Älteren ist hier für jeden etwas dabei. Weil es gemeinsam mehr Spaß macht, stehen neben den Kursangeboten sieben Angebote für Sie & Ihn zur Auswahl. Neben den Übungsstunden führt der TV Hangelar aber auch in jedem Jahr unter anderem fünf große Veranstaltungen für Jedermann und für alle Altersklassen durch. Das Jahr beginnt mit einer Weiberfastnachtsveranstaltung, im Sommer findet ein großes Spiel- und Sportfest statt, und im Herbst folgen ein Volkslauf „Rund um den Flugplatz“, eine Schauturn-Veranstaltung, sowie ein Vater/Opa-Kind-Vormittag. Der TV Hangelar hat sich zudem das Ziel gesetzt, insbesondere die Bedürfnisse und Interessen des Kindes nachhaltig zu stärken und die Bewegungserziehung durch ein Netzwerk von örtlichen Bildungsträgern zu festigen.



Bild: TV Hangelar

Seit dem Schuljahr 2005/06 nimmt ein Teil der Kinder in der Katholischen Grundschule St. Augustin-Hangelar gemeinsam mit den Kindern der evangelischen Grundschule St. Augustin-Hangelar am Offenen Ganztage teil. Zwei Übungsleiterinnen des TV Hangelar bieten Kindern im Rahmen der OGS am frühen Nachmittag jede Woche drei Stunden Sport aus den Bereichen Ballsport, Gerätturnen und Mannschaftsspiele an. Durch ihre jahrelangen Erfahrungen im Verein sind die Übungsleiterinnen in der Lage, die Kinder fachkompetent zu betreuen und sie für mehr Bewegung (auch nach der Schule) zu animieren. So sind zahlreiche Kinder, die das Bewegungsangebot der OGS nutzen auch Mitglied im TV Hangelar. Einige Kinder konnten darüber hinaus zusätzlich als neues Vereinsmitglied gewonnen werden.

Bereits seit 2008 arbeitet der TV Hangelar bei der Initiative „Gib Gas: Bewegung macht Spaß!“ der Asklepios Kinderklinik Sankt Augustin mit. Ein Team aus zwei Mitarbeiterinnen der Asklepios Kinderklinik und drei bis vier Übungsleiter/innen aus Sankt Augustiner Vereinen besuchen seither in regelmäßigen Abständen alle Grundschulen in Sankt Augustin. Auch ein

Übungsleiter des TV Hangelar ist stets mit dabei. Die Kinder der vierten Klassen werden in einer eineinhalb stündigen Aktion in der Turnhalle der Grundschule seitens der Klinik zunächst über richtige Bewegung und Ernährung theoretisch aufgeklärt und anhand von praktischen Beispielen durch die Übungsleiter/innen animiert, ihren nachmittäglichen Ausgleich im Vereinssport zu finden. So kann der TV Hangelar auf diese Weise den Kontakt zu den Lehrerinnen und Lehrern knüpfen und als ortsansässiger Turnverein Tipps zur individuellen Förderung der Bewegung geben. Beispielsweise bei Kindern mit mangelnder Bewegungserfahrung oder Verhaltensauffälligkeiten. Eine Infomappe informiert die Kinder und deren Eltern zusätzlich über die sportlichen Angebote in den Vereinen und gibt Tipps zu Bewegung und Ernährung im Alltag.

Seit 2009 kooperiert der TV Hangelar mit dem vor Ort ansässigen Familienzentrum St. Anna. Das Konzept des Familienzentrums betrachtet Wahrnehmung und Bewegung als elementare Erkenntnis- und Ausdrucksmöglichkeiten des Kindes und stellt diese in den Mittelpunkt der pädagogischen Arbeit. Das Prinzip der Bewegungserziehung ist im pädagogischen Konzept des Familienzentrums festgeschrieben.

Im Rahmen der Kooperation wurde dem TV Hangelar die Möglichkeit gegeben, in den Räumlichkeiten des Familienzentrums eine Krabbelgruppe für Kleinstkinder einzurichten. Zum Jahresbeginn wurde eine zweite Krabbelgruppe eingerichtet. Das Familienzentrum bietet hierfür die optimalen Rahmenbedingungen. Der TV Hangelar versucht den Kindern mit diesem Angebot mehr Raum für Bewegung und Sinneserfahrungen zu verschaffen, ihre elementaren Bedürfnisse stärker als bisher zu berücksichtigen und ihnen eine ganzheitliche Entwicklung zu ermöglichen. So sollen die Kleinstkinder mit Spiel, Spaß und Musik die ersten Turngeräte erkrabbeln. Dies fördert die Körperwahrnehmung, die motorische und geistige Entwicklung der Kinder. Gleichzeitig lernen die Kinder und deren Eltern bereits das Familienzentrum kennen. Die Eltern können ihre Kinder in der Übungsstunde bei deren Entwicklung begleiten, eigene Fähigkeiten entdecken, voneinander lernen und mit anderen Eltern in Kontakt kommen, um vielleicht auch gemeinsam das eine oder andere Sportangebot für Erwachsene zu nutzen. Eine Übungsleiterin des TV Hangelar führt als Beauftragte die Realisation dieser Maßnahme in enger Abstimmung zwischen dem TV Hangelar und dem Familienzentrum St. Anna durch.

Gemeinsam werden unter anderem auch zwei große Veranstaltungen durchgeführt. Im Sommer laden beide zu einem Spiel- und Sportfest unter dem Motto „Familien in Bewegung“ ein. Der TV Hangelar profitierte hierbei in dem Maße, dass eine frühere Veranstaltung, die über die Jahre zunehmend an Teilnehmern verloren hatte, nun wiederbelebt werden konnte und durch die Kooperation mit dem Familienzentrum St. Anna und mit einem gemeinsam erarbeiteten Konzept wieder über 300 Kinder und Erwachsene an der jährlichen Veranstaltung teilnehmen. Ein „Vater/Opa-Kind-Vormittag“ im Herbst ist die zweite gemeinsam organisierte Veranstaltung und wird

jedes Jahr im Herbst durchgeführt. Sie richtet sich an Kinder zwischen zwei und sechs Jahre. In der großen Turnhalle, die der TV Hangelar zur Verfügung stellt, kreieren Übungsleiter vom Turnverein und die Mitarbeiterinnen vom Familienzentrum eine riesige Bewegungslandschaft, die es zusammen mit Papa oder Opa zu erkunden gilt.

Im Sommer 2010 wurde diese Kooperation vom LandesSport-Bund NRW ausgezeichnet. Das Familienzentrum St. Anna wurde als „Anerkannter Bewegungskindergarten“ zertifiziert und der TV Hangelar erhielt die Auszeichnung als „kinderfreundlicher Sportverein“.

TV Ratingen 1865 e.V.

Bereits seit 1994 betreibt der TV Ratingen 1865 e.V. neben den typischen Vereinsarbeiten den Bewegungskindergarten „Springmäuse“ für Kinder von 3 bis 6 Jahren. Dabei handelt es sich nicht um einen Kindergarten der auf öffentliche Mittel zählen kann, er muss sich viel Mehr durch die Mitgliedsbeiträge finanzieren.

Der Kindergarten wird geleitet von zwei Erzieherinnen, die über mehrjährige Berufserfahrungen (u.a. in der Montessoripädagogik) und zusätzliche Sonderausbildungen im Bereich „Qualifizierte Sprachförderung im Kindergarten“ und „Bewegungserziehung im Kleinkind- und Vorschulalter“ verfügen. Im Bewegungsbereich werden Sie von zwei Sportfachkräften unterstützt. Den Kindern stehen zwei eingerichtete Gruppenräume zur Verfügung. In diesen Räumen befindet sich eine kindergerechten Küche, sowie ein Raumbausystem, wodurch Spielaktivitäten auf zwei Ebenen möglich werden. Ein dritter Raum für Sinneswahrnehmungen und zum Kuseln steht ebenso zur Verfügung. Daneben kann für Bewegungsaktivitäten ein Gymnastikraum, die vereinseigene Turnhalle, ein gepflasterter Hof (für Bobby-Cars, Laufräder, Fahrräder, Kettcars usw.), ein Beach-Volleyballfeld, ein Ascheplatz sowie die daran angrenzende Spielwiese genutzt werden.

Neben diesen guten Voraussetzungen liegt dem TV Ratingen besonders die motorische Förderung der Kinder im Rahmen einer allgemeinen vorschulischen Bewegungserziehung am Herzen, da Kinder sich über Bewegung und Wahrnehmung ihrer Umwelt erschließen. Erfahrungsgemäß wird durch Bewegungsförderung im Vorschulalter die gesamte Entwicklung des Kindes positiv beeinflusst.

Je mehr Anregungen und Gelegenheiten ein Kind zur Bewegung hat, desto besser können sich einerseits Fähigkeiten wie Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Koordinationsfähigkeit, und Geschicklichkeit, andererseits motorische Fähigkeiten wie Laufen, Springen, Klettern, Hüpfen, Rollen, Schaukeln, Fangen, Schwimmen und Balancieren ausbilden.

Damit Kinder durch Bewegung handlungsfähig werden, sind folgende Inhaltsbereiche im Konzept „Bewegungserziehung“ berücksichtigt:

- Sinneswahrnehmung

- Körperwahrnehmung
- Spielen
- Bewegungsgrundformen
- Bewegung an und mit Geräten
- Handeln mit Geräten
- Tanzen und Darstellen

Sporttreff Karower Dachse e.V.

Der Sporttreff Karower Dachse e.V. wurde 1999 von sieben sportbegeisterten Familien gegründet, die bis heute fast alle aktiv im Verein tätig sind. Die Gründungsidee bestand in der Widerspiegelung der verschiedenen Bedürfnisse von kleinen und großen Karowern: Der Wunsch nach Gesundheitssport und Fitness, ebenso wie der Wunsch nach einem kreativen, modernen Sporttreff. Gestartet wurde mit 100 Mitgliedern und zwei Aerobic-, einer Eltern-Kind-Turngruppe, einer Ballschulgruppe, einem Volleyballangebot und Rhythmischer Sportgymnastik. Schnell erweiterte sich das Programm auf 38 verschiedene Sportangebote. Heute zählen haben die Karower Dachse e.V. rund 1364 Mitglieder.

Ein Novum, das es nur bei den »Karower Dachsen« gibt: Mitglieder dürfen sowohl turnen als auch tanzen oder zur Leichtathletik gehen: Egal, wie oft sie in der Woche zum Sport gehen wollen, es ist alles in einem Monatsbeitrag enthalten. Die Leitung des Trainings wird bei allen Kursen von solide ausgebildeten Lizenztrainern übernommen. Es wird Verantwortung übernommen und Jugendliche werden als Sportassistenten ausgebildet und sind Beschäftigungsverein in mehreren Projekten der Jugendförderung des Arbeitsamtes. Für dieses gesellschaftliche Engagement wurden die Karower Dachse 2008 mit dem Stern des Sports in Bronze ausgezeichnet.

Die Kopplung der Musikschule an den Verein ist einmalig. In der eigenen Musikschule erleben Kinder ab dem ersten Lebensjahr eine einzigartige Programmvialt: Erste Klangerfahrungen für Babys, frühmusikalische Erziehung und das Ausprobieren von acht verschiedenen Instrumenten im Instrumentenkarussell. Ebenfalls im Jahr 2008 erhielten sie für diese Arbeit den Zukunftspreis der Deutschen Sportjugend. Und weil nicht nur „Dachse“ in Karow leben, richtet der Verein in Karow viele Sport- und Musik-Events aus, an denen sich Kindergärten, Schulen und Jugendeinrichtungen beteiligen.

6.3 Jugendliche

Kooperation mit den Meerbuscher Schulen und dem TuS 1964 Bösinghoven e.V.

Eine Kooperation mit den Meerbuscher Schulen ist der TuS 1964 Bösinghoven e.V. im Februar 2012 eingegangen. Dabei wurde mit dem städtischen Meerbusch-Gymnasium (Meerbusch-Strümp) eine Badminton-AG ins Leben gerufen. Diese Arbeitsgemeinschaft wird von einer Trainerin des TuS betreut und den Jugendlichen wurden extra Trainingszeiten für die AG eingerichtet. Sie soll dazu dienen dass die Jugendlichen den Badminton sport näher kennenlernen. Neben den AG-Zeiten

besteht für interessierte Jugendliche auch die Möglichkeit sich an den normalen Trainingszeiten für Mitglieder im Verein zu beteiligen. Darüber hinaus sind auch spätere Teilnahmen an Schulwettkämpfen (u.a. „Jugend trainiert für Olympia“) geplant.

MTG Horst 1881 e.V.

Ganz nach dem Motto „Freizeit sinnvoll gestalten“ arbeitet man beim MTG Horst 1881 e.V.. Die Märkische

Freizeit sinnvoll gestalten.



Bild: MTG Horst

Turngemeinde Horst 1881 e.V. Essen-Horst stellt mit 3402 Mitgliedern den größten Turn- und Sportverein in Essen dar. Dabei ist auffällig, dass sich der Verein in den letzten 30 Jahren enorm verändert hat. Die Zahlen der Mitglieder unter 18 Jahren haben sich seit 1973 verdoppelt, die Mitgliedszahlen insgesamt verdreifacht. Diese Erfolge resultieren aus der Zielsetzung des Vereins, nämlich den Sport auf breiter Basis und damit verbunden die Jugendarbeit sowie die soziokulturellen Belange zu fördern.

In 14 Abteilungen sorgen über 100 Übungsleiter und Trainer dafür, dass die Mitglieder in Bewegung bleiben. Die Palette der Sportangebote umfasst Breiten- und Wettkampfsport, Angebote für Behinderte sowie Präventions- und Rehabilitationsmaßnahmen. Neben den klassischen Turnsportarten wie Gerätturnen, Rhönradturnen oder Wandern, sind ebenso Trendsportarten wie Taekwondo oder Kanusport zu finden. Abgerundet wird der Breiten- und Wettkampfsport durch das Kursangebot im Sport- und Gesundheitszentrum.

Neben der Auszeichnung verschiedener Angebote mit dem PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB, wurde auch das Sport- und Gesundheitszentrum vom Landessportbund Nordrhein-Westfalen geprüft und ausgezeichnet.

Neben einer Vielzahl von Kooperationen, kooperiert die MTG Horst auch mit Schulen vor Ort. Vor dem Hintergrund der wachsenden Jugendkriminalität bietet die MTG Horst den Schülern Alternativen zur Freizeitgestaltung an, indem beispielsweise ein Angebot „Boxtraining“ mit ins Vereinsprogramm aufgenommen wurde. „Der Sport soll Selbstwertgefühl, Handlungsfähigkeit und das Sozialverhalten der Jugendlichen verbessern und einen Beitrag zur Integration und Gewaltprävention leisten“, so die MTG Horst. Und die Nachfrage ist da: Boxsportinteressierte Schüler sind nicht nur in der Hauptschule Eiberg, sondern auch im Gymnasium an der Wolfskuhle zu finden, so dass sich die Teilnehmerzahl der Sportgruppe ständig erweitert. Lehrer unterstützen zudem dieses Projekt, indem sie die Flugzettel des Vereins an die Schüler weitergeben. Und auch die Polizei wird mit einbezogen: Ein Beamter stattet der Gruppe regelmäßig einen Besuch ab und ist den Jugendlichen sehr vertraut. Ebenso umfassen die Kooperationen des Vereins mit den verschiedenen Schulen sportliche

Projekte wie AG-Betreuung, Ganztagschule, Schulfestbeteiligungen oder auch die MTG-Grundschultage, bei denen die MTG Horst mit den Schulen verschiedene Aktivitäten organisiert und durchführt.

Die MTG Horst organisiert für alle Alterklassen neben den Sportangeboten verschiedenste zusätzliche Aktionen. Beispielsweise seien die traditionellen Ski- sowie Ferienfreizeiten, die MTG-Ruhrparty, eine Kinderdisco, die „Familiade“ - ein generationsübergreifendes Spiel- und Sportfest für Familien, Gesundheitstage oder auch der Sportabzeichtag genannt. Speziell für Senioren finden soziokulturelle Veranstaltungen wie Betriebsbesichtigungen, Ausflüge zu historischen Städten und in Naturparks oder auch Spielenachmittage statt, die neben den Sportangeboten gerne genutzt werden.



Bild: MTG Horst

Kooperation SG Stuttgart West und MTV Stuttgart

Im September 2009 ist die SG Stuttgart West nach sieben jährigen Vorbereitungen mit dem MTV Stuttgart in Kooperation getreten. Dabei wurde u. a. in einem Kooperationsvertrag vereinbart dass die Fußballjugend der SG West in die Fußballakademie des MTV eingegliedert werden soll. Durch die Kooperation der beiden Vereine ist für diese eine Win-Win Situation entstanden. Davon profitieren sollen vor allem die Jugendspieler der SG Stuttgart West, die mit einem Qualitätsanstieg im Jugendtraining vor allem durch den Einsatz von lizenzierten Trainern aus der Fußballakademie rechnen können. Für die SG Stuttgart West war es vor der Kooperation nicht immer einfach geeignete Übungsleiter für die Jugendlichen zu stellen. Beim MTV Stuttgart herrschte vor allem akuter Platzbedarf, da sich vor der Kooperation mit 27 Kinder- und Jugendmannschaften auf einem Platz zu wenig Raum für optimale Trainingsbedingungen fand. So mussten zeitweise 3 - 4 Mannschaften gleichzeitig auf einem Platz trainieren. Durch die Kooperation sollen nun beide Vereine profitieren.



Bild: MTV Stuttgart

6.4 Ältere und Senioren

TSV Berlin-Wittenau 1896 e.V.

Der TSV Berlin-Wittenau 1896 e.V. hat bereits Anfang der 90`er Jahre damit begonnen ein breites Gesundheitssportangebot einzuführen und ständig auszubauen. In Kooperation mit der GESOBAU, der größten Wohnungsbaugesellschaft im Märkischen Viertel, gelang es dem Verein durch den Um- und Ausbau eines ehemaligen Waschhauses eine zusätzliche moderne Sportfläche zur Verfügung zu stellen. Dadurch und mit Einführung des Rehabilitationssportes 2010 wuchs die Mitgliederzahl im Gesundheitssport bis heute auf 700 Mitglieder an. In 2008 wurde der "Seniorenstützpunkt Bewegung" ins Leben gerufen. Um der Anonymität einer Großstadtsiedlung entgegenzuwirken und die Hemmschwelle zu überbrücken, noch im Alter einem Sportverein beizutreten, führt der Verein regelmäßig Freizeitveranstaltungen durch, um präsent zu sein und neugierig zu machen. Mit Kräuterwanderungen, Seniorenpolympiaden, Freitagsspaziergängen, Gleichgewichtserlebnissen, Radwandern usw. locken "Die Fitmacher" immer mehr Mitglieder an und finden zunehmend mehr Partner, die das Engagement des Vereins für sich und ihre Mieter / Klienten / Kunden ebenfalls nutzen möchten. Da in der Zwischenzeit kaum mehr weitere Sportstätten zur Verfügung stehen, versucht der TSV Berlin-Wittenau durch Kooperationen mit Firmen, Einrichtungen, freien Trägern und Wohnungsgesellschaften den Sport direkt vor Ort anzubieten. Dadurch werden, vor allem in Senioreneinrichtungen, auch Menschen

einbezogen, die eigenständig keine Sporthalle aufsuchen könnten.

Die Vitanas Gruppe begann 2010 mit dem Seniorenzentrum Märkisches Viertel. In der Zwischenzeit hat sich das Vitanas Seniorenzentrum Lichterfelde angeschlossen. Das ist jedoch erst der Anfang. Der Verein sucht ständig nach Möglichkeiten Menschen zu bewegen. Und der Erfolg gibt ihm recht. Ausgezeichnet in 2008 mit einem goldenen Stern des Sports, in 2009 mit dem 1. Platz im Innovationswettbewerb des Berliner Sports und 2011 mit dem 1. Platz im DOSB-Wettbewerb "Bewegungsnetzwerk 50+" kann man nicht davon ausgehen, dass ein Ende der Entwicklungen in Sicht ist. "Ganz im Gegenteil", meint Susanne Jurchen, Vereinsmanagerin im TSV. "Der gegenseitige Nutzen einer Kooperation wird von allen Beteiligten noch immer weit unterschätzt. Es geht ja nicht nur um die Gesundheit durch Bewegung. Die sozialen Bindungen einer Sportgruppe, vor allem im Alter sind auch gesundheitlich von unschätzbarem Wert. Auch wenn man mit steigendem Alter im Umfeld zunehmend mit Verlusten konfrontiert wird, die oft mit Vereinsamung einhergeht, wird man in der Sportgruppe aufgefangen, aufgemuntert und stabilisiert, was sich natürlich wieder auf die körperliche Gesundheit auswirkt. Wohnungsgesellschaften können durch solche Angebote die Lebensqualität ihrer Mieter steigern, Seniorenzentren stärken die Bindungen ihrer Bewohner untereinander und deren körperliche Fitness und Geschicklichkeit."

6.5 Menschen mit Migrationshintergrund

TSV Hochdahl

Der TSV Hochdahl beteiligt sich am Programm „Integration durch Sport“ das durch den Deutschen Sportbund (DSB) ins Leben gerufen wurde. Zentrales Ziel des Programms ist die Integration von Zuwanderern in den organisierten Sport. Im Rahmen des Projektes „Integration durch den Sport“ kooperiert der TSV Hochdahl mit verschiedenen Institutionen, wie z. B. der Gleichstellungsstelle der Stadt Erkrath. Aus dieser Kooperation sind u.a. die Aktionstage „Gesundheit und Sport“, das „Internationale Bewegungswochenende für Frauen“ oder auch Postkartenaktionen entstanden. Eine weitere Kooperation im Bereich der Integration besteht mit Parea, dabei werden Sportschnupperkurse für Spätaussiedlerinnen aus der ehemaligen Sowjetunion angeboten. Darüber hinaus kooperiert der TSV Hochdahl noch Bereich der Schulaufgabenbetreuung für Kinder mit Migrationshintergrund mit den umliegenden Schulen.

Kooperation Integrationsbüro der Stadt Dreieich, dem Mädchencafé Dreieich und der Evangelischen Kindertagesstätte

In einer Kooperation mit dem Deutschen Turner-Bund (DTB), dem Integrationsbüro der Stadt Dreieich, dem Mädchencafé Dreieich und der Evangelischen Kindertagesstätte Versöh-

nungsgeimende arbeitete die Sport- und Kulturgemeinschaft (SKG) Sprendlingen im Netzwerkprojekt des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) „Bewegung und Gesundheit – mehr Migrantinnen in den Sport“.

Ziel war es, einerseits einen besseren Zugang für Migrantinnen zu regelmäßigen Sportangeboten zu ermöglichen und andererseits eine Sensibilisierung und interkulturelle Öffnung der Verbands- und Vereinsarbeit für nichtdeutsche Mitglieder zu erreichen. Aus diesem Grund konzipierte der DTB zusammen mit der SKG Sprendlingen verschiedene Sportangebote für das Projekt, die in der Kindertagesstätte sowie im Mädchencafé der Stadt Dreieich angeboten wurden. Angeknüpft haben die Verantwortlichen dabei an ein Sportangebot für muslimische Frauen, das vom Integrationsbüro Dreieich zusammen mit der SKG Sprendlingen im Rahmen des Projektes „Vereine aktiv für Integration“ entwickelt wurde.

Rund 70 Frauen und Mädchen konnten mit den Angeboten erreicht werden. Bei der Abschlusspräsentation im Mädchencafé Dreieich begrüßten die Mädchen alle Gäste mit selbst gemachten alkoholfreien Cocktails. Im Anschluss berichteten die Frauen von ihren Erfahrungen. Die 41-jährige Naseem Ahmed zeigte sich begeistert von der Sportgruppe: „Gymnastik in einem abgetrennten Raum machen zu können, ist ein tolles Angebot für muslimische Frauen und Sport tut mir einfach gut und macht Spaß. Ich bin jetzt auch Mitglied in der SKG geworden.“ Dass sich Vereine für solcherart Sportangebote öffnen müssen, hat die SKG schon lange erkannt. „Für uns Vereine ist das zwar mit viel Arbeit verbunden, aber es lohnt sich auf die Wünsche und Bedürfnisse der Frauen einzugehen“, erklärt Norbert Althammer, Integrationsbeauftragter der SKG.

Zum Musikkindergarten trafen sich drei deutsche und sechs Mütter mit Migrationshintergrund nach dem Mittagsschlaf ihrer Kinder. Hier wurde zusammen gesungen, gerasselt, mit Glöckchen gebimmelt und getanzt, sodass bereits die Kleinsten den Zugang zu Bewegung auf Musik bekamen. „Das Turnangebot für die Mütter in der Kita lief zwar langsam an, aber durch Mundpropaganda blieben Montagsmorgens immer mehr Mütter zum Sport da, nachdem sie die Kleinen gebracht hatten“; berichtet Christina Martin-Herzog von der Versöhnungsgemeinde.

6.6 Menschen mit Behinderung

Behindertensport – eine echte Bereicherung im Sportverein

Im Jahre 2009 wurde der Sportpark des Friedrichshaller Sportverein 1898 e.V. fertiggestellt. Dies war für die Übungsleiterin Heike Acker und Dietmar Fischer, den heutigen Abteilungsleitern der Behindertensportabtei-



Bild: Friedrichshaller SV

lung, Anlass, beim Friedrichshaller Sportverein nach einer Sportstätte zu fragen, auf welcher behinderte Menschen Sport treiben können. Für den FSV war es selbstverständlich, diese Idee nicht nur zu unterstützen, sondern es wurde auch aus verschiedensten Gründen (wie Versicherung, Gespräche mit der Stadt, Mitgliedschaften in Fachverbänden, u.ä.m.) als richtig und notwendig erachtet, diese Gruppe in den Verein aufzunehmen. In den Gremien des FSV fand diese Idee sofort viele Anhänger und so hat der Vereinsrat am 20.09.2009 die Behindertensportabteilung als zehnte Abteilung des FSV ins Leben gerufen.

Heute ist der Behindertensport innerhalb des rund 3.200 Mitglieder zählenden Vereins ein fester, ja sogar unverzichtbarer Bestandteil. Eigene Turniere, die Teilnahme an Festen, die Mithilfe bei Sportveranstaltungen – die aktiven Mitglieder unserer Behindertensportabteilung sind präsent, sie sind anerkannt und sie gehören zum FSV dazu.

Wie beschrieben wurde die Sportgruppe durch eine Privatinitiative ins Leben gerufen, um Menschen mit Behinderung die Teilnahme an sportlichen Aktivitäten zu ermöglichen. Die Sportangebote sollen zur Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit, zur Förderung der Eigeninitiative und des Selbstvertrauens, zur Integration und zur Teamfähigkeit beitragen. Nach ersten Gesprächen stellte der Bürgermeister von Bad Friedrichshall Räume für diese Sportgruppe bereit. Ziel war jedoch die Integration der Sportgruppe in einen Verein. Und der FSV Bad Friedrichshall mit seinen über 3000 Mitgliedern hat diesen besonderen Integrationsbeitrag geleistet. Als Kooperationspartner konnte die Beschützende Werkstätte Heilbronn gewonnen werden, welche unter anderem Fahrzeuge für notwendige Transporte zur Verfügung stellt. Der Förderverein der Werkstätte unterstützte bei der Anschaffung erster Sportgeräte.

U.a. wurde bereits 2010 eine Bocciagruppe gegründet, die 2012 auch erstmals an den Special Olympics teilnehmen wird. Weitere Aktivitäten sind das „Chill Out“ ein monatlicher Spielertreff im Jugendraum der Stadt Bad Friedrichshall, der von engagierten Eltern geleitet wird sowie Drums alive und Geocaching zu verschiedenen Terminen am Wochenende.

Inzwischen hat die Behindertensportabteilung 54 Mitglieder. Sie kommen überwiegend aus der Beschützenden Werkstätte in Bad Friedrichshall, es sind aber auch drei Kinder zwischen 11 und 13 Jahren dabei. Behindertensport ist gelebte Integration. Der FSV ist gespannt, wie es weitergehen wird.

Kooperation zwischen Frankfurter Turnverein 1860 und dem Frankfurter Verein für soziale Heimstätten e.V.

Die Kooperation zwischen dem Frankfurter Turnverein 1860 (FTV 1860) und dem Frankfurter Verein für soziale Heimstätten e. V. (Frankfurter Verein) ist vermutlich einmalig in Deutschland. Während der Frankfurter Verein Menschen mit

psychischer Behinderung und Menschen in sozialen Notlagen fördert und betreut, bietet der FTV 1860 diesen Menschen eine sportliche Heimat. Ein positives Beispiel gelingender Integration, das wir nachfolgend vorstellen. Im Rahmen seiner Fördermaßnahmen organisiert der Frankfurter Verein in seinen Werkstätten für behinderte Menschen auch „Betriebs-sport“. In Wohnheimen und mit den ambulanten Hilfen wird ebenfalls Sport organisiert und im Einzelfall versucht, Klienten gezielt für sportliche Aktivitäten zu gewinnen. Für die Menschen, die der Frankfurter Verein betreut, ist der Sport eine enorme Bereicherung des Lebensalltags. Denn er verbessert nicht nur die Einstellung zur eigenen Gesundheit; auch die Anerkennung im sozialen Umfeld, das Selbstwertgefühl und die Möglichkeiten zur sozialen Teilhabe steigen. Im Sport können die betreuten Menschen von der Rolle des Hilfeempfängers in die des selbstbewussten, aktiven Bürgers wechseln. Daher ist es wichtig, dass vormals betreute Menschen auch nach der Lebensphase mit institutioneller Hilfe – also zum Beispiel nach dem Verlassen der Reha- Werkstatt oder des Betreuten Wohnens – in einem akzeptierenden sozialen Rahmen als selbstständige Personen verbleiben und aktiv sein können. Es ist bekannt, dass eine solche Eingebundenheit sich stabilisierend auf das gesamte Leben der (dann ehemaligen) Klienten auswirkt. Da der Frankfurter Verein aber kein Sportverein ist, gestaltete sich die Durchführung der Sportangebote entsprechend schwierig und eingeschränkt. Das ist jetzt anders, wurde doch im Rahmen der Kooperation mit dem FTV der gesamte Sportbetrieb des Frankfurter Vereins als eigene Abteilung in den FTV 1860 integriert. Gleichzeitig wurde der FTV Mitglied im Hessischen Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband (HBRS). Die Kooperation bietet den Beteiligten vier wesentliche Vorteile:

- Sportstätten für das bisherige Angebot des Frankfurter Vereins lassen sich über das Sportamt anmieten
- die Finanzierung von Kursen durch die Krankenkassen über den HBRS ist möglich
- den Klienten des Frankfurter Vereins steht neben den wenigen bisher ausgeübten Sportarten auch das gesamte Angebot des FTV 1860 offen
- der FTV 1860 gewinnt neue Mitglieder.

Die Wohnungslosen, die Bewohnerinnen der Frauenhäuser und die psychisch kranken Menschen, um die sich der Frankfurter Verein kümmert, können nun beispielsweise Jazztanz betreiben, Tischtennis und Badminton spielen. Durch die Kooperation profitiert aber auch der FTV 1860. So ist eine Erweiterung des Angebots möglich, denn bisher bot der Sportverein weder Fußball noch Schwimmen an. Das soll nun anders werden. Mittelfristig streben die Vereinsverantwortlichen eine Ausweitung der Fußballaktivitäten an. Ziel dabei ist die Teilnahme am normalen Spielbetrieb des Hessischen Fußballverbandes mit Mannschaften, in denen kranke und nicht kranke Spieler integriert sind. Zwischenzeitlich sind bereits 30 Klienten des Frankfurter Vereins neue Mitglieder im Frankfurter Turnverein 1860 geworden. Einige von ihnen haben dabei neben ihrem bisherigen Schwerpunkt „Fußball“ auch Gefallen an anderen

Sportarten gefunden, so zum Beispiel an Wandern, Tischtennis oder Fitnesssport. Und haben somit neue Freizeitaktivitäten im ganz „normalen Sportverein“ für sich entdeckt. Auch bei der Ehrung erfolgreicher Sportler des FTV 1860 bei dessen Tag der offenen Tür am 22. August des vergangenen Jahres waren erstmals Sportler des Frankfurter Vereins dabei: die Fußballmannschaft der Werkstatt Oberrad ist Hessenmeister 2010 der Behindertenwerkstätten. Bei der Endrunde im September 2010 konnte sie sogar zum zweiten Mal die Deutsche Meisterschaft erringen. Aber auch außerhalb des sportlichen Treibens beteiligen sich Klienten des Frankfurter Vereins inzwischen am Vereinsleben, zum Beispiel bei „Jambo Afrika“, einem Beitrag des FTV 1860 zu den interkulturellen Wochen der Stadt Frankfurt. Für ihre gelungene Kooperation erhielten der Frankfurter Verein und der FTV 1860 im vergangenen Dezember auch den Schlappekicker-Preis 2010 der Frankfurter Rundschau. Die Auszeichnung ist mit einem Preisgeld in Höhe 5.000 Euro verbunden und eine zusätzliche Motivation, den von ihnen betreuten Menschen neue Ziele und Perspektiven zu eröffnen. Nach dem gelungenen Start der Kooperation freuen sich beide Partner jedenfalls auf eine erfolgreiche Zukunft des Projektes.

6.7 Menschen mit psychischer Erkrankung

Kooperation zwischen dem MTV Ilten und dem Klinikum Wahrenndorff

Eine Verbindung zwischen Sportverein und Psychiatrischer Fachklinik bietet die Kooperation des MTV Ilten und dem Klinikum Wahrenndorff. Dieses Projekt wird in Sehnde (Ortsteil Ilten) gelebt.

Das Klinikum Wahrenndorff ist ein psychiatrisches und psychotherapeutisches Fachkrankenhaus vor den Toren Hannovers. Das „Krankenhaus für die Seele“ lässt sich in fünf Fachabteilungen einteilen: Die Klinik für Suchtmedizin, das Zentrum für Gerontopsychiatrie, die Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, das transkulturelle Zentrum sowie die Klinik für Psychosomatische Medizin mit dem Schwerpunkt Psychotherapie. Das vorrangige Ziel der Behandlung ist es, die Patienten und Bewohner (ab 18 Jahre) schnellstmöglich wieder in ein normales Alltagsleben zu integrieren. Mit 1000 Mitarbeitern ist das Unternehmen der größte Arbeitgeber in der Region.

Der MTV Ilten (Ortsansässiger Verein) bietet Sportangebote in elf Abteilungen an. Seit dem Sommer 2010 besteht beim MTV Ilten eine Behindertenabteilung die den Bewohnern und Bewohnerinnen des Klinikum Wahrenndorff die Möglichkeit gibt integrativen Sport zu betreiben. Der MTV Ilten arbeitet hier eng mit dem Klinikum Wahrenndorff zusammen. Die Bewohner und Bewohnerinnen des Klinikum können in verschiedenen gemischten Sportgruppen (Gymnastik, Reha-Sport, Rücken-Fit, Fußball, Volleyball) unter der Leitung der Sporttherapeuten des Klinikums Marcel Wendt und Carsten Linke (Sportli-



cher Leiter der Fußballabteilung) ihren Sport betreiben. Alle Angebote finden in offenen Sportgruppen in der Sporthalle in Ilten statt.

Auch in anderen Bereichen kooperieren Verein und Klinikum: So trainieren in den Sommermonaten (April bis Oktober) die Fußballmannschaften des MTV auf dem Sportplatz des Klinikum. Ab dem Frühjahr 2012 werden dort auch Pflichtspiele für Kleinfeldmannschaften (Jugend und Alt-Liga) vorgenommen. Dank der Förderung und Unterstützung des Klinikum wird der Verein im Frühjahr 2012 einen zusätzlichen Sportplatz bauen. Der Aufbau einer Lerngruppe zur Förderung der Schüler des MTV ist ebenso wie zusätzliche Talentförderung ein weiterer Baustein im Rahmen des gemeinsam erarbeiteten Konzepts.

Die Fußballmannschaft der Behindertenabteilung (Bewohner-Mannschaft des Klinikum) wird im Februar zu ihrem zweiten Freundschaftsspiel gegen den TSV Höver antreten wird. Hier ist geplant, das Team in den Spielbetrieb der 4.Kreisklasse Hannover Land einzugliedern.

6.8 Familien

Gauwandertag des Turngau Süd-Nassau

Der Gauwandertag des Turngau Süd-Nassau der in Kooperation mit 23 Turngauvereinen veranstaltet wird, wurde dieses Jahr durch die Turnergemeinschaft Kiedrich 1886 e.V. ausgerichtet.

Die Teilnehmer starteten am Vormittag und wurden bis 15 Uhr im Ziel erwartet. Es gab die Auswahl zwischen einer 8 und einer 13 km langen Strecke. Insgesamt 440 Wanderer von 23 Turngauvereinen genossen bei gutem Wetter die tollen Ausblicke in den Rheingau. Bei der Siegerehrung wurden die Vereine ausgezeichnet, die in ihrer Kategorie (Gesamt-Teilnehmerzahl, Jugendwertung der 13 bis 18-Jährigen und die Kinderwertung der 1 bis 12-Jährigen) die größte Teilnehmerzahl aufweisen konnten. Zudem gab es für jeden Wanderer einen Stempel in den Wanderpass. Je nach Anzahl der Stempel konnte man den Wanderschuh des Hessischen Turnverbands in Bronze, Silber und Gold erwerben, was insbesondere den jüngeren Teilnehmern gefiel.

Der nächste Ausrichter innerhalb der Kooperation des Gauwandertags des Turngau Süd-Nassau wird der Turnverein 1888 Lorch e.V. sein.

Landeswandertag des TV Rheinweiler 1962 e.V.

Ebenfalls in diesem Jahr lud der TV Rheinweiler 1962 e.V. zum Landeswandertag des Badischen Turner-Bundes. Der Verein der in diesem Jahr sein 50jähriges Jubiläum feiert, hatte sich zwei Jahre zuvor um die Austragung beworben und organisierte den Tag zusammen mit der Gemeinde Bad Bellingen.

Am Landeswandertag selbst wurden nach der Anmeldung am Stand alle Wanderer in Gruppen von jeweils 10-15 Personen eingeteilt. Jeder Gruppe wurde ein Wanderführer zugeteilt, der den Wanderern nicht nur den richtigen Weg wies, sondern auch Wissenswertes über Bad Bellingens Sehenswürdigkeiten und Geschichte erzählte.

Zur Auswahl standen drei Routen: Rundweg 1 mit einer Länge von 5 km (und war somit auch für Ältere und Kinder geeignet), Rundweg 2 mit einer Länge von 9 km und Rundweg 3 mit einer Länge von 16 km.

Nachdem die Wanderer wohlbehalten wieder am Ausgangspunkt angelangt waren, gab es neben Kaffee und Kuchen auch eine Spielstraße für die kleineren Teilnehmer. Unter allen teilnehmenden Kindern und Jugendlichen bis 18 Jahre wurden drei Familienkarten für den Europapark in Rust bei Freiburg verlost.

Turnverein Augsburg 1847 e.V.

Im Jahre 1996 zählte der Turnverein Augsburg 1847 e.V. rund 1.400 Mitglieder. Die damalige Vorstandschaft machte sich Gedanken über die Zukunft des Vereins. Wie kann man dem Mitgliederschwund entgegen wirken.

Man entschloss sich, verstärkt die ganze Familie in das Sportgeschehen des Vereins einzubinden und die entsprechenden Angebote und Anreize zu schaffen. Mit Hilfe eines Sponsors wurde eine Mitgliederwerbung gestartet, die in eine neue, ungewöhnliche Richtung ging.

Der Verein suchte 100 Familien, die ½ Jahr kostenlos Sport beim TVA treiben durften. Mit Werbespots in den lokalen Radiosendern und großen Artikeln in der Tagespresse wurden diese 100 Familien gesucht. Die Kosten für die Werbung übernahm der Sponsor. Die Betreuung in den Sportstunden war Sache des TVA. Der Werbeerfolg war groß. Es meldeten sich zwar nicht die erwarteten 100, aber 73 Familien war doch ein durchschlagender Erfolg.

Anfänglich konnten die neuen Mitglieder noch in die bestehenden Übungsstunden integriert werden. Aber bereits nach einigen Wochen mussten zusätzliche Übungsstunden angeboten werden. Der TVA führte zusätzlich noch den sogenannten Familien-Sportsonntag ein. Barbara Stamm, die damalige Familienministerin in Bayern war bei der Auftaktveranstaltung dabei und war begeistert von dieser Idee.

So gab es dann 6 Monate lang einmal im Monat sonntags ein Sportangebot, bei dem die ganze Familie mit jeweils anderen Schwerpunkten gleichzeitig Sport treiben konnte nach dem Motto: "Sport soll Familien zusammenführen und nicht trennen." Es wurden z. B. verschiedene Ballspiele wie Basketball, Faustball, Badminton, Tischtennis oder Geräteturnstationen, oder Rope Skipping, Akrobatik, Zirkeltraining usw. angeboten.

Das Fazit nach einem Jahr:

Der TVA hatte über 200 Mitglieder mehr und auch einige neue Mitarbeiter gewonnen! Diese Aktion war auch mit ausschlaggebend für das im Jahr 2001 begonnene große Projekt:

Dem Bau der Gesundheits- und Fitnesstürme des TV Augsburg, die im Jahr 2002 eröffnet wurden. In 2 4-stöckigen Türmen mit 4 Gymnastikräumen, einem großen Fitnessstudio mit Kletterwand, einem Pekierraum, einem Spinningraum, Sauna und den entsprechenden Sanitär- und Umkleideräumen kann das Familiensportkonzept des TV Augsburg voll umgesetzt werden. Inzwischen ist der TVA auf fast 4.500 Mitglieder gewachsen mit aufsteigender Tendenz.

6.9 Menschen aus sozial schwachen Familien

Sportangebote als Integrationshilfe

Der VfL Munderkingen unterstützt Förderschüler – und hofft auf Talente.

Die Fußball- und die Tischtennisabteilung des VfL Munderkingen kooperieren mit der Förderschule Munderkingen. Daneben arbeitet die Schule unter anderem mit dem Schützenverein und einem Reitverein zusammen. Manche Kurse gehen auch über den Regelunterricht hinaus. Turniere und Freizeitaktivitäten wie der Besuch eines Spiels des VfB Stuttgart runden das Programm ab. Ein weiterer wichtiger Kooperationspartner ist das Landratsamt mit dem Sozialen Dienst.

Ziel ist die Integration benachteiligter Kinder und Jugendlicher in den Verein mithilfe von Sport- und Freizeitangeboten. Über die Kooperation will der VfL zudem Talente für den Verein gewinnen. Ausgangspunkt war das Problem der Schule, zu wenige Lehrer zu haben, die Sport über den normalen Unterricht hinaus anbieten konnten. Zwar wird das zusätzliche Angebot mittlerweile zumeist von den Lehrkräften abgedeckt, der Verein stellt aber Know-how, Material (Tischtennisplatten), die Infrastruktur (Fußballplatz, Minispielfeld) bereit sowie Personal beispielsweise zur Vorbereitung von Turnieren.

Die Zusammenarbeit zwischen Sportverein und Förderschule besteht seit mehr als zehn Jahren, die Angebote haben sich etabliert. Ein Problem besteht darin, dass die Trainer nicht gleichzeitig abends im Verein und tagsüber in der Schule sein können. Deshalb hängen die Sportangebote immer davon ab, ob die Lehrer zu einer zusätzlichen Belastung bereit sind.

Der VfL Munderkingen wurde Sieger beim DFB-Integrationspreis und belegte den dritten Platz bei „Mission Olympic“. Die Mitgliederzahlen des Vereins sind trotz der Alterung der Gesellschaft bei Kindern und Jugendlichen stabil. Die Kooperation hat mittlerweile ihren festen Platz im Schulalltag.

6.10 Arbeitssuchende

In einem Bericht des DOSB wird die TGS Jügesheim vorgestellt:

Jügesheim ist der zweitgrößte Stadtteil von Rodgau, einer Stadt des Landkreises Offenbach im Südosten von Frankfurt am Main. Dort ist die Turngesellschaft Jügesheim 1845 e.V., kurz TGS, beheimatet. Der Verein hat rund 1900 Mitglieder, wovon die Turnabteilung alleine 1200 Mitglieder hat. Seit mittlerweile drei Jahren engagiert sich die TGS in Kooperationen mit Schulen und Kindergärten für die Kinder und Jugendlichen in Jügesheim, um diese von der Straße zu holen, ihnen eine sinnvolle Freizeitbeschäftigung zu ermöglichen und den Spaß am Lernen zu vermitteln.

Die TGS hat bei ihren Aktivitäten ein kompetentes Vereinsmitglied. Frank Eser von der Sportjugend Hessen und zugleich Landeskoordinator des Programms „Integration durch Sport“ ist seit vierzig Jahren Mitglied und aktuell Abteilungsleiter Turnen in der TGS: „Ich bin seit frühester Kindheit im Verein, meine Mutter hat mich damals zum Mutter-und-Kind-Turnen mitgenommen und als Abteilungsleiter Turnen habe ich die Entscheidung des Vereins sich neuen Aktivitäten zu öffnen mit voran getragen“.

Die TGS Jügesheim organisiert an der Carl-Off-Grundschule und der Wilhelm-Busch-Schule zusammen mit den Fördervereinen der Schulen eine tägliche Hausaufgabenbetreuung und an zwei Tagen in der Woche ein zusätzliches Sportangebot. „Die Kinder machen unter Anleitung von jungen Mitarbeitern, die dort ihr freiwilliges soziales Jahr machen, ihre Hausaufgaben, bekommen etwas zu essen, basteln und spielen. So sind sie, je nach Stundenplan, in der Woche bis 15:30 Uhr beschäftigt, an den zwei Tagen, an denen wir den Sport zusätzlich anbieten, sind die Kinder sogar bis 17:30 Uhr betreut“, erläutert Frank Eser.

Persönlichkeitsentwicklung durch Sport – die TGS hilft benachteiligten Jugendlichen

Im Sportangebot für die Kids geht es vorrangig um die Verbesserung der grundmotorischen Fähigkeiten und der Vermittlung von sozialen Kompetenzen durch den Sport, nicht um Leistung. Die Angebote heißen „Dance for Kids“ und „Abenteuerturnen“.

Doch die TGS bietet an der Georg-Buchner-Schule, einer Gesamtschule in Jügesheim sogar noch mehr an. „Zusammen mit der Stadt und dem Arbeitsamt haben wir eine langfristige Hilfestellung für jugendliche Hauptschüler entwickelt, die keinen Ausbildungsplatz und keine Perspektive haben“, so Frank Eser. Die Jugendlichen werden über den Zeitraum von einem Jahr in verschiedenen Funktionen in der TGS Jügesheim eingesetzt, durchlaufen aber auch Praktika bei verschiedenen Unternehmen, die der Verein als Partner gewinnen konnte.

„Nach den Sommerferien beginnen wir das Programm mit acht Jugendlichen, wovon die Hälfte Migrationshintergrund hat. Die Jugendlichen werden daneben von je einem Mitarbeiter der Stadt und vom Arbeitsamt betreut. Sie sollen einen geregelten Tagesablauf erlernen, sich daran gewöhnen Verantwortung zu übernehmen und erhalten die Chance sich bei Unternehmen für einen Ausbildungsplatz zu präsentieren“, umreißt Frank Eser die Ziele der Maßnahme.

6.11 Angestellte

Sportclub Vöhringen 1893 e.V.

Der Sportclub Vöhringen 1893 e.V. ist der mitgliederstärkste Verein in Vöhringen und einer der größten Vereine im bayrischen Landkreis Neu-Ulm. In 19 Abteilungen können die mittlerweile über 3.300 Mitglieder dort sportlich aktiv sein. Gemäß dem Motto „Immer in Bewegung – für Ihre Gesundheit“ ist das mit dem Siegel „Sport pro Fitness“ zertifizierte SCV-Center als Fitness- und Gesundheitsstudio des Sportclub Vöhringen für viele ortsansässige Betriebe zum Kooperationspartner bei der betrieblichen Gesundheitsförderung geworden. Mit fachspezifisch qualifizierten Übungsleitern und Trainern kann aber nicht nur das SCV-Center, sondern auch der Gesamtverein ein breites Spektrum der Gesundheitsförderung abdecken. Eine erfolgreiche Steuerung der Gesundheitsangebote setzt jedoch ein individuell an die verschiedenen Zielgruppen angepasstes Konzept voraus. So müssen beispielsweise Mitarbeiter der betrieblichen Werksfeuerwehr der Wieland Werke AG anders angesprochen werden als Mitarbeiter der Sparkasse.

Nur gut trainierte Feuerwehrleute können erfolgreich „retten, löschen, bergen und schützen“. Dass Feuerwehrangehörige bei der Brandbekämpfung und bei Rettungseinsätzen extrem hohen



Bild: SC Vöhringen

körperlichen Belastungen ausgesetzt sind, ist einleuchtend und wurde auch bereits in mehreren wissenschaftlichen Studien belegt. Ärzte fordern daher, dass nur sportlich aktive und gut trainierte Feuerwehrangehörige zum Einsatzdienst zugelassen werden, um kritisch hohe Herzfrequenzwerte bei den Einsatzkräften zu vermeiden. Aus diesem Grund entwickelte das SCV-Center für die Feuerwehrmänner gemeinsam mit den Verantwortlichen des Betriebsgesundheitsmanagements der Wieland Werke AG ein neues Spezialtraining in den Bereichen Kraft und Ausdauer. Das Trainingsprogramm ist dabei Teil eines Gesamtkonzepts, bei dem durch ein Netzwerk aus Werksarzt, Betriebskrankenkasse, Ernährungsberatung und dem SCV-Center das Ziel verfolgt wird, die Betriebsfeuerwehr zu einem höheren Fitnessniveau und gesundheitsbe-

wussteren Verhalten auszubilden. Wissenschaftlich begleitet wird das Programm durch die Universität Ulm, die vor und nach der angesetzten Laufzeit von 9 Monaten Bewegungsverhalten und -muster aufzeichnet und analysiert.

Bevor es für das Team der Feuerwehr richtig losging, wurden diese im SCV-Center durch eine individuelle Gesundheitsanalyse unter physiotherapeutischen und sportwissenschaftlichen Gesichtspunkten durchgecheckt. So wussten die Teilnehmer und Trainer des SCV-Centers unter der Leitung von Thomas Lotzkat genau, wie belastungsfähig sie sind und wo gegebenenfalls Schwachstellen bestehen.

Entsprechend der sich daraus ergebenden individuellen Ziele wurde ein optimaler Trainingsplan ausgearbeitet, der die speziellen Anforderungen an Feuerwehrleute



Bild: SC Vöhringen

berücksichtigt. In einem regelmäßigen Intervall wurden die Trainingspläne dann durch das Trainerteam überprüft und angepasst. Bereits beim ersten Zwischentest zeigte sich sowohl im Kraft- als auch im Ausdauerbereich eine deutliche Leistungsverbesserung der Brandbekämpfer. So konnte beispielsweise die relative Ausdauerleistung im Schnitt um 10,9 Prozent gesteigert werden.

Betriebliche Gesundheitsförderung muss aber nicht immer in einem solch großen Umfang betrieben werden, wie das Beispiel der örtlichen Sparkasse zeigt. Hier konzipierte das SCV-Center einen zeitlich begrenzten Bewegungskurs, der sich einmal wöchentlich direkt an die Arbeitszeit der Sparkassen-Mitarbeiter anschließt und für eine festgelegte Dauer von 10 Übungseinheiten einen auch nach Wünschen der Teilnehmer gestalteten Mix aus Indoor-Cycling, Pilates und Rückengymnastik anbietet. Der Kurs ist dabei grundsätzlich allen Sparkassen-Mitarbeitern unbegrenzt zugänglich und wird vor Neubeginn immer wieder im Intranet der Sparkasse angekündigt. Ursprünglich aufmerksam gemacht wurde auf dieses sparkassenspezifische Angebot im Rahmen eines Tag der offenen Tür, bei dem die Mitarbeiter der Bank vor Ort im SCV-Center eine Vielzahl klassischer Kursangebote kennen lernen und ausprobieren konnten.

7. Best-Practice Beispiele Netzwerke für

7.1 Erwachsene

Turnverein Weißendorf

Der Turnverein Weißendorf hat den Aufbau und die Etablierung eines Gesundheitsnetzwerkes im Thüringer Vogtland initiiert. Mit diesem Konzept sollen alle Menschen im Landkreis die Möglichkeit erhalten, qualifizierte Kurse und Leistungen aus dem Gesundheitsbereich nutzen zu können. Durch eine gemeinnützige Kooperation der im Gesundheitswesen tätigen Personen, wird ein vielfältiges Sport- und Gesundheitsangebot für die Region entwickelt. „Als Modellregion möchten wir andere Landkreise dazu anregen, durch geschickte Kooperation qualifizierte Angebote anzubieten und umzusetzen“, sagt Danny Winkelmann, Pressesprecher und Übungsleiter des TV Weißendorf. Der Verein bietet seit vielen Jahren ein breites Spektrum an Kursen aus dem Bereich des Gesundheitssports an. Die Angebote sind mit zwei Qualitätssiegeln ausgezeichnet: „Pluspunkt Gesundheit.DTB“ des Deutschen Turner-Bundes und „Sport pro Gesundheit“ des Deutschen Olympischen Sportbundes. Seit 2008 sind auch Rehabilitationskurse Teil der Angebotsvielfalt des Turnvereins. Ärzte können ihren Patienten diese Kurse per Rezept verschreiben. Der TV Weißendorf möchte mit Hilfe des Gesundheitsnetzwerkes auch in Zukunft das vereinseigene Angebot ausbauen, professionalisieren und mit anderen Angeboten im Bereich des Gesundheitswesens vernetzen.



Bild: TV Weißendorf

Das Konzept des Netzwerks

Die Basis des Netzwerks bildet die enge Zusammenarbeit von Ärzten, Physiotherapeuten und Krankenkassen, aber auch Schulen und Kindertagesstätten aus der Region. Der Aufbau des Gesundheitsnetzwerks ist in drei Phasen gegliedert. In der ersten Phase wird das bestehende Angebot in der Region erfasst und nach potenziellen Netzwerkpartnern gesucht. Die Übungsleiter des TV Weißendorf nehmen an Aus- und Fortbildungsmaßnahmen teil, um die notwendigen Qualifikationen zu erwerben und neue Angebote zu entwickeln. Zum 1. September 2009 wurde die vom europäischen Sozialfonds finanzierte

Stelle des Netzwerkkoordinators geschaffen. Planung, Organisation und Koordination von Veranstaltungen und dem neuen Gesundheitssportangebot, sowie die Erstellung von Materialien für die Presse und Angebotsveröffentlichung, sind Teil dieser verantwortungsvollen Position. In Phase 2 liegt der Fokus auf dem Aufbau des Netzwerks mit den gefundenen Partnern und der Erweiterung des Sport- und Gesundheitsangebotes. In Zusammenarbeit mit den Ärzten, Physiotherapeuten und Krankenkassen wird ein Kooperationsmodell ausgearbeitet und gemeinsame Aktionen geplant. Ein weiterer Schritt dieser Phase besteht in der Steigerung der öffentlichen Aufmerksamkeit durch gezielte Öffentlichkeitsarbeit in der Region.

Die dritte Phase wird durch die Eröffnung des Gesundheitszentrums bestimmt. Nach einem ersten Feedback der Vereinsmitglieder und Kursteilnehmer werden die bisherigen Maßnahmen evaluiert und das Angebot ergänzt und verbessert. Das Projekt wird über die Grenzen der Region hinaus kommuniziert und weitere Partner im Thüringer Vogtland in das Netzwerk aufgenommen. Zentraler Netzwerkpartner über alle Phasen hinweg ist der TV Weißendorf. „Als Anlaufstelle und Anbieter von professionellen Sport- und Gesundheitsangeboten übernimmt unser Verein die Koordination der Aktionen und Aktivitäten“, erklärt Pressesprecher Winkelmann. In allen Phasen wird das Kursangebot des Vereins ausgebaut und professionalisiert. Am Ende des Konzepts wird so ein umfangreiches Gesundheitsnetzwerk mit eigenem Gesundheitszentrum stehen, das den Menschen ein vielfältiges Sport- und Gesundheitsangebot bietet.

7.2 Kinder

Netzwerk Gesunde Kindergärten und Schulen im Rhein-Kreis Neuss

Das Netzwerk Gesunde Kindergärten und Schulen im Rhein-Kreis Neuss hatte bei dessen Gründung in 2003 als Hauptziel dauerhaft gesundheitsfördernde Maßnahmen im Alltag von Kindern zu integrieren. Dies soll durch eine Verbesserung der Zusammenarbeit der beteiligten Institutionen sowie dem Aufbau von Strukturen in Kitas und Schulen, erreicht werden.

Zu den Inhalten der Maßnahmen gehören u.a. gesundheitsfördernde Angebote für Kinder wie zum Beispiel Sprachförderung, gesunde Ernährung und Bewegung. Zu den Angeboten für Erzieher oder Lehrkräfte gehören z. B. Rückengesundheit, Zeitmanagement oder Stressbewältigung.

Das Netzwerk ist in verschiedenen Ebenen organisiert. Dabei kommt der Koordinierungsstelle Gesundheitsförderung des Kreisgesundheitsamtes eine tragende Funktion zu teil. Die Stelle Gesundheitsförderung ist der Mittelpunkt des Netzwerkes, sie organisiert Veranstaltungen und führt Beratungen durch. Auch ist sie der direkte Ansprechpartner für die im Netzwerk agierenden Partner und ist die Anlaufstelle für Kitas und Schulen.

In den Kitas und Schulen wird das interne Projektmanagement durch zwei Erzieher/-innen bzw. Lehrkräfte, die speziell dazu geschult wurden übernommen. Die Gesundheitsteams treffen sich regelmäßig und bestehen aus 6-8 Erziehern/innen oder Eltern der Kinder von den Schulen bzw. Kitas. In den Treffen werden ausgewählte Themen besprochen und nach einem definierten Ablaufschema bearbeitet. Die Bearbeiteten Themen werden dann in die Maßnahmen des Kita bzw. Schulalltags übernommen.

Bisher haben sich 43 der 220 im Kreis befindlichen Kitas und 11 der 155 im Kreis befindlichen Schulen dem Netzwerk angeschlossen.

Das Netzwerk Gesunde Kindergärten und Schulen im Rhein-Kreis Neuss wird vom "Arbeitskreis Gesundheitsförderung in Kindergarten und Schule" begleitet, dem verschiedene Ämter wie, Gesundheits-, Jugend-, Sport- und Schulamt, die Arbeitsgemeinschaft der Krankenkassen, der Caritasverband und andere Institutionen angehören. Der Arbeitskreis ist für die inhaltliche und qualitative Weiterentwicklung des Netzwerks zuständig. Als großer Erfolg ist die Beteiligung der Kindergärten und die Arbeit in den Gesundheitsteams anzusehen.

Turn- und Rasensportverein

Der Turn- und Rasensportverein von 1894, TURA Bremen e.V. versteht sich als moderner Traditionsverein. Mit 2800 Mitgliedern, und 17 Abteilungen, gehört er zu den Großvereinen in Bremen und Bremerhaven. Seit 1996 hat TURA ein eigenes Vereinszentrum, heute mit einer Sporthalle, zwei Gymnastikräumen, zwei Seminarräumen, einem Sportstudio (mit 500 Mitgliedern) und einer vereinseigenen Gaststätte.

Mit dem neuen Vereinszentrum wurde auch ein neues Konzept umgesetzt. Dieses, in den Jahren 1994/1995 entwickelt, stand unter dem Motto - TURA Bremen 2010 - und hatte den Anspruch, den Auswirkungen des demografischen Wandels zeitnah und kompetent begegnen zu können. Entscheidende Grundlage und integraler Bestandteil war die Idee, eine neue „Sport-Säule“ in den Vereinssport zu integrieren, hier unter dem Namen „Gesundheitswerkstatt TURA Bremen“.

Im Laufe der Jahre wurden noch mehrere bauliche Maßnahmen durchgeführt, um für die Gesundheitsangebote einen optimalen Rahmen zu schaffen. Dass dies erfolgreich war, zeigt sich unter anderem an der Vielzahl zertifizierter Bewegungsangebote. Im November 2011 wurden 26 gesundheitsfördernde Angebote mit den Siegeln PluspunktGesundheit.



Bild: Tura Bremen

DTB sowie SPORT PRO GESUNDHEIT, ausgezeichnet. Diese positive Bilanz war natürlich nur mit Hilfe qualifizierter TrainerInnen möglich.

Die Angebote der Gesundheitswerkstatt werden halbjährlich über einen speziellen Flyer beworben. Dieser wird professionell an 200 Adressen verteilt. Neben Kursangeboten, die über § 20 bezuschungsfähig sind, werden Dauerangebote im Bereich Prävention und Rehabilitation beworben. Halbjährlich finden Ärzte-Vorträge zu unterschiedlichen Themen statt. Unter dem Motto – Krankheiten unserer Zeit – ist von Diabetes, Depressionen bis Demenz alles dabei, zudem sind auch orthopädische Themen von großem Interesse.

Mit auf dem Halbjahresprogramm stehen außerdem spezielle Workshops. Augentraining, Sturzprophylaxe, Venengymnastik, Beckenbodentraining, Dehnen & Entspannen, Meridian-Stretching, sind nur einige der interessanten Themen. Die Angebote sind offen für Interessierte und werden sehr gut angenommen. Bei den Vorträgen arbeitet TURA Bremen mit Ärzten aus dem Stadtteil zusammen. Darüber hinaus, ist der Verein in diversen Netzwerken aktiv, wodurch sich der ReferentInnen-Kreis erweitert hat. Im Herzsport gewährleistet die gute Kooperation mit Ärztinnen und Ärzten aus dem Stadtteil, nicht nur die regelmäßige Durchführung dieses Angebotes. Mehr noch, haben die Ärzte die Möglichkeit, den Verein kennen zu lernen und direkt mitzuerleben welchen physischen und psychischen Wert Sport und Bewegung haben. Somit werden sie zu besonders wertvollen Multiplikatoren.

Besonderes Merkmal dieser «Gesundheits-Säule» des Vereins, die mittlerweile über 900 Mitglieder umfasst, ist die hervorragende Zusammenarbeit mit Ärzten, Krankenkassen, der Rentenversicherungsanstalt, dem Bremer Turnverband, um nur einige zu nennen, die sich u.a. in Projekten mit z. B. der AOK Bremen/Bremerhaven, der Barmer GEK, der Universität oder im regelmäßigem informellen Austausch dokumentiert.

So hat TURA ein mehrjähriges bundesweites Modellprojekt mit dem Namen „Saluto“, von Salutogenese, durchgeführt. An diesem Projekt waren die AOK Bremen/Bremerhaven, die Gröpelinger Hausärzte, die Universität Bremen, die für die Evaluation zuständig war, und TURA Bremen als Bewegungsanbieter, beteiligt.

Mit einer Vielzahl von Einrichtungen im Stadtteil, gibt es regelmäßige Kooperationen und auch gemeinsame Projekte. So wird beispielsweise der Arbeitskreis „Gröpelinger Sportmeile“ neben TURA Bremen vom Beirat und Ortsamt West, dem Gesundheitstreffpunkt, dem Jugendfreizeitheim und Vertretern der Schulen getragen. Ein lebendiges Projekt, das Bewegung im öffentlichen Raum fördert.

Der Stadtteil Gröpelingen, in dem TURA Bremen beheimatet ist, liegt im Bremer Westen. Bei einem Migrationsanteil von 30%, handelt es sich um einen „sehr bunten“ Stadtteil. Im Laufe der Jahre ist TURA zu einem Ort der - Bewegung und

Begegnung - für alle Stadtteilbewohner geworden. Neben dem Schwerpunkt Gesundheitssport ist der Bereich - Kinder und Bewegung - eine weitere Säule im Gesamtkonzept des Vereins.



Bild: Tura Bremen

Die Krabbelgruppe boomt, hier sind Mütter, Väter, Großmütter und/oder Großväter dabei; deren Herkunftsländer sind vielfältig. Vom Kinderturnen über Fun Kids, Hip-Hop, Breakdance, Bollywood, Bewegungsförderung oder Kindertanz, ist für jedes Alter etwas dabei. Wöchentlich nutzen sieben Kindergarten-Gruppen das Vereinszentrum, Schulklassen der benachbarten Schule ebenfalls.

Die Kooperation mit der benachbarten Gesamtschule ist lebendig. ÜbungsleiterInnen ergänzen das Bewegungsspektrum der Ganztagschule, ebenso finden Wahlpflichtkurse im Vereinszentrum mit Vereins-ÜbungsleiterInnen statt. Gewinnbringend für alle Beteiligten.

Auch wenn statistisch gesehen die Älteren, die Zielgruppe für die Zukunft darstellen. Im Bremer Westen sind es auch die Kinder und Jugendlichen. Hier möchte TURA Bremen sich in Zukunft für diese Zielgruppe, verstärkt platzieren, möglicherweise mit einer Erweiterung des Vereinszentrums.

7.3 Jugendliche

KuZ = Kinder unsere Zukunft

Das Netzwerkprojekt „KuZ = Kinder unsere Zukunft“ in Kappelrodeck ist im März 2008 unter Federführung des Badischen und des Schwäbischen Turner-Bundes gestartet und hat als Ziel die Bedeutung von Bewegung und Ernährung bei Kindern und Jugendlichen mehr hinzuwirken und außerdem Kappelrodeck als „Sport- und bewegungsfreundliche Gemeinde“ weiter zu profilieren.



Bild: TV Kappelrodeck

Kinder – unsere Zukunft ist ein Netzwerk von zwei Schulen, drei Kindergärten, 10 Vereinen (Turnverein, Tischtennis, DLRG, Tennis, Kolping, Skiclub, Schützenverein, Feuerwehr, DRK, Fußball), der AOK und der Gemeinde Kappelrodeck. Ziele der Zusammenarbeit sind:

- Förderung der Zusammenarbeit und das regelmäßige Austauschen aller Beteiligten
- Defizite lokalisieren und bedarfsgerechte Lösungen erarbeiten
- Strukturen besser vernetzen und qualifizierte Rahmenbedingungen schaffen
- Erreichen eines „Wir-Gefühls“
- Mit vereinten Kräften zielgerecht
 - Lust auf Bewegung schaffen
 - Bewusstsein für Gesundheit schaffen und fördern
 - Interesse am Vereinsleben wecken
- Aufbau eines nachhaltig wirksamen Bewegungsnetzwerks

Zu Beginn des Netzwerkes fand eine Auftaktveranstaltung am 11.06.2008 im Beisein von BTB-Präsident Gerhard Mengesdorf statt. Bei der, der Vertrag über das erste badische Bewegungsnetzwerk unterzeichnet wurde. Am gleichen Tag wurde im Rahmen des Fitnessfestes des Deutschen Turner Bundes eine erste Bestandsaufnahme für alle 165 Kindergarten- und 275 Grundschul-kinder durchgeführt. In drei Workshops wurden dann in 7 Projektgruppen die Ziele und Maßnahmen unter bei Sein von STB und BTB festgelegt. Auch wurde durch die Schüler ein „KuZ-Logo“ geschaffen. Der Start in der Öffentlichkeit war dann der 1. Kappelrodecker Kinder- und Familiensporttag. Bei dem im ganzen Ortszentrum 40 Sportstationen (u.a. Mobile-Kinderturnwelt, Beach-Felder, Soccer-Court, Airtrackbahn) aufgebaut waren, dies sorgte für eine tolle Begeisterung bei ca. 600 Kindern. Für die aktivsten Teilnehmer der Sportstationen gab es auch Preise (z. B. Hausaufgabengutscheine)



Bild: TV Kappelrodeck

Nach der ersten Veranstaltung wurden bisher rund 50 weitere Aktionen, Treffen oder Info-Veranstaltungen durchgeführt u.a.:

- 3 weitere Aktionstage (Spielplatzeinweihung, Sport-Aktiv-Tag, Schwimmbad Tag)
- 2 ökumenische Sportgottesdienste (Kids/Jugendliche dürfen hier in Ihrem Sportdress kommen)
- 4 x Runder Tisch (1/2 jährlich)
- Malwettbewerb „Meine liebste Sportart“
- 7 x Night of Sports für Jugendliche der Klassen 5 – 9, wo diese 8 Sportangebote ausprobieren können

- 3 x Elterninfo
- 4 x gemeinsame Fortbildungen für Erzieherinnen, Übungsleiter und Lehrer vor Ort mit Referenten des BTB
- Sponsorenlauf für Anschaffung neuer Pausenhofspielgeräte
- Sportabzeichen als Kooperationsangebot
- Laufpass-Aktion „Ohne Auto geht’s auch; Ausweisung von Familienparkplätzen
- 6 x Ferienangebote, Ferienfreizeit für Kinder der 1. - 4. Klasse
- 12 Familiensporttage (6 Einheiten pro Winterhalbjahr)
- Papa-Kind-Sporttag – Eltern-Kind-Sporttag – Kindergartensporttage
- Mitarbeit einiger Partner bei der Ganztagesbetreuung in der Schule

Durch das Netzwerk konnte bis heute erreicht werden, das man durch gegenseitiges Kennenlernen inzwischen viel mehr Verständnis für die anderen entwickelt. Auch der Abschied vom „Kirchturmdenken“ wurde zumindest in weiten Teilen erreicht und man spürt deutlich mehr Miteinander als Gegeneinander. Die Kinder und Jugendangebote konnten insgesamt verbessert und auch attraktiver gestaltet werden. Was auch dadurch zum Ausdruck kommt, das Kappelrodeck 2010 als Sieger des BSB/BVG Wettbewerbs „Sport- und umweltfreundliche Gemeinde“ ausgezeichnet wurde. Für die Zukunft wird versucht neue Beteiligte ins Boot zu holen um den „verschleiß Erscheinungen“ entgegenzuwirken und auch in Zukunft ein erfolgreiches Projekt zu haben.

7.4 Ältere und Senioren

Aktiv bis 100 – Aufbau von Netzwerkstrukturen zur Umsetzung von Bewegungsangeboten für Hochaltrige am Wohnort

Der Deutsche Turner-Bund verfolgt mit dem Teilprojekt „Aktiv bis 100 – Aufbau von Netzwerkstrukturen zur Umsetzung von Bewegungsangeboten für Hochaltrige am Wohnort“ das Ziel, gemeinsam mit Netzwerkpartnern hochaltrige Menschen, die über 80 Jahre alt sind, noch zu Hause leben und bisher niemals sportlich aktiv waren, zu motivieren, sich einer Bewegungsgruppe anzuschließen und dort regelmäßig aktiv zu sein. Diese Menschen stehen häufig an der Schwelle der Pflegebedürftigkeit. Dabei werden auf kommunaler Ebene Kooperationspartner aus Gesundheits-, Sozial- und Seniorenverbänden oder –institutionen identifiziert und gewonnen, die sich gemeinsam als Netzwerk dafür einsetzen, hochbetagte Menschen in Bewegung zu bringen. Nach vielen Gesprächen zur Identifikation und Gewinnung geeigneter Kooperationspartner konnten in der ländlichen Modellregion in Achern/Baden-Württemberg und in der städtischen Modellregion in Frankfurt am Main funktionsfähige Netzwerke „Aktiv bis 100“ aufgebaut werden. Die beiden Netzwerke haben sich zu regel-

mäßigen Netzwerksitzungen getroffen. Um die notwendigen Arbeitsgrundlagen zu schaffen, wurde eine Arbeitsstruktur vereinbart, Abläufe festgelegt, Aufgaben verteilt und Aufgabenpläne erstellt. Auftauchende Probleme konnten so gemeinsam gelöst werden.

Das Netzwerk „Aktiv bis 100“ in Achern/Baden-Württemberg besteht aus folgenden Institutionen und Verbänden:

- Turnverein 1861 Achern e.V.,
- Ambulante Pflege/Betreutes Wohnen Sibylle Schreiner, eine private ambulante Pflegeeinrichtung in Achern,
- Turngau Ortenau
- Deutscher Turner-Bund.

Das Frankfurter Netzwerk „Aktiv bis 100“ setzt sich zusammen aus:

- der Stadt Frankfurt, hier insbesondere dem Amt für Gesundheit und dem Amt für Multikulturelle Angelegenheiten,
- mehreren Frankfurter Turnvereinen, dem Frankfurter Turnverein 1860, dem TV Sindlingen sowie der Turngemeinde Bornheim,
- dem Caritas-Verband Frankfurt, hier insbesondere einer Einrichtung für Präventive Hausbesuche bei Hochbetagten, die eine Einweisung in Stationäre Einrichtungen verhindern sollen,
- dem Frankfurter Verband, dem größten Frankfurter Träger von ambulanten Altenpflege- und Betreuungseinrichtungen
- der AWO Frankfurt als Träger von ambulanten Altenwohnanlagen und Einrichtungen für Betreutes Wohnen
- dem VDK Sindlingen, als Sozialverband, der viele hochbetagte Menschen betreut,
- dem Bürgerinstitut, eine Stiftung mit vielfältigem sozialem Engagement in Frankfurt.

Der Deutsche Turner-Bund koordiniert beide dieser Netzwerke. In Frankfurt-Sindlingen wurde versucht, auch die katholische und die evangelische Kirchengemeinde in das Netzwerk und die Umsetzung vor Ort einzubeziehen. Dies ist leider nur insoweit geglückt, als das in den kirchlichen Altenclubs vor Ort über die neue Gruppengründung informiert worden ist. Zu einer Mitarbeit im Netzwerk waren Mitarbeiter beider Kirchengemeinden nicht zu bewegen.

Das Aachener Netzwerk „Aktiv bis 100“ hatte das Ziel, etwa 12 bis 15 bislang bewegungsinactive hochbetagte Menschen zu gewinnen, um sie zur Teilnahme an einer Bewegungsgruppe zu motivieren. Doch gleich zur 1. Gruppenstunde konnten 25 hochbetagte Teilnehmer begrüßt werden. Die unerwartet hohe Interessenten- und Teilnehmerzahl hat dazu geführt, dass statt wie geplant eine Bewegungsgruppe nun zwei Bewegungsgruppen „Aktiv bis 100“ parallel durchgeführt wurden.

Ein weiterer großer Erfolg dieses Netzwerkes ist es, dass alle

25 Teilnehmer regelmäßig bis zum Ende der 6-monatigen Projektdauer an den Bewegungsstunden teilgenommen haben. Eine Bindung der Teilnehmer an das Bewegungsangebot wurde erreicht, so dass der TV Achern nun über zwei Gruppen für ältere Senioren verfügt und die Hochbetagten in den Verein integriert wurden.



Bild: TV Achern

Das Frankfurter Netzwerk „Aktiv bis 100“ hatte ebenfalls das Ziel, 12 bis 15 bislang bewegungsineaktive hochbetagte Menschen für ein Bewegungsangebot zu gewinnen. Die Maßnahmen zur Teilnehmergewinnung des Frankfurter Netzwerkes in 2010 wurden parallel in zwei Frankfurter Stadtteilen, in Sachsenhausen und in Sindlingen durchgeführt. In beiden Stadtteilen war die Teilnehmergewinnung so erfolgreich, dass jeweils eine Bewegungsgruppe „Aktiv bis 100“ erfolgreich starten konnte.

Mittlerweile sind beim TV Sindlingen zwei Bewegungsgruppen „Fit bis 100“ fester Bestandteil der Vereinsangebote mit etwa 35 hochbetagten Teilnehmern.

In Frankfurt wurde 2011 eine weitere Bewegungsgruppe „Aktiv bis 100“ speziell für russisch-sprechende jüdische Kontingentflüchtlinge initiiert. Eine Herausforderung hierbei war die Suche nach einem Übungsleiter, der ebenfalls russisch spricht, da bei dieser Gruppe die meisten Gespräche in Russisch erfolgen.

7.5 Menschen mit Migrationshintergrund

Mittendrin – Integration durch Sport

Die schweren Ausschreitungen in Frankreich im Jahre 2005 waren für die TSV Rot-Weiß Auerbach 1881 e.V. der Anlass ein Integrationsprojekt für Migranten zu entwickeln. Von Anfang an stand die Überlegung, dass nur eine Integration in bestehenden Sportgruppen Sinn macht und hierdurch auch die sprachliche Entwicklung der Migranten gefördert werden kann.

Daher wurde auf die Einrichtung eigener Migrantengruppen



Bild: TSV Auerbach

verzichtet und eine praktikable Lösung gesucht und gefunden.

Mitarbeiter des Vereins suchen die Migranten in den Integrations-Sprachkursen des Kreises Bergstraße auf und befragen sie mit Hilfe eines Fragebogens nach ihren sportlichen Interessen und dem bisherigen sportlichen Hintergrund. Sofern Interesse an Sport in einem Verein besteht, wird in einem Dreiergremium die passgenaue Zuordnung zu einem Verein und dort wiederum zu einer Sportgruppe in Wohnortnähe vorbereitet. Dies kann - muss aber nicht – die TSV Auerbach sein. Der entsprechende Verein wird informiert und übernimmt die Patenschaft für diesen Migranten, ein kostenfreies Training für 6 bis max. 12 Monate wird angeboten. Der Interessent wird zum ersten Training von einem Mitarbeiter zu Hause abgeholt und persönlich dem Paten in der Gruppe übergeben. Somit werden bestehende Berührungängste minimiert und es ist sichergestellt, dass der Interessent auch Zugang in die richtige Sportgruppe findet. Nebeneffekt: Durch die Befragung in den Sprachkursen, in denen schon die ersten Informationen zum Projekt gegeben werden, entsteht ein Vertrauensverhältnis. Dieses wird in den Sportgruppen gefestigt und führt dazu, dass Eltern auch nach Sportangeboten für ihre Kinder fragen. Die Auswahl und Zuordnung erfolgt dann nach den gleichen Kriterien. Die Integration der Kinder und deren Sprachentwicklung werden somit ebenfalls gefördert. Weiterentwickelt wurde das Projekt mittlerweile durch die Änderung des Fragebogens. Mittlerweile werden jetzt auch nach musischen und kulturellen Interessen abgefragt und können die Migranten dann bei Bedarf auch z. B. in kulturelle Vereine wie Freiwillige Feuerwehr oder Gesangsvereine vermitteln.

7.6 Menschen mit Behinderung

Kooperation mit dem Johannes-Busch-Haus (JBH) und den Märkischen Werkstätten

Seit 2005 besteht eine Kooperation mit dem Johannes-Busch-Haus (JBH)/Märkischen Werkstätten. Das JBH ist eine Wohneinrichtung für Menschen mit geistiger Behinderung, die über 180 Personen betreut. Die Bewohner des JBH haben die Möglichkeit an den Vereinsgruppen der Turbo-Schnecken teilzunehmen. Dabei sind sportliche Fortschritte bei den Teilnehmern des Johannes-Busch-Haus unverkennbar. Die Leistungen werden zunehmend von Woche zu Woche besser. Von anfänglichen zurückgelegten Metern, kann mittlerweile bei einigen Teilnehmern von zurückgelegten Kilometern gesprochen werden. So nehmen sogar einige Mitglieder des Johannes-Busch-Hauses an dem Firmenlauf teil, der bereits seit sieben Jahren von den Turbo-Schnecken organisiert wird. Neben der aktiven Teilnahme am Lauf, helfen auch einige Mitglieder bei der Organisation vor Ort und bringen sich z. B. beim Kuchenverkauf ein. Weitere sportliche Aktivitäten wie das gemeinsame Radfahren, Teilnahme am Panoramalauf Lüdenscheid 2006 und 2007 oder der Rotweinlauf an der Ahr 2007 werden zusammen mit den Teilnehmern des Johannes-Busch-Haus gemeinsam durchgeführt. Dabei hatten die Teilnehmer viel Spaß und Freude.

7.7 Menschen mit psychischer Erkrankung

Turbo-Schnecken Lüdenscheid

2007 ergab sich eine weitere Kooperation für die Turbo-Schnecken. Der Verein „Biotop e. V.“ ist auf die Turbo-Schnecken zugekommen und hat um eine Zusammenarbeit gebeten. Das „Biotop“ ist ein Verein für Rehabilitation und Integration psychisch kranker Menschen. Mit



Bild: Turbo-Schnecken Lüdenscheid

interessierten Mitgliedern des Biotops wurde zunächst ein 10 Wochen-Kurs Nordic-Walking durchgeführt, an dem neun Mitglieder teilnahmen. Neben der/m Übungsleiter/in war ein/e Betreuer/in vom Biotop regelmäßig anwesend. Die „Biotoper“ fanden großen Gefallen an dem Kurs und kamen bei jedem Wetter. Der Spaß an der Bewegung war entdeckt. Nach dem Anfänger-Kurs wurden die Teilnehmer in die bestehenden Gruppen der Nordic-Walking Angebote integriert. Die Teilnehmer machten so gute Fortschritte, dass sie seitdem noch eine zusätzliche Einheit in der Woche bei den Turbo-Schnecken absolvieren. Neben den sportlichen Leistungssteigerungen ist auch eine starke Persönlichkeitsentwicklung bei den Biotop-Teilnehmern ersichtlich. Teilnehmer, die z. B. aufgrund einer Angst- und Panikstörung nicht in der Lage waren, alleine einen Berg hinunter zu gehen, trauen sich jetzt alleine ohne Begleitung den Berg hinunter zu gehen. Die Teilnehmer sind stolz auf ihre Leistung, da das Selbstwertungsgefühl gesteigert wird und dieses hilft bei der Bewältigung ihrer Alltagsprobleme und der Krankheitsbewältigung.

Frankfurter Turnverein 1860



Seit einem Jahr gibt es eine richtungweisende, und vermutlich in Deutschland einmalige, Kooperation zwischen dem Frankfurter Turnverein 1860 (FTV 1860) und dem Frankfurter Verein für soziale Heimstätten e. V. (Frankfurter Verein). Während der Frankfurter Verein Menschen mit psychischer Behinderung und Menschen in sozialen Notlagen fördert und betreut, bietet der FTV 1860 diesen Menschen eine sportliche Heimat. Im Rahmen seiner Fördermaßnahmen organisiert der Frankfurter Verein in seinen Werkstätten für behinderte Menschen auch „Betriebs-



Bild: Frankfurter TV

sport“. In Wohnheimen und mit den ambulanten Hilfen wird ebenfalls Sport organisiert und im Einzelfall versucht, Klienten gezielt für sportliche Aktivitäten zu gewinnen. Für die Menschen, die der Frankfurter Verein betreut, ist der Sport eine enorme Bereicherung des Lebensalltags. Denn er verbessert nicht nur die Einstellung zur eigenen Gesundheit; auch die Anerkennung im sozialen Umfeld, das Selbstwertgefühl und die Möglichkeiten zur sozialen Teilhabe steigen. Im Sport können die betreuten Menschen von der Rolle des Hilfeempfängers in die des selbstbewussten, aktiven Bürgers wechseln. Daher ist es wichtig, dass vormals betreute Menschen auch nach der Lebensphase mit institutioneller Hilfe – also zum Beispiel nach dem Verlassen der Reha- Werkstatt oder des Betreuten Wohnens – in einem akzeptierenden sozialen Rahmen als selbstständige Personen verbleiben und aktiv sein können. Es ist bekannt, dass eine solche Gebundenheit sich stabilisierend auf das gesamte Leben der (dann ehemaligen) Klienten auswirkt.

Da der Frankfurter Verein aber kein Sportverein ist, gestaltete sich die Durchführung der Sportangebote entsprechend schwierig und eingeschränkt. Das ist jetzt anders, wurde doch im Rahmen der Kooperation mit dem FTV der gesamte Sportbetrieb des Frankfurter Vereins als eigene Abteilung in den FTV 1860 integriert. Gleichzeitig wurde der FTV Mitglied im Hessischen Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband (HBRS).

Die Kooperation bietet den Beteiligten vier wesentliche Vorteile:

- Sportstätten für das bisherige Angebot des Frankfurter Vereins lassen sich über das Sportamt anmieten
- die Finanzierung von Kursen durch die Krankenkassen über den HBRS ist jetzt möglich
- den Klienten des Frankfurter Vereins steht neben den wenigen bisher ausgeübten Sportarten auch das gesamte Angebot des FTV 1860 offen
- der FTV 1860 gewinnt neue Mitglieder.

Die Wohnungslosen, die Bewohnerinnen der Frauenhäuser und die psychisch kranken Menschen, um die sich der Frankfurter Verein kümmert, können nun beispielsweise Jazztanz betreiben, Tischtennis und Badminton spielen. Durch die Kooperation profitiert aber auch der FTV 1860. So ist eine Erweiterung des Angebots möglich, denn bisher bot der Sportverein weder Fußball noch Schwimmen an. Das soll nun anders werden.



Bild: Frankfurter TV

Mittelfristig streben die Vereinsverantwortlichen eine Ausweitung der Fußballaktivitäten an. Ziel dabei ist die Teilnahme am normalen Spielbetrieb des Hessischen Fußballverbandes mit Mannschaften, in denen kranke und nicht kranke Spieler integriert sind. Aber auch außerhalb des sportlichen Treibens beteiligen sich

Klienten des Frankfurter Vereins inzwischen am Vereinsleben, zum Beispiel bei „Jambo Afrika“, einem Beitrag des FTV 1860 zu den interkulturellen Wochen der Stadt Frankfurt.

7.8 Familien

SG Bornheim 1945 e.V.

Auf einer Sportreise nach Barcelona 2001 äußerten die Jugendlichen, dass sie auf dem Vereinsgelände gerne ein Haus hätten, wo sie feiern könnten bis die Wände wackeln; eine Art Jugendzentrum, wo sie gemeinsam über den Sport hinaus in ihrer Freizeit einen Treffpunkt haben. Das war der Startschuss, das Projekt KiFaZ. 2007 wurde nach einer beispielhaften öffentlichen Kampagne des Vereins das Haus fertig gestellt und eröffnet, das erste Kinder- und Familienzentrum auf einem Sportplatz in Deutschland. In den Räumlichkeiten des KiFaZ finden drei Projekte statt.



Bild: SG Bornheim

Das **erste Projekt stellt das Familien-Sport-Café** dar, das durch die Initiative dreier Mütter, einer türkischen, kroatischen und deutschen Frau, entstanden ist. Es ist an jedem Werktag offen und wird auch an Wochenenden zu bestimmten Ereignissen geöffnet. Dieses Angebot wurde aufgrund einer Elternbefragung entwickelt. Junge Mütter wünschten sich einen Ort, an dem sie sich parallel zum Training der älteren Geschwister (6-10 Jährige) mit den Kleinkindern aufhalten können. Die Kleinen tummeln sich dann in der Kuschelecke, malen oder spielen mit Lego, während die Eltern sich austauschen können.

Das zweite Projekt war die Verwandlung der Fußballschule des Vereins in ein Sport- und Freizeit-Camp.

Dieses Camp ist immer in den Oster-, Sommer-, Herbst- und Winterferien geöffnet, also drei Monate von morgens 08:00 bis abends um 17:00 Uhr. Ganz bewusst wurde die Dominanz des Fußballs etwas entschärft, um den Kindern vielseitige Bewegungserfahrungen zu bieten. Klettern, Funccourt (Hand-Fuß und Basketball) und Capoeira bei unserem Partner aus der Nachbarschaft, der TG Bornheim, schwimmen mit einer Übungsleiterin des Schwimmverein SSC Sparta 1900 im Panoramabad, Instrumente bauen, texten, singen und trommeln nur um einige Beispiele zu nennen. Die Finanzierung der Ferienbetreuung wird aus einem Mix von Elternbeiträgen, Zuschüssen des Sportamts, des Jugend- und Sozialamts und des Bildungsdezernats sowie aus Spenden der ortsansässigen Wirtschaft finanziert. Am wertvollsten sind die Kooperationen mit den pädagogischen Mitarbeiterinnen der Kindertagesstätte KT 110 und der KT 35.

Das **dritte Projekt ist der Pädagogische Mittagstisch**. Kinder von der Schule zur Entlastung der Eltern abholen,

gemeinsames Mittagessen, Spiel auf dem Sportplatz und im Haus, individuelle Schulaufgabenbetreuung und dann für die meisten Kindern Training in ihren Spielgruppen. Eine hohe Entlastung von berufstätigen Eltern. Die Gruppe nutzt die Küche und das Vereinsheim zum Essen. Kinder im verschiedenen Alter können von 12:00 – 18:00 Uhr im ganzen Haus gemeinsam spielen und lernen.

Durch die Vielfalt der Projekte ist eine Vielfalt von Fähigkeiten und Kompetenzen sehr unterschiedlicher Personen notwendig: männliche und weibliche Jugendliche, Eltern, Singles, Senioren, Fachkräfte. Jeder bringt und nimmt etwas mit. Es handelt sich hier um Personen aus vier Generationen und verschiedenen Kulturen, die sich gemeinsam um die Kinder und Jugendlichen kümmern. Es ist eine moderne Großstadtfamilie. Dabei wurde versucht freiwilliges Engagement gezielt einzusetzen. Die Frage „Wer hat welche Talente und kann diese wo im KiFaZ einsetzen zum Wohle der Kinder und Familien, aber auch der Nachbarschaft?“ steht im Vordergrund der sportpädagogischen Arbeit. So wurden die Talente der Eltern abgefragt, um sie für die Gestaltung des Hauses nutzbar zu machen.

Viele Betreuer, Trainer oder Mannschaftsführer können aufgrund Ihres Migrationshintergrunds wichtige soziale und kulturelle Kompetenzen einbringen. Die Integration von Familien aus 23 Nationen verschiedenster Herkunft spielt eine große Rolle im Alltag des Sportvereins. Sie sind Vermittler zwischen den Kulturen und genießen ein hohes Maß an Vertrauen.

Besonders stolz ist die SG Bornheim auf die Unterstützung von Jugendlichen oder Erwachsenen bei der Rückkehr ins Arbeitsleben. In Zusammenarbeit mit Beschäftigungsgesellschaften, dem Rhein-Main Jobcenter und dem Sozialdezernat Arbeitsgelegenheiten konnten im Verein neue Arbeitsstellen geschaffen werden. Viel Geduld, Hartnäckigkeit, Ermutigung und Zeit sind notwendig, damit Jugendliche und vor allem alleinerziehende Mütter wieder Arbeit finden.

7.9 Menschen aus sozial schwachen Familien

Projekt Freestyle

Das Projekt Freestyle arbeitet in vieler Hinsicht nach einem neuen Modell: nicht nur, dass es mit seinen sport- und spaßorientierten



Bild: Freestyle

Angeboten unterschiedliche Partner und Institutionen zusammenbringt. Vielmehr sorgt es mit seinem innovativen Ansatz effizient für die Integration und die Gesundheitsförderung sozial benachteiligter Kinder und Jugendlicher im Kasseler Stadtteil Wesertor. Die Freestyle-Halle versteht sich dabei als Ort des Sport- und Sozialkompetenztrainings sowie Anlauf- und Beratungsstelle.



Freestyle ist ein gemeinsames Projekt der Vereine FSC Dynamo Windrad Kassel und Vabia Vellmar sowie ehrenamtlich engagierter Personen aus der Region Kassel. Bei der Arbeit mit Kindern kooperiert das Projekt Freestyle mit dem Verein Spielmobil rote Rübe Kassel.



Bild: Freestyle

Die Zielgruppe sind sozial benachteiligte Kinder und Jugendliche sowie junge Erwachsene; das Altersspektrum erstreckt sich von 6 bis 24 Jahren. Für sie, die aufgrund verschiedener Ursachen lediglich über eine mangelnde Teilhabe an gesellschaftlichen Möglichkeiten und Vollzügen verfügen und in der Regel nicht von klassischen Vereinen erreicht werden, organisieren die Projektpartner nicht-leistungsbezogene, bewegungs- und spaßorientierte Angebote. Diese Angebote sind vielfältig, spezifisch auf die Zielgruppe und ihre verschiedenen Altersklassen abgestimmt und funktionieren als Medium, mit dem die Kinder und Jugendlichen für die Teilnahme gewonnen und gebunden werden.

Das Hauptziel des Projekts ist es, mit den bewegungs- und spaßorientierten Angeboten verborgenen Talente der Kinder und Jugendlichen zu erkennen – und den jungen Menschen im Stadtteil Wesertor einen Rahmen anzubieten, in dem gleichzeitig ihre sozialen Kompetenzen im Sinne einer effizienten Integration und Gesundheitsförderung geschult sowie gefördert werden.

Durch das Wecken und Entdecken der Talente wird zunächst das Selbstwertgefühl gesteigert. Dies ist der Schlüssel, um durch das Medium Sport grundlegende Basis- und Schlüsselqualifikationen wie Disziplin oder Teamfähigkeit zu trainieren. Die Kinder und Jugendlichen werden durch das Erlernen dieser Basis- und Schlüsselqualifikationen überhaupt erst in die Lage versetzt, eine Ausbildung, weiterführende Schulbildung, Berufstätigkeit zu absolvieren oder auch sinnvolle Freizeitaktivitäten zu gestalten, um sich somit in die Gesellschaft integrieren zu können.

Bei der Teilnahme an den nicht-leistungsorientierten Angeboten erleben die Kinder und Jugendlichen Sicherheit und Zugehörigkeit, indem sie aktiv eingebunden werden. Hierzu gehört die schrittweise Übernahmen von Verantwortung, die Schulung im Hinblick auf eine verbesserte Konflikt- und Beziehungsfähigkeit sowie Unterstützung bei einer zielgerichteten Persönlichkeitsentwicklung. Mit diesen Handlungskompetenzen ausgestattet, erschließt sich ein großes Repertoire an Verhaltensweisen, die eine positive Entwicklung der Kinder und Jugendlichen unterstützen.

Weiterhin: Bewegung und Spaß dienen als Übungs- und Projektionsfläche für die Alltagsprobleme der Zielgruppe. Durch die Angebote wird der Zugang zu diesen erlangt – gedacht sei an jene durch familiäre Probleme, Überschuldung, Drogenmissbrauch, Kriminalität, aber auch Probleme beim Übergang

von der Schule in den Beruf oder Probleme in der Ausbildung. Das Projekt Freestyle bildet die Grundlage, um den Kindern und Jugendlichen Beratungsangebote zu machen und konkrete Hilfestellung zu leisten und/oder sie an andere soziale Träger zu vermitteln.

In den unterschiedlichen Herangehensweisen und Kompetenzen der Kooperationspartner liegen die Chancen:

- das Selbstwertgefühl der Zielgruppe zu stärken und damit Zugang zu den Kinder und Jugendlichen zu erlangen, um grundlegende Basis- und Schlüsselqualifikationen zu trainieren. Werden diese erlernt, mündet das in einer größeren Selbstständigkeit und führt letztlich zu mehr Anerkennung in der Gesellschaft, was wiederum die Integration der Kinder und Jugendlichen ermöglicht.
- den Kindern und Jugendlichen weiterhin Sicherheit und Zugehörigkeit durch das Einbinden in das Projekt zu vermitteln und dabei ihre Handlungskompetenzen im Sinne einer positiven Entwicklung und Integration deutlich zu erweitern. Hierzu zählt auch, Zugang zu den Problemen der Kinder und Jugendlichen zu erhalten, um konkrete Hilfestellungen umzusetzen und schließlich durch die regelmäßige Teilnahme an den Sportangeboten das Bewusstsein der Kinder und Jugendlichen für den eigenen Körper zu schaffen und zu schärfen. Eine effiziente, weil praktische umgesetzte Gesundheitsförderung wird so realisiert.

Die Kinder und Jugendlichen werden bei der Teilnahme an den Freestyle-Angeboten von den ausgebildeten Freestyle-Trainern gecoacht und bei Bedarf gezielt an soziale Fachdienste/Organisationen oder an andere soziale Träger weitervermittelt.

Das Projekt Freestyle wird durch die Hessische Gemeinschaftsinitiative Soziale Stadt, das Bundesprogramm des Europäischen Sozialfonds BIWAQ sowie die Stadt Kassel – insbesondere das Jugendamt, die Kinder und Jugendförderung und das Stadtplanungsamt gefördert. Zu den Unterstützern zählen auch der Ortsbeirat und das Stadtteilmanagement Wesertor.

7.10 Arbeitssuchende

Projekt JOBfit 2.0

„Interaktiv macht dich JOBfit“ lautet das Motto in den kommenden Jahren, in denen das erfolgreiche Projekt JOBfit 2.0 des Kreises Offenbach auf die Rhein-Main-Region ausgeweitet wird.

Das Modellprojekt „JOBfit“ startete bereits 2006 in Langen und Rodgau und entwickelte sich über die Jahre hinweg bis heute sehr erfolgreich. Mitte des Jahres 2011 konnte die Projektidee im gesamten Kreisgebiet Offenbach etabliert werden.

„JOBfit“ hat zum Ziel, die Ideale des Sports in die für viele Jugendliche oft anstrengende Phase der Jobsuche und des Berufsanfangs zu übertragen. Denn auf beiden Gebieten sind Selbstdisziplin, Ehrgeiz, Teamfähigkeit und Ausdauer gefragt. Die Jugendlichen lernen, die Potenziale, die sie aus dem Sport kennen, auch im Job einzusetzen und werden so aktiv im Übergang Schule und Beruf unterstützt.

Allein in den letzten eineinhalb Jahren zählte das Projekt rund 300 Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Die Jugendlichen bekommen hierbei die Möglichkeit, regelmäßige und kostenlose Workshop- und Fortbildungsangebote in Anspruch zu nehmen, die sich mit Themen wie Erstellung einer Bewerbungsmappe, Vorstellungsgesprächen, Einstellungstest oder dem richtigen Verhalten am Arbeitsplatz („Ausbildungs-Knigge“) beschäftigen. Für ihre aktive Teilnahme erhalten die Jugendlichen ein Referenzschreiben, das ihre Bewerbungsunterlagen ergänzt und von anderen abhebt. Durch die gezielte Beratung und Unterstützung beispielsweise beim Erstellen der Bewerbungsmappe, sowie bei der Suche nach einer Ausbildung konnten aktuell 74 Jugendliche in Arbeitsplätze, Ausbildungsstellen, weiterführende Schulen, Praktika, ein Studium oder ein Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ) vermittelt werden.

Im Jahr 2013 wird dieses im Kreis Offenbach erfolgreich erprobte Projektkonzept mit Unterstützung von Sportkreisen und Kommunen, sowie Förderung durch das Hessische Ministerium des Innern und für Sport und Stiftungen auf das Rhein-Main-Gebiet erweitert. Durch die Ausweitung auf die Region Rhein-Main begegnen wir durch das Netzwerk des Sports dem großen Potential an zu begleitenden und zu unterstützenden Jugendlichen in der Region, die trotz freier Lehrstellen keinen Ausbildungsplatz finden. Gemeinsam und mit vereinten Kräften sollen die Jugendlichen in unserer Region fit gemacht werden für den Job und ihnen der Berufseinstieg somit erleichtert werden.

Angesiedelt ist das Projekt im Bereich der Sportförderung des Kreises Offenbach (sport@kreis-offenbach.de). Weitere Informationen finden Sie unter www.projekt-jobfit.de

Seit 6 Jahren bietet das Gallusbüro des Sportkreises Frankfurt inzwischen Jugendlichen und Firmen eine Unterstützungsmöglichkeit im Zugang zu und in der Begleitung während der Ausbildung. Der Anfang war im Vorfeld der Fußball-Weltmeisterschaft 2006.



Bild: Gallus 1:1

Gedacht als Modellprojekt mit einer Laufzeit von 5 Jahren hat sich schnell herausgestellt, dass der stadtteilorientierte und ganzheitliche Ansatz auf die Bedürfnisse der Jugendlichen und Firmen eingeht und sie erreichen kann. Das Projekt war durch die Vorläuferprojekte, die Verbindung mit den Sportvereinen im Gallus, die Sportsozialarbeit des Sportkreises am

Galluspark-Bolzplatz und das Engagement des Sportkreisteams bekannt und steht für eine langfristige Verbindlichkeit.

Neben dem Beratungsangebot im Projektbüro findet es auch außerhalb im Stadtteil, auf den Sportplätzen und den Bolzplätzen statt. Zudem gibt es jährlich Ende September die Ausbildungs- und EQ-Börse für Jugendliche und regelmäßig finden Firmenforen für den Austausch von Unternehmensvertretern, Schulen, Jugendberufshilfe und zuständigen Stellen statt. Durch die Kooperation mit Arbeit e.V. erhalten die Jugendlichen bei Bedarf Unterstützung durch Lernpaten, die sich bei „Patenschaft für Ausbildung“ engagieren.

In „Gallus – 1:1 für Ausbildung“ hat das „1:1“ eine dreifache Bedeutung:

1. Die Sportvereine stellen den Kontakt für ausbildungssuchende Jugendliche mit potenziellen Arbeitgebern her. Ebenfalls werden die im Sport erworbenen Kenntnisse und Verhaltensweisen der Jugendlichen bei Bewerbungen hervorgehoben und unterstützen die Jugendlichen bei der Berufswahl und den Bewerbungen
2. Die passenden Jugendlichen brauchen die passenden Betriebe und umgekehrt.
3. Die Jugendlichen stützen sich auf eine Beratung und Begleitung, die ihre ganze Lebenssituation im Blick hat. Die Betriebe möchten Informationen z. B. über Platznutzung bei Vereinen, über Firmen-Turniere oder den Betriebs-sportverband bekommen.

Jährlich nutzen über 100 Jugendliche die Beratung, mehr als 1/3 von diesen über den Sport. Manche möchten einfach für einen Bewerbungstipp oder die Zusammenstellung ihrer Bewerbungsunterlagen. Wiederum andere sind auf der Suche nach einem Fachoberschul- oder Schulpraktikum. Ältere Ausbildungs- oder Arbeitsuchende Stadtteilbewohner erhalten Informationen über die für sie passenden Anlaufstellen. Jugendliche und deren Eltern werden über Chancen und Zugänge zu weiterführenden Schulen und Studiengängen beraten.

Der Großteil, derer die sich beraten lassen sind ältere Jugendliche, die einige Jahre nach ihrem Schulabschluss eine Ausbildung machen wollen. Unterstützt werden Sie bei der Wahl des richtigen Berufs und der Suche nach einer passenden Firma. 15 Jugendliche die so vermittelt wurden, haben bereits ihre Ausbildung beendet, 13 von ihnen sind im Ausbildungsbetrieb geblieben. 27 Jugendliche sind derzeit in Ausbildung, weitere 27 besuchen höhere Schulen im 2. Bildungsweg oder im Studium.

Ein Großteil der Jugendlichen nutzt das Büro über einen längeren Zeitraum, z. B. wenn sie brauchen Beratung oder Unterstützung während der Ausbildung. Auch wenn sie mit Formularen von Ämtern konfrontiert werden suchen sie das Büro auf. Es gibt auch Jugendliche die etwas zurück geben möchten und vorbekommen sich bedanken und sagen wie gut es läuft oder um selbst „Lernpate“ für einen „Neuen“ zu werden.

7.11 Angestellte

TV Lemgo

Seit 2008 hat sich der TV Lemgo mit Unternehmen und Institutionen in der Region zu einem Gesundheitsnetzwerk zusammengeschlossen, um passende Angebote für Belegschaft und Vereinsmitglieder zu organisieren. Der Turnverein Lemgo von 1863 e.V. (TV Lemgo) ist ein Sportverein mit derzeit über 2.300 Mitgliedern in 17 Abteilungen. Das sportliche Angebot umfasst etwa 100 Gruppen im Wettkampf-, Freizeit- und Gesundheitssport. Zusätzlich gibt es ein vielfältiges Kursangebot sowie zahlreiche außersportliche Aktionen, insbesondere für Kinder und Jugendliche. Besonderheiten sind noch eine vereinseigene Turnhalle, die derzeit für ca. 2,8 Mio € in ein Vereinssportzentrum mit Fitnessstudio, Gymnastikräumen, Geschäftsstelle, Kinderbetreuungsraum und Sauna erweitert wird. „Unser Anspruch ist, mit lokalen Partnern die Lebensqualität in Lemgo aktiv zu verbessern!“, erläutert TV-Vorsitzende Sabine Franke-Schütt das Credo des Vereins. Eine besondere Kooperation ist dabei das „Gesundheitsnetzwerk Lemgo“.



Bild: TV Lemgo

Mit dem Kommunalen Rechenzentrum, dem Amtsgericht Lemgo, dem Landesverband Lippe, der Stadtverwaltung Lemgo und dem TV Lemgo haben sich starke Partner zusammengefunden, um für ihre Mitglieder und Mitarbeiter attraktive Angebote als Kurs oder Vortrag zur Gesundheitsförderung zusammenzustellen.

„Im Interesse aller Beteiligten entstand der Wunsch, den Mitarbeitern ein ganzheitliches und ausgewogenes Gesundheitsangebot zur Verfügung zu stellen“, so Patrick Busse, der als hauptamtlicher TV-Geschäftsführer die Kooperation betreut. Der Verein tritt dabei in Doppelfunktion auf: Zum einen bietet er selber vergünstigte Kurse für die Mitarbeiter der beteiligten Institutionen, zum anderen können auch die Vereinsmitglieder das günstige und breite Angebot des Gesundheitsnetzwerkes nutzen. Es steht eine ganze Palette gesunder Angebote zur Verfügung: Von, mobilen Massagen, über kostenfreie Vorträge bis hin zu vielfältige Kursen. Fit & Aktiv im Studio, Rückenfitness, Nordic Walking, Raucherentwöhnung, sogar Zeit- und Stressmanagement. lauten die Kurse, die auf dem halbjährigen Angebotsplan stehen. Die aktuellen Angebote werden per e-mail an alle Mitarbeiter versendet. „Fast alle Angebote

sind ortsnahe und direkt nach der Arbeitszeit gelegen“, erläutert Busse wichtige Rahmenbedingungen. Die Anmeldung erfolgt über alle Partner gleichermaßen, auf einer internen Teamsite im Internet können die Organisatoren den aktuellen Anmeldestand und weitere Infos einsehen.

„Wichtig ist noch anzumerken, dass nur einer der Partner seinen Mitarbeitern einen Zuschuss zu den Angeboten gibt, ansonsten zahlen die Teilnehmer die Kursgebühren selbst!“, so Busse. Durch die gemeinsame Vorgehensweise können aber gute Konditionen mit den Anbietern ausgehandelt werden, von denen dann alle Beteiligten profitieren. Alle zwei Monate setzen sich die Partner zusammen, um sich auf den aktuellen Stand der Dinge zu bringen und über neue Kurspläne zu sprechen.

8. Best-Practice Beispiele „gesundes Setting Verein“

In den folgenden Beispielen kann nicht wie bei den vorherigen für Kooperationen und Netzwerke auf die direkten Zielgruppen eingegangen werden, da hier der Verein als Gesamtes aufgezeigt wird und die Maßnahmen die von den Vereinen ergriffen wurden in der Regel für mehrere Zielgruppen relevant sein können.

Märkische Turngemeinde Horst 1881 e. V.

In den 14 Abteilungen der MTG Horst sorgen über 100 Übungsleiter und Trainer dafür, dass die Mitglieder in Bewegung bleiben. Die Palette der Sportangebote umfasst Breiten- und Wettkampfsport, Angebote für Behinderte sowie Präventiv- und Rehabilitationsmaßnahmen.

Das Sport- und Gesundheitszentrum beinhaltet drei Gymnastikräume, einen Kraft- und Fitnessraum, ein Hallenbad und ein Freibad. Neben diesen Sportstätten besitzt die MTG Horst noch ein Vereinsheim. Hierfür wurde das ehemalige Horster Strandbad an der Ruhr erworben und aufwendig renoviert. Das idyllisch gelegene Vereinsheim hat sich zu einer multifunktionalen Einrichtung für Tagungen, Vereinsfesten oder Familienfeiern entwickelt.



Bild: MTG Horst

Die Herzsportabteilung der MTG Horst wurde im November 1981 aus einer Zusammenarbeit des Bethesda-Krankenhauses (Essen) und zwei Herzsportgruppenleitern der MTG Horst gegründet. Unter der Obhut des Krankenhauses übte zunächst eine erste Herzsportgruppe in Essen-Borbeck. Zum heutigen Zeitpunkt besteht diese aus 190 Mitgliedern mit vier lizenzierten Übungsleitern, welche insgesamt zehn Herzsportübungsstunden pro Woche leiten. Vor dem Hintergrund der wachsenden Jugendkriminalität bietet die MTG Horst den Schülern Alternativen zur Freizeitgestaltung an, beispielsweise „Boxtraining“. Der Sport soll Selbstwertgefühl, Handlungsfähigkeit und das Sozialverhalten der Jugendlichen verbessern und einen Beitrag zur Integration und Gewaltprävention leisten. Boxsportinteressierte Schüler sind nicht nur in der Hauptschule Eiberg, sondern auch im Gymnasium an der Wolfskuhle zu finden, so dass sich die Teilnehmerzahl der Sportgruppe ständig erweitert. Auch die Polizei wird hierbei mit einbezogen: Ein Beamter stattet der Gruppe regelmäßig einen Besuch ab und ist den Jugendli-

chen sehr vertraut. Mit der Unterstützung der Krupp-Stiftung vereint Kinder und Übungsleiter mit Migrationshintergrund mit deutschen Kindern und Übungsleitern. Neben dem Sporttreiben werden monatlich auch Ausflüge in Museen, Klettergärten, Spaßbäder etc. unternommen. Das Angebot ist für die Kinder, deren Eltern Sozialhilfe beziehen, kostenfrei. Darüber hinaus bestehen Kooperationen mit dem Behindertensportverband und dem Deutschen Rollstuhlsportverband: Beim Rollstuhlтанz, trainieren „Kombitanzpaare“ breiten-, aber auch wettkampfsportlich orientierte verschiedene Tanzarten.



Bild: MTG Horst

Die MTG Horst organisiert für alle Altersklassen neben den Sportangeboten verschiedenste zusätzliche Aktionen. Beispielfähig seien die traditionellen Ski- sowie Ferienfreizeiten, die MTG-Ruhrparty, eine Kinderdisco, die „Familiade“ - ein generationsübergreifendes Spiel- und Sportfest für Familien oder Gesundheitstage genannt. Speziell für Senioren finden soziokulturelle Veranstaltungen wie Betriebsbesichtigungen, Ausflüge zu historischen Städten und in Naturparks oder auch Spielenachmittage statt, die neben den Sportangeboten gerne genutzt werden.

Und auch dies ist etwas Besonderes: Mitarbeiter des Vereins besuchen regelmäßig Mitarbeiterkreissitzungen der umliegenden Stadtteile, um den Kontakt zu anderen Institutionen wie beispielsweise Wohnungsbaugesellschaften, Kirchen und dem Jugendamt aufrecht zu erhalten.

Sportverein Fun-Ball Dortelweil e.V.

Der Fun-Ball Dortelweil ist bei Vereinsgründung mit drei Ballsportarten Badminton, Basketball und Volleyball gestartet; Spaß und Freizeitsport standen im Vordergrund. Durch den Zuzug zahlreicher Familien ins Neubaugebiet Dortelweil-West wurde auf Familienfreundlichkeit umgestellt. Vom Kleinkind bis zu den Großeltern sollte für jeden etwas dabei sein. Im



Bild: SV Fun-Ball Dortelweil

Verlauf der Jahre wurden die Kleinen zu Jugendlichen, so dass die Ausweitung von Jugendsportangeboten zum mittelfristigen Ziel wurde. Aktuell orientiert sich der Verein an der demografischen Entwicklung und setzt Schwerpunkte im Bereich Gesundheits- und Seniorensport.



Bild: SV Fun-Ball Dortelweil

In der im Jahre 2001 neu gebauten Sporthalle „Am Siegesbaum“ findet der überwiegende Sportbetrieb des SV Fun-Ball Dortelweil statt. Die große Drei-Feld-Halle mit 1400 m² Sportfläche verfügt über einen 165 m² großen Mehrzwecksaal mit Parkettsportboden, einen Gymnastikraum/ Ballettsaal mit Spiegelwand, einen voll ausgestatteten Fitnessraum mit 17 Stationen sowie eine 190 m² große Kletterwand mit bis zu 10 m Wandhöhe, Überhängen und Dachbereich. Im Januar 2007 wurde die Halle um einen Anbau mit zwei weiteren 142 m² großen Funktionsräumen erweitert. Im „Blauen Saal“ trainieren Athleten der Kampfsportarten Judo und Kickboxen und im „Roten Saal“ (auch mit Spiegelwand) finden vorrangig die Abteilungen Tanzen und Aerobic ihren Platz. Im Erdgeschoss des Anbaus ist die Geschäftsstelle des Vereins untergebracht. Die Sporthalle „Am Siegesbaum“ wird vom Verein komplett selbst verwaltet. Genutzt werden auch weitere Turnhallen und Sportplätze der Stadt.



Bild: SV Fun-Ball Dortelweil

Für Kindergärten, Kita und verschiedene Schulen bietet der Fun-Ball Dortelweil Bewegungsangebote an. Mehrmals im Jahr finden verschiedene Aktionen wie Outdoor-Klettern oder Ausflüge/Freizeiten statt, die zum Teil von dem Kooperationspartner „Naturfreunde Bad Vilbel“ organisiert werden.

Verschiedene Sportverbände können in den Räumlichkeiten der Fun-Ball Dortelweil Aus- und Fortbildungen abhalten, oder nationale und internationale Turniere durchführen.

Sportmedizinische Vorträge informieren die Vereinsmitglieder u. a. über das Thema „Sportverletzungen und Überlastungsschäden im Breiten- und Leistungssport“. Der Fun-Ball Dortelweil übernahm eine Schulbetreuung im Rahmen des Internationalen Deutschen Turnfests 2009. Während des Bad Vilbeler Quellfestes organisiert das Jugendteam jedes Jahr das beliebte Luftmatratzenrennen (Lumatra-Fun-Race) auf der Nidda. Jedes Jahr findet eine Kinderfreizeit für 6- bis 11-jährige in der Jugendherberge Linsengericht statt. In diesem Jahr fahren anlässlich des 10jährigen Jubiläums der Freizeit alle aktuellen und ehemaligen Betreuer zu einer Familienfreizeit nach Linsengericht.

Der Sport-Fun Dortelweil verfügt über ein sehr engagiertes Jugendteam, das verschiedene Aktionen das ganze Jahr durchführt. Beim Fun-Ball Dortelweil besteht die Möglichkeit ein Freiwilliges Soziales Jahr zu absolvieren. Das Angebot „Babyfrühförderung integrativ“ richtet sich an Mütter/Väter mit Babys, die noch nicht krabbeln können. Eltern mit entwicklungsverzögerten oder behinderten Babys sind ebenfalls herzlich willkommen.

SG Bornheim 1945 e.V.

Die Sportgemeinschaft Bornheim wurde 1945 gegründet und bewegt im Moment 653 Mitglieder. Dabei wird das Hauptaugenmerk auf den Breitensport gelegt. Unter dem Motto „Unser Verein engagiert sich im Stadtteil – Die Jugend muss von der Straße“ wird besonders die Kinder- und Jugendarbeit gefördert. Damit verfolgt der Verein eine Öffnung gegenüber dem sozialen Umfeld und mehreren Stadtteilen in Frankfurt. Diese Öffnung setzt voraus, dass die Interessen von jugendlichen Nichtmitgliedern berücksichtigt werden, neue Wege von familienfreundlichen Angeboten begangen werden, eine Vernetzung mit gesellschaftlichen Organisationen stattfindet und das sozial bürgerschaftliche Engagement gefördert wird. Mit der intensiven Kinder- und Jugendarbeit wird auch die Grundlage für die Weiterentwicklung der Seniorenarbeit gelegt, da somit Bindung und Kontinuität erfolgt. Neben der sportfachlichen Tätigkeit sind auch neue Wege der offenen Familienarbeit nötig, um soziale Integration von benachteiligten Kindern und Jugendlichen, als auch das Zusammenleben von Jungen und Mädchen zu fördern.



Bild: SG Bornheim

Dieser Ansatz wird von der SG Bornheim erfolgreich umgesetzt. Trotz bekannter Fußballvereine in Frankfurt/Main weist die SG Bornheim die größte Kinder- und Jugendfußballabteilung und die größte Mädchen- und Frauenfußballabtei-

lung in Frankfurt auf. Dieser große Zulauf wird auch durch das Anfang 2007 eröffnete Kinder- und Familienzentrum (KiFaZ) bedingt. Das KiFaZ bietet die Möglichkeit mit Personen aus der Bewegungsförderung, Familienbildung oder gesellschaftlichen Gruppen, wie z. B. der Kinder- und Familien-Bücherei zu kooperieren. Es stellt einen Treffpunkt für benachbarte Kitas oder Grundschulen dar und auch Kindergeburtstage können dort und auf dem Sportgelände gefeiert werden. Zugleich finden Arbeitssuchende Jugendliche und Eltern Arbeitsmöglichkeiten. Dies findet in Kooperation mit dem Rhein-Main Jobcenter GmbH und Beschäftigungsbetrieben statt.



Bild: SG Bornheim

Das KiFaZ betreut dabei schwerpunktmäßig drei verschiedene Projekte:

1. Der pädagogische Mittagstisch – Sport und Hausaufgaben zusammen

Zusammen mit dem Jugend- und Sozialamt der Stadt Frankfurt wurde das Projekt pädagogischer Mittagstisch ins Leben gerufen. Hierbei sollen flexible Angebote für Kinder und Familien entstehen, sozial benachteiligte Kinder gefördert, die Verbindung zwischen Sportaktivität, Mittagessen und individueller Förderung gestärkt werden und so eine verbesserte Vereinbarkeit zwischen Familie und Beruf erreicht werden. Ein buntes Team aus verschiedenen Generationen und ehrenamtlichen und hauptamtlichen Personen betreuen die Versorgung mit Mittagessen und die Schularbeiten. Das Mittagessen besteht aus verschiedenen warmen Mahlzeiten, die in der Gruppe eingenommen werden. Die Beteiligung der Kinder am Speiseplan ist gewünscht. Ebenfalls werden kulturelle und religiöse Orientierungen bei der Zubereitung berücksichtigt. Mindestens zweimal in der Woche setzt sich das Essensangebot aus regionalen und saisonalen Lebensmitteln zusammen. Die Hausaufgabenbetreuung wird entweder von qualifizierten Ehrenämtern oder von Studenten für das Lehramt übernommen, in der Begleitung einer sozialpädagogischen Fachkraft. Dabei erfolgt eine enge Kooperation mit den Schulen, damit Lernformen und -methoden aufeinander abgestimmt sind.

Die Gruppe setzt sich aus 20 Kindern im Alter von 6 - 14 Jahren zusammen, die Montag bis Freitag von 12.00 – 17:00 Uhr betreut werden. Die Kinder können bei Bedarf auch tageweise kommen. Die Kosten pro Essen belaufen sich auf 1€ für Geringverdiener. Innerhalb der Einrichtung können für einzelne Kinder „Sonderpreise“ festgelegt werden.

2. Von der Fußball-Schule zum Sport- und Freizeitcamp – Ferienbetreuung bei der SG Bornheim

Während den Oster-, Sommer- und Herbstferien findet eine Betreuung für Kinder von 6-12 Jahren statt. Im Mittelpunkt steht hier natürlich der Fußball. Zugleich wird den Kindern ein abwechslungsreiches Programm aus Kultur, Geist und Bewe-

gung präsentiert. Eine gesunde und ausgewogene Ernährung rundet das Programm ab.

Das Ferienangebot soll Familien bei der Vereinbarkeit von Familie und Beruf unterstützen und den Mädchen sowie den Jungen die Vielfalt von Sport- und Spielaktivitäten näher bringen. Kinder aus sozialbenachteiligten Familien werden individuell und finanziell gefördert. Die Kooperation mit benachbarten Einrichtungen erweitert das vielfältige Betreuungsprogramm. So wurde bei dem Sport- und Freizeitcamp der Osterferien 2010 mit der Kita 110 und dem damit verbunden Musikprojekt kooperiert. Als Resultat präsentieren die Kinder am Ende der Ferien ihre selbst getexteten Lieder. Doch auch Trommeln oder Yoga haben die Kinder bei den Ferienfreizeiten kennengelernt. Zusammen mit einer ausgebildeten Schwimmtrainerin von einem benachbarten Schwimmverein wurde zudem das Schwimmbad erkundet.



Bild: SG Bornheim

3. Familien-Sport-Café

Mit dem Familien-Sport-Café soll die Gestaltung des Lebensalltags besser gelingen. Die Betreuung der Kleinkinder und das Fußballtraining der Schulkinder am Nachmittag gehören zusammen. Hier haben Mütter und Väter – mit und ohne Migrationshintergrund - einen Ort der Begegnung und Kommunikation. Sie können ein kleines Netzwerk in ihrem Stadtteil bilden und so auch das Selbsthilfepotential der Familie steigern. Sie können sich über Erziehungsprobleme austauschen oder einfach mit ihren Kleinstkindern die Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten nutzen. Das Familien-Sport-Café hat an den Nachmittagen in der Woche und auch am Wochenende bei den Spielen der Kinder geöffnet.

SpVgg Besigheim

Unsere Gesellschaft und mit ihr die Sportwelt hat sich in Deutschland in den letzten Jahrzehnten immens verändert. Gesundheit, Fitness und Spaß haben für die meisten Sporttreibenden heutzutage eine stärkere Bedeutung wie Leistung und Geselligkeit. Deutlich erkennbar wird dies bei der Mitgliederentwicklung der Sportvereinigung Besigheim. 1980 waren 1338 Mitglieder in der SpVgg gemeldet, darunter waren ungefähr 900 Mitglieder den Wettkampfgruppen bzw. -abtei-



lungen zuzuordnen. Heute hat der Verein gut 3.000 Mitglieder, die Zahl der Wettkampfsportler ist nahezu konstant geblieben. Der Zuwachs ist somit allein den Freizeit- und Gesundheitsgruppen vor allem im Kinder- und Seniorenbereich zuzuschreiben.

Die SpVgg Besigheim stellt ihre Ausrichtung immer wieder auf den Prüfstand, um den sich ständig ändernden Anforderungen gerecht zu werden.

Nicht zuletzt aus dieser Philosophie resultiert das äußerst vielfältige Angebot der SpVgg Besigheim. Ein attraktives Freizeit-, Leistungs- und Gesundheitssportangebot sowie Wellness für Körper und Geist gibt es für alle Altersgruppen. Zahlreiche außersportliche Freizeitaktivitäten runden das Bewegungsangebot ab.

Zu den „Sportklassikern“ Fußball, Judo, Leichtathletik, Sportgymnastik, Tischtennis, Turnen und Volleyball kommen weitere sportliche Angebote von „A“ wie Aerobic, Body-Fitness, Freizeitsport, Gymnastik, Jazzdance über Tanzen schließlich bis „W“ wie Walking.



Bild: SpVgg Besigheim

Mit der Eröffnung des vereinseigenen Fitnessstudios „FitKom“ (Fitness- und Kommunikationszentrum) am 1. November 2004 erweiterte die SpVgg Besigheim ihr Angebot erheblich und kam damit ihrem Ziel, möglichst viele Menschen zum lebenslangen Sporttreiben zu motivieren, ziemlich nahe. Ungefähr 1200 Bewegungshungrige tummeln sich in dem modernen Studio und finden hier optimale Bedingungen für ein gesundheitsorientiertes Training. Zum FitKom gehört eine vereinseigene multifunktionale Sporthalle in der neben Fitnesskursen auch das Turnen für Ältere und Kinder Platz gefunden haben. Die Halle ist mit zahlreichen Kletter-, Balancier-, Schwung- und Sprunggeräten ausgerüstet und kann in kurzer Zeit in eine attraktive Bewegungs- und Erlebnislandschaft umgebaut werden. Aber auch der Kursraum, die Kletterwand, der Tagungsraum und der Wellnessbereich eröffneten dem Verein zahlreiche neue Angebots- und Kooperationsmöglichkeiten. So können Kurse wie Pilates, Beckenbodengymnastik, Kickbox-Hanteltraining, Tai Chi, Yoga und Flexi-Bar und viele andere mehr angeboten werden, für die zuvor kein Platz vorhanden war.

Bei der Sportvereinigung wird seit jeher auf Ausbildungen und Fortbildungen großen Wert gelegt. Fast alle Sportvereinigungsangebote werden von lizenzierten Übungsleiterinnen

und Übungsleitern sowie Trainerinnen und Trainern geleitet. Die Kurse werden ausschließlich von lizenzierten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern durchgeführt. Viele von ihnen haben Zusatzqualifikationen, zudem sind Diplom-Sportlehrer, Diplom-Wissenschaftler, Personaltrainer, Physiotherapeuten und spezielle Fachtrainer bei der Sportvereinigung tätig. So kommt es nicht von ungefähr, dass zur Zeit 24 Angebote mit dem Gütesiegel „Pluspunkt Gesundheit“ der Deutschen Ärztekammer und des Deutschen Sportbundes ausgezeichnet sind. Selbstverständlich trägt das FitKom das Gütesiegel „Sport pro Fitness“. Seit dem Jahr 2000 ist Besigheim Standort eines der fünf regionalen Ausbildungszentren des Schwäbischen Turnerbundes.

Bewegungsmangel im Kindesalter und die negativen Folgen sind in aller Munde. Dies ist einer der Gründe dafür, dass 2005 der Förderverein Kindersport der Sportvereinigung Besigheim gegründet wurde. Ziele des Fördervereins sind die ideelle und finanzielle Förderung des Kindersports in Besigheim. Zum Beispiel sollen die Eltern und die an der Erziehung der Kinder beteiligten Gruppen und Organisationen für die Bedeutung der Bewegung im Kindesalter sensibilisiert werden. Dies erfolgt durch öffentliche Aktionen und gezielte Öffentlichkeitsarbeit. Dazu gehören zum Beispiel Spiel-, Sport-, Spaßtage, die der Förderverein regelmäßig in den Schulferien im FitKom durchführt, aber auch die Einrichtung neuer Kinderturn- und Gesundheitsgruppen. Zum anderen versucht der Förderverein die finanziellen Mittel aufzubringen, die erforderlich sind um die „Offensive Kindersport“ durchzuführen. Sei es die Finanzierung des erforderlichen Hallenraums, die Umsetzung von Projekten im Kinderbereich wie zum Beispiel das Kiga-Fit Projekt oder die Anschaffung von kindgerechten Groß- und Kleingeräten. So wurde beispielsweise eine Hüpfburg finanziert, die der Sportvereinigung zur Verfügung gestellt wird. Bei dem im Jahr 2004 initiierten Projekt „Kiga-Fit“ haben alle Besigheimer Kindergärten zusätzlich zum normalen Bewegungsangebot in den eigenen Räumen die Möglichkeit, die Bewegungslandschaft im FitKom unter der Anleitung einer Fachkraft zu nutzen. Dadurch können sich auch Kinder nach Herzenslust austoben, die der Verein normalerweise nicht erreicht. Neben den „normalen“ Turn- und Sportangeboten für Kinder gibt es zahlreiche Zusatzangebote, die speziell auf die Bedürfnisse der Kinder zugeschnitten sind. Ein Schwerpunkt ist das Psychomotorik- und Gesundheitsangebot für Kindergarten- und Grundschul Kinder. Des Weiteren gibt es Kletter-, Judo- und Trampolinkurse sowie spezielle Ferienangebote vom Fußball-Camp über die Spiel-, Sport- und Spaßtage bis hin zum Familienturnen. Abgerundet wird das Kinder- und Familienangebot durch zahlreiche außersportliche Aktivitäten wie Gespensternacht, Kinderfasching und Eltern-Kind-Zeltlager.

Nachdem in den letzten Jahren vor allem die Kinder im Vordergrund standen, rücken zukünftig aufgrund der demographischen Entwicklung die älteren Vereinsmitglieder stärker in den Focus. Nicht zuletzt deshalb hat die SpVgg. Besigheim mit der Einrichtung eines speziellen Referats für Ältere auch

organisatorisch auf diese Herausforderung reagiert, um künftig besser auf die Bedürfnisse dieser Zielgruppe eingehen zu können. Mit diesen Bedürfnissen wird sich in nächster Zeit ein Arbeitskreis intensiv beschäftigen und man darf gespannt sein, was die Sportvereinigung Besigheim in diesem Bereich für kreative und zukunftsweisende Ideen in die Tat umsetzen wird.

TV Canstatt 1846 e.V.

Mit 21 Abteilungen bietet der Verein TV Canstatt 1846 e.V. ein breites Sportangebot für alle Altersklassen an. Von Baseball über Kegeln bis hin zum Wandern ist fast alles möglich. Abgerundet wird der Wettkampf- und Freizeitsport mit Angeboten aus dem Bereich Gesundheitssport.

Der landschaftlich ruhig und sonnig gelegene Standort der Sportanlage auf dem Schnarrenberg, mit einem herrlichen Blick über das Neckartal, lässt sportliche Wünsche wahr werden.

Ein weiterer Sportpark in Freiberg bietet der Fußballabteilung und den Sportkeglern eine Heimat. Ob in der Sporthalle, Tennishalle, der Sportkindertagesstätte, der Kindersportschule, dem Pfeffer-Club 50+ und dem Licht durchflutenden Bewegungszentrum mit Gesundheits- und Wellnessbereich, beim Turnverein Cannstatt fühlen sich alle wohl. Seit Januar 2007 wird beim TV Cannstatt auf Solarenergie gebaut. Auf dem Dach der Sporthalle wurde eine Solaranlage installiert. Weitere umweltschonende Aspekte, wie begrüntes Dach, ressourcenschonende Heizenergie, Wasserstopffunktion in den Duschen und WC's und energieschonende Wärmedämmung wurden bei dem Bau berücksichtigt.



Bild: TV Canstatt



Bild: TV Canstatt

Mitglieder der Caritas Behindertenhilfe „Treffpunkt“ können einmal in der Woche in dem Sportstudio trainieren. Auch die Mitarbeiter der Polizei Stuttgart können die Räumlichkeiten des Sportstudios nutzen. Einmal in der Woche kommt ein speziell eingewiesener Lehrer in der Steigschule Cannstatt (Förderschule - Schule für Lernbehinderte) in das Sportstudio und trainiert mit drei Schülern.



Bild: TV Canstatt

Viele Veranstaltungen haben sich über Jahre hinweg traditionell verankert. Anzumerken sind hierbei die Feriensportwochen in den Schulferien. Die Sportlerehrung im Dezember hat ebenso ihren festen Platz im Jahresprogramm wie der Adventsnachmittag für Senioren. Großveranstaltungen wie das im Sommer stattfindende „Sport-Festival“ oder das Symposium „Senior fit“ als auch der Tag der offenen Tür im Bewegungszentrum mit Jazz – Frühstück verdeutlichen ein klar auf die Mitglieder und Kunden zugeschnittenes Konzept. Relativ jung dagegen ist der Frühlingsball, der mit Hilfe von Vereinsgruppen eine bunte Mischung aus Tanz und Darbietungen darstellte. Circus – Circuli – die Zirkuswoche während den Faschings- und Herbstferien ist sehr beliebt bei allen jungen Künstler und die, die es noch werden wollen. Für diese Aktion hat der TV Cannstatt im Jahr 2008 den Anerkennungspreis „Toto-Lotto Award Sportjugend Förderpreis 2008“ von Baden-Württemberg erhalten. Das Highlight 2010 beim TV Cannstatt wird die Baseball EM werden. Neben dem Eröffnungsspiel und dem Finale werden auch fast alle Spiele mit deutscher Beteiligung beim TV Canstatt stattfinden.



Bild: TV Canstatt

In der Sportkindertagesstätte haben Kinder von 07:30 - 15:00 Uhr die Möglichkeit sich auszutoben. Neben Bewegungsangeboten wird hier auch auf ein gesundes und vollwertiges Mittagessen geachtet. Doch auch die Senioren kommen beim TV Cannstatt nicht zu kurz. Im Pfeffer-Club – der Club für Junggebliebene gibt es neben sportlichen Angeboten auch eine Vielfalt an geselligen Möglichkeiten die Freizeit mit Gleichaltrigen zu verbringen.

In der Sportkindertagesstätte haben Kinder von 07:30 - 15:00 Uhr die Möglichkeit sich auszutoben. Neben Bewegungsangeboten wird hier auch auf ein gesundes und vollwertiges Mittagessen geachtet. Doch auch die Senioren kommen beim TV Cannstatt nicht zu kurz. Im Pfeffer-Club – der Club für Junggebliebene gibt es neben sportlichen Angeboten auch eine Vielfalt an geselligen Möglichkeiten die Freizeit mit Gleichaltrigen zu verbringen.

Turnverein Weißendorf

Der 1904 gegründete Turnverein Weißendorf zählt 220 Mitglieder. Bei einer Einwohnerzahl von 360 Bürgern im thüringischen Weißen-



dorf, sind viele der Vereinsmitglieder aus den angrenzenden Ortschaften. Mit 27 Kursen in der Woche, davon zahlreiche Reha- und Präventionskurse, hat der Turnverein ein großes Sportangebot zu bieten. Seit 2003 organisiert der Verein mehrere sportliche Großveranstaltungen wie die FAMILIADE, ein Sporttag für die ganze Familie.



Bild: TV Weißendorf

Um das genannte Vorhaben erfolgreich umzusetzen, hat der Turnverein den Aufbau und die Etablierung eines Gesundheitsnetzwerkes im Thüringer Vogtland initiiert. Mit diesem Konzept sollen alle Menschen im Landkreis die Möglichkeit erhalten, qualifizierte Kurse und Leistungen aus dem Gesundheitsbereich nutzen zu können. Durch eine gemeinnützige Kooperation der im Gesundheitswesen tätigen Personen, wird ein vielfältiges Sport- und Gesundheitsangebot für die Region entwickelt. „Als Modellregion möchten wir andere Landkreise dazu anregen, durch geschickte Kooperation qualifizierte Angebote anzubieten und umzusetzen“, sagt Danny Winkelmann, Pressesprecher und Übungsleiter des TV Weißendorf. Der Verein bietet seit vielen Jahren ein breites Spektrum an Kursen aus dem Bereich des Gesundheitssports an. Die Angebote sind mit zwei Qualitätssiegeln ausgezeichnet: „Pluspunkt Gesundheit.DTB“ des Deutschen Turner-Bundes und „Sport pro Gesundheit“ des Deutschen Olympischen Sportbundes. Sie sind die Voraussetzung, um Kurse über ihre Krankenkassen abrechnen zu können. Seit 2008 sind auch Rehabilitationskurse Teil der Angebotsvielfalt des Turnvereins. Ärzte können ihren Patienten diese Kurse per Rezept verschreiben. Der TV Weißendorf möchte mit Hilfe des Gesundheitsnetzwerkes auch in Zukunft das vereinseigene Angebot ausbauen, professionalisieren und mit anderen Angeboten im Bereich des Gesundheitswesens vernetzen.



Bild: TV Weißendorf

Die Basis des Netzwerkes bildet die enge Zusammenarbeit von Ärzten, Physiotherapeuten und Krankenkassen, aber auch Schulen und Kindertagesstätten aus der Region. Der Aufbau des Gesundheitsnetzwerkes ist in drei Phasen gegliedert. In der ersten Phase wird das bestehende Angebot in der Region

erfasst und nach potenziellen Netzwerkpartnern gesucht. Die Übungsleiter des TV Weißendorf nehmen an Aus- und Fortbildungsmaßnahmen teil, um die notwendigen Qualifikationen zu erwerben und neue Angebote zu entwickeln. Zum 1. September 2009 wurde die vom europäischen Sozialfonds finanzierte Stelle des Netzwerkkoordinators geschaffen. Planung, Organisation und Koordination von Veranstaltungen und dem neuen Gesundheitssportangebot, sowie die Erstellung von Materialien für die Presse und Angebotsveröffentlichung, sind Teil dieser verantwortungsvollen Position.



Bild: TV Weißendorf

In Phase 2 liegt der Fokus auf dem Aufbau des Netzwerkes mit den gefundenen Partnern und der Erweiterung des Sport- und Gesundheitsangebotes. In Zusammenarbeit mit den Ärzten, Physiotherapeuten und Krankenkassen wird ein Kooperationsmodell ausgearbeitet und gemeinsame Aktionen geplant. Ein weiterer Schritt dieser Phase besteht in der Steigerung der öffentlichen Aufmerksamkeit durch gezielte Öffentlichkeitsarbeit in der Region.

Die dritte Phase wird durch die Eröffnung des Gesundheitszentrums bestimmt. Nach einem ersten Feedback der Vereinsmitglieder und Kursteilnehmer werden die bisherigen Maßnahmen evaluiert und das Angebot ergänzt und verbessert. Das Projekt wird über die Grenzen der Region hinaus kommuniziert und weitere Partner im Thüringer Vogtland in das Netzwerk aufgenommen. Zentraler Netzwerkpartner über alle Phasen hinweg ist der TV Weißendorf. „Als Anlaufstelle und Anbieter von professionellen Sport- und Gesundheitsangeboten übernimmt unser Verein die Koordination der Aktionen und Aktivitäten“, erklärt Pressesprecher Winkelmann. In allen Phasen wird das Kursangebot des Vereins ausgebaut und professionalisiert. Am Ende des Konzepts wird so ein umfangreiches Gesundheitsnetzwerk mit eigenem Gesundheitszentrum stehen, das den Menschen ein vielfältiges Sport- und Gesundheitsangebot bietet.

Das Gesundheitsnetzwerk bringt viele Vorteile mit sich: Neben der Entwicklung eines breiten und qualifizierten Sport- und Gesundheitsangebotes, erhalten die Vereinsmitglieder, Kursteilnehmer und Patienten die Möglichkeit, eine ärztliche Behandlung nahtlos fortzusetzen. Durch die Kooperation zwischen dem Verein und den Ärzten aus der Region, werden die Patienten unmittelbar nach einer ambulanten oder stationären Behandlung über das Angebot des TV Weißendorf

informiert. Der Arzt kann dem Patienten ein Rezept für eine weiterführende Therapie bei dem Turnverein ausstellen. So erhält der Patient die Chance auf eine nachhaltige Besserung der Beschwerden. Durch das Kooperationsnetzwerk kann ein Patient auch nach Ende einer physiotherapeutischen Behandlung im TV Weißendorf eine Anschlusstherapie beginnen. Der Physiotherapeut gibt den Hinweis, dass Rehabilitationssport vom Turnverein angeboten wird. Teilweise werden die Kurse von Physiotherapeuten selbst angeboten, da sie durch die Kooperation Räumlichkeiten zur Verfügung gestellt bekommen. Der Verein erhält auf diesem Weg qualifiziertes Personal und langfristig neue Mitglieder. Danny Winkelmann beschreibt diesen Nutzen als eine „Win-Win-Situation“ für alle Beteiligten, die durch das Gesundheitsnetzwerk geschaffen wird.

Turbo-Schnecken Lüdensch eid e.V.

Die Turbo-Schnecken Lüdensch eid bieten verschiedene Angebote aus dem Bereich Prävention/Rehabilitation an, dabei gehen Sie bei Angeboten wie Sport für Ältere, Baby-Walking im Tragetuch etc. auch auf verschiedene Zielgruppen ein.



Die Sportangebote werden in städtischen oder angemieteten Hallen durchgeführt. Demnächst wird ein eigenes Sport- und Gesundheitszentrum errichtet. Dafür wurde 2008 eine alte Maschinenfabrik ersteigert, die in ein Sport- und Gesundheitszentrum umgebaut werden soll.

Die Turbo-Schnecken Lüdensch eid versuchen Frauen im Verein zu fördern. So werden verschiedene Kooperationen ins Leben gerufen, die u.a. für Angebote für Frauen dienen. Z. B. ein Selbstbehauptungskurs zusammen mit der Polizei Lüdensch eid, Schminkkurse mit „Ihr Wellnesstraum“, ein Panenkurs mit der VAG Piepenstock etc. Seit geraumer Zeit sind Gruppen vom Johannes-Busch-Haus (eine Wohn Einrichtung für Menschen mit geistiger Behinderung) und dem Biotop e.V. (ein Verein für Rehabilitation und Integration psychisch kranker Menschen) in der Nordic-Walking-Abteilung der Turbo-Schnecken integriert. Seit dem Jahre 2007 können Mitglieder des Johannes-Busch-Haus in einer bestehenden Laufgruppe mit trainieren. Die Laufgruppe stellt das erste dauerhafte integrative Angebot für Menschen mit und ohne geistiger Behinderung in Lüdensch eid dar. Es nehmen zwischen 8-10 Sportler mit Behinderung regelmäßig am Training teil. Jens Kuhn vom Johannes Busch Haus ist stets als Betreuer bei den regelmäßigen Nordic-Walking Treffs und bei den sportlichen Aktivitäten (Teilnahme an verschiedenen Nordic-Walking Veranstaltungen) dabei. Mit interessierten Mitgliedern des Biotop wurde zunächst ein 10 Wochen-Kurs Nordic-Walking durchgeführt 9 Mitglieder nahmen an diesem ersten Kurs teil. Die „Biotoper“ kamen bei jedem Wetter und fanden immer mehr Spaß an der Bewegung. Nach dem Kurs wurden die Teilnehmer in die bestehenden Gruppen der Nordic-Walking Kurse integriert. Die Teilnehmer machten so gute Fortschritte, so dass sie seitdem noch eine zusätzliche Einheit in der

Woche bei den Turbo-Schnecken absolvieren. Am Anfang des Kurses konnten die Biotop-Teilnehmer gerade mal eine Distanz von 10 Minuten zurücklegen. Nun absolvieren sie ein- bis eineinhalbstündige Einheiten. Zusammen mit der AOK organisieren die Turbo-Schnecken jedes Jahr einen Firmenlauf ohne Zeitnahme nach dem Motto: Laufen und Walken für das Betriebsklima. Mittlerweile mit 6.000 Teilnehmer. Dieser Lauf wird von der Jugendfeuerwehr Lüdensch eid unterstützt, die die Parkeinweisung übernehmen.

Die Turbo-Schnecken backen gemeinsam mit dem AWO Kindergarten für die Lüdensch eider Tafel Weihnachtsplätzchen.



Awo-Kinder und Turbo-Schnecken backen für Lüdensch eider Tafel
Die Kinder der Awo-Kindertagesstätte Am Sonnenhang machten auch in diesem Jahr wieder Weihnachtsplätzchen für die Lüdensch eider Tafel backen. „Die mitschneiden sind 250 Kinder bei der Tafel gemeldet sind, können wir die Zutaten nicht mehr alleine anfragen. Deshalb werden wir uns diesmal an die Öffentlichke it, um möglichst viele Spenden zu bekommen“, sagt Nina-Lucretia Dugstorf-Seufzer (1.) und Brigitta Klein (2.u.3.). Vorsitzende der Turbo-Schnecken, die bei der Aktion ebenfalls mit im Boot sind. Die Backzentren können von montags bis freitags in der Zeit von 7 bis 18 Uhr an der Kita am Sonnenhang 8 abgegeben werden. Wer noch eine Keksdose übrig hat, kann diese auch mit abgeben. Am 20. November backen Mitglieder und Übergeliebte der Turbo-Schnecken, vom 10. bis 14. Dezember die Awo-Kinder mit ihren Eltern. Ursula Schwarzkopf (1.) und Dieter Rabenring von der Tafel besam sich sehr über die Unterstützung. • myFoto: Merry

Bild: Turbo-Schnecken Lüdensch eid

Sport- und Gesundheitstage werden mit gesundheitsorientierten Mitmachangeboten kombiniert. Daneben gibt es Gesundheitsvorträge, Angebote der Kooperationspartner, gesunde Leckereien und eine Vital Bar.

Die Turbo-Schnecken Lüdensch eid verfügen über zahlreiche Auszeichnungen. Im Folgenden sind nur Beispiele genannt. Der integrative Sportverein, November 2008. Sterne des Sports 2007/2008. Mädchen und Frauen im Sport, November 2007.



Bild: Turbo-Schnecken Lüdensch eid

Lippstädter Turnverein 1848 e.V.

Der Lippstädter Turnverein 1848 e.V. (LTV), mit zur Zeit 2540 Mitgliedern in zwölf Abteilungen und zusätzlich über 750 Patienten mit Verordnung, ist der größte und älteste Sportverein im Kreis Soest, der ehrenamtlich geführt wird. In den letzten 25 Jahren veränderte sich der LTV enorm. Durch die Öffnung zum Fitness- und Gesundheitssport sowie durch die Aufnahme von weiteren Abteilungen, verdoppelte sich die Mitgliederzahl. Diese Erfolge resultieren aus der Zielsetzung des Vereins, die qualitativ am besten ausgebildeten Übungsleiter und Übungsleiterinnen zu verpflichten, als Ausbildungsverein tätig zu werden sowie Vereinsmitglieder über einen längeren Zeitraum für die Vorstandsarbeit zu gewinnen, die Freude, Spaß und Sachverstand mitbringen.



Bild: Lippstädter TV

Der LTV bewegt in 12 Abteilungen mit unterschiedlichen Sport- und Freizeitangeboten seine Mitglieder und versucht dabei, ein breites Spektrum an Bewegungsmöglichkeiten anzubieten. Sommer-, wie auch Wintersportarten werden dabei berücksichtigt. Klassische Hallenangebote, wie Geräteturnen, Tischtennis, Badminton oder Basketball sind nur einige Beispiele. Auch für Naturfreunde gibt es die Möglichkeit sich außerhalb der Hallenwände zu bewegen. So bietet z. B. die Ski-Abteilung den Sommer über wöchentliche Inliner-Treffs oder Fahrradtouren an. Jung und Alt können sich zudem beim Sportkegeln, in der Leichtathletik, bei Angeboten im Wasser oder beim Klettern auspowern. Eine große Vielfalt von Angeboten aus dem Bereich Rehabilitations- und Präventionssport runden das Sport- und Freizeitangebot des LTV ab.

Der LTV hat im Jahr 2006 sein behindertengerechtes Vereinsheim „LTV-Reaktiv-Forum“ eröffnet. Der Neubau umfasst eine Sporthalle, einen Kraft- und Kardioraum sowie einen Gymnastik- und Versammlungsraum. Das Highlight, die Kletterwand, wird gerne von Erwachsenen wie auch von Kindern genutzt. Zusätzliche Trainingsstätten stellen Sporthallen und Sportplätze der Stadt Lippstadt und des Kreises Soest dar.

Der LTV veranstaltet jährlich verschiedene Läufe. In Zusammenarbeit mit der AOK findet der Internationale AOK-Altstadtlauf statt, der vom LTV organisiert und durchgeführt wird.

Auch im Wasser können sich die Mitglieder des LTV fit halten. Zusammen mit der Reha-Klinik Panorama finden u.a. Schwimmkurse für Jung und Alt statt.

Kinder und Jugendliche werden zudem bei Kooperationen mit zwei Bewegungskindergärten und verschiedenen Schulen zur sportlichen Aktivität animiert.



Bild: Lippstädter TV

Freude an der Bewegung wird ebenfalls beim Gesundheitssport des LTV vermittelt, der durch umliegende Krankenhäuser, Ärzte und Selbsthilfegruppen unterstützt wird.

Der LTV Lippstadt organisiert seit 20 Jahren Ferienfreizeiten im Sommer und Herbst für 10 – 14 jährige auf der Insel Wangerooog. Über Ostern und Pfingsten haben Familien die Möglichkeit dort gemeinsam eine Freizeit zu verbringen. Wer die Berge bevorzugt kann im Winter bei den Skifahrten vom Alltag abzuschalten.

Veranstaltet durch die Rehabilitationssportabteilung finden Bewegungsnachmittage beim LTV statt. Dann verwandelt sich die Turnhalle in eine Bewegungsbaustelle, die von Kindern mit und ohne Behinderung erobert werden kann. Auch Senioren bekommen ein buntes Programm geboten. So haben die älteren Vereinsmitglieder z. B. die Möglichkeit an Tagesausflügen teilzunehmen, die von dem Seniorenausschuss des Vereins initiiert werden.



Bild: Lippstädter TV

Zusammen mit der städtischen Gleichstellungsstelle findet einmal im Jahr der Lippstädter Frauenlauf statt. Dabei können Mädchen und Frauen zwischen unterschiedlichen Distanzen wählen. Die Strecken können sowohl laufend, wie auch waldend zurückgelegt werden.

Der Trödelmarkt für Sport & Spielsachen bietet den Vereinsmitgliedern die Möglichkeit, preiswert einzukaufen und gleichzeitig den Verein zu unterstützen. 20 % des Erlöses eines jeden Verkäufers wird für die KinderSportSchule (KISS) verwendet. Unter Anleitung können Familien beim LTV die Wand hoch gehen. Während die Eltern die Sicherung übernehmen, erklimmen die Kinder die Kletterwand.

Besonders hervorzuheben sind die Ausbildungsmöglichkeiten beim LTV. Rechtzeitig zum 160-jährigen Bestehen des Lippstädter Turnvereins 1848 e. V. erhielt der LTV die Genehmigung als Ausbildungsstätte für den Studiengang „Bachelor in Fitnessstraining“. Das von der Deutschen Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement (DHPG) konzipierte Studium besteht aus einem Fernstudium und Präsenzunterrichtsphasen. Bereits zwei Auszubildende nehmen an diesem Programm teil.

Auch sozialschwache Kinder kommen bei dem LTV nicht zu kurz. Es besteht die Möglichkeit, Patenschaften für sozialschwache Kinder zu übernehmen und den Kindern somit eine Chance für einen bewegten Alltag zu ermöglichen. Erwachsene können zudem einen Antrag für einen ermäßigten Beitrag stellen.

TSV 1875 Bonames e.V.

Der TSV Bonames hat seine Heimat in Frankfurt-Bonames. Aufgrund der historischen Struktur, aber auch durch Neubauten im Rahmen des Wachstums von

Frankfurt zeigt diese Gegend ein sehr unterschiedliches gesellschaftliches Umfeld: Neben vielen älteren Mitbürgern aus traditionellen Ortskernen gibt es viele Familien von Ein- und Mehrfamilien-Häusern und unterschiedliche Bewohner von Hochhausbebauungen. In dieser verschiedenartigen Struktur hat der Verein über 2300 Mitglieder und bietet entsprechend dem zentralen Ziel des TSV „Sportangebote machen“ ein breitgefächertes Angebot von Sportmöglichkeiten an.



Bild: TSV Bonames

Durch vielfältige Angebote mit unterschiedlichem Schwierigkeitsgrad und Belastungsintensität, versucht der TSV Bonames Menschen zum Sporttreiben zu animieren und verschiedenste Zielgruppen in den Verein zu integrieren. Förderung des Gesundheits- und Breitensport ist das Ziel. Gemeinsames Sporttreiben verbindet. In täglichen, Eltern-Kind-Angeboten treffen Familien aus verschiedenen Ländern zusammen, in der Integrationssportstunde können behinderte und nichtbehinderte Kinder Bewegungsspaß gemeinsam erleben. In den angebotenen Tanzrichtungen wie House, Breakdance, Funky, HipHop fühlen sich Jugendliche unterschiedlicher Herkunft zu Hause. Leistungssport wird zugelassen, aber nicht auf Kosten des Breitensports. Für talentierte leistungsbereite Sportler werden durch Kooperation mit anderen Vereinen Trainingsmöglichkeiten geschaffen.

Der Hauptsitz des TSV mit seiner Geschäftsstelle ist die Turnhalle Bonames, die mit dem Haus Nidda verbunden ist. Beide Gebäude gehören über die Saalbau GmbH der Stadt Frankfurt. Im März 2009 wurde die vereinseigene doppelstöckige Gymnastikhalle eingeweiht, die neue Perspektiven für ganzheitliche Angebote im Gesundheitssport eröffnet. Daneben wird die Leichtathletikhalle in Kalbach genutzt. In dem



neu angelegten, jüngsten Stadtteil Frankfurts –Riedberg–, wird das Angebot des TSV Bonames fortgeführt. Verschiedene Gesundheits- und Fitness-Angebote finden in dem vereins-eigenem Fitness-Studio statt. Der nahegelegene Frankfurter Grüngürtel, aber auch das Eschbach laden zu Bewegungsangeboten außerhalb der Turnhalle ein.

Im Rahmen der Aktion „Verein plus Schule“ bietet der TSV Bonames in der benachbarten August-Jaspert-Grundschule Sport-AGs an. Für das Angebot „Psychomotorik“ arbeitet der Verein mit umliegenden Grundschulen zusammen. Eine weitere Zusammenarbeit besteht mit dem evangelischen Kindergarten. Die sehbehinderten Schüler der Herman-Herzog-Schule nutzten die vereinseigene Kletterwand. Mit dem Jugendhaus „Am Bügel“ wurde Basketball und Jazztanz für Mädchen verwirklicht. Daraus ist eine Basketballabteilung, sowie die Sparten Streetdance und Breakdance mit vielen Kinder- und Jugendgruppen hervorgegangen. Für ältere Bewohner des Behindertenwohnheims der Praunheimer Werkstätten in Bonames wurde eine Turnstunde eingerichtet, die jetzt auch von den Heimbewohnern anderer Stadtteile besucht wird.

Seit vielen Jahren versucht der Verein auch ausländische Mitbürger – besonders Muslime - für sportliche Betätigung in der Gemeinschaft zu begeistern. Mit Hilfe des Start-Projekt des Landessportbundes Hessen ist das Aufeinander zugehen von Verein zu Mitbürgern mit Migrationshintergrund erfolgreich verlaufen. Mittlerweile sind viele Frauen in den Verein eingetreten und nehmen am Sportangebot teil. Hier werden vor allem Gymnastikangebote nur für Frauen gut angenommen. Geplant sind deshalb Öffnungszeiten im Fitness-Studio nur für Frauen und eine Mutter-Kind-Gruppe „Fit mit Baby“.

Mit Nutzung der Räume in der neuen Gymnastikhalle werden Ideen verwirklicht. Es ist eine Hausaufgabenbetreuung für Vereinskinder geplant. Wochenendveranstaltungen wie Familiensportangebote, Mädchentage mit Sport- und Kreativangeboten, Lese-Sport-Nacht für Kinder scheitern nicht mehr am Raummangel und können jetzt verwirklicht werden.



Bild: TSV Bonames

In den Sommerferien bietet der TSV eine Woche Ferienspiele „Fit & Fun“ an. Kinder ab 6 Jahre können täglich zwischen Sportangeboten wie Klettern, Hip Hop, Trampolin, Ballspiele, Zirkus, Air Tramp, Inliner fahren usw. und basteln, kochen und malen wählen. Die 50 Teilnehmer werden von den Übungsleiterinnen und Übungsleitern des Vereins betreut. Für die Helferinnen und Helfer, vor allem bei den Großveranstaltungen „Integratives Sport- und Spielfest“ für Behinderte und Nichtbehinderte und dem „Bonameser Volkslauf“ wird einmal im Jahr ein Helfertag organisiert. So wird denjenigen eine Anerkennung zuteil und etwas zurückgegeben, die sich für den Verein engagieren.

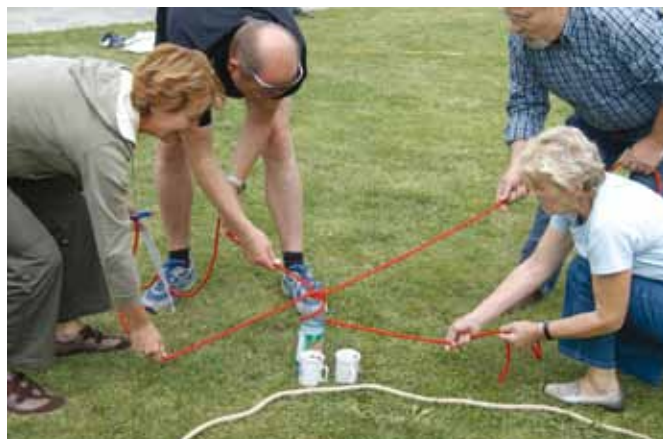


Bild: TSV Bonames

Der Vorstand des TSV Bonames hat seit März 2001 keinen Ersten Vorsitzenden mehr. Nach § 26 des Bürgerlichen Gesetzbuches sind alle sieben Vorstandsmitglieder Vertreter des Vereins. Diese Konstruktion soll zu größerer Motivation im Vorstand führen und auch jüngere Mitglieder für die Übernahme einer Funktion ansprechen.

TV Kesselstadt 1860 e.V.

Inmitten des alten Ortsbereiches Kesselstadt von Hanau liegt der Sitz des TV Kesselstadt, der seinen rund 800 Mitgliedern Sport und Geselligkeit in unterschiedlichen Sparten und Leistungsniveaus bietet. Der Verein hat die Abteilungen Faustball, Handball, Tischtennis, Turnen und Volleyball.

Der Turnverein Kesselstadt zählt mit zu den ältesten Vereinen in Hanau. Zahlreiche ausländische Mitbürger und Personen mit Migrationshintergrund haben sich bereits in die Abteilungen integriert. Demokratie, Toleranz und sportliches Engagement sind nun fast seit 150 Jahren die Grundelemente der Vereinstradition des TV Kesselstadt.

Seit einigen Jahren gibt es im Bereich Gesundheitssport z.B. Nordic-Walking Kurse für Anfänger und teils auch Fortgeschrittene. Neu dabei ist, dass auch Nichtmitglieder die Möglichkeit haben, das Angebot als Kurs wahrzunehmen. Der Verein bemüht sich so um den erleichterten Zugang für Neueinsteiger.

Für den „Wegweiser für Gesundheit und Bewegung 2009 des Main-Kinzig-Kreises“ bietet die Turnabteilung ihre Dauerangebote seit diesem Herbst einer größeren Öffentlichkeit an. In Zusammenarbeit mit Ärzten und Krankenkassen heißt es hier „Rezept auf Bewegung – Bewegung auf Rezept“. Neueste Bemühung im Kinder- und Jugendbereich, wie die Aktion „Sporty-Boys“ wurde im vergangenen Jahr vom Weststadtbüro angeregt und mitgetragen. Dort geht es um die Erleichterung des Zugangs vereinsbezogener Sport-Angebote für Grundschüler mit Migrationshintergrund.



Bild: TSV Kesselstadt

Die aktuellste vom DOSB, DTB, HTV sowie der Stadt Hanau unterstützte Maßnahme „Mehr Migrantinnen in den Sport“ zeigt das Bemühen, die heutige Gesellschaft in ihrer Vielschichtigkeit zu sehen und sie erreichen zu wollen. In diesem Projekt geht es um ein spezielles Angebot für Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund. Diese haben oft noch keinen Zugang zum Vereinssport gefunden, obwohl sie schon längere Zeit in Deutschland leben. Bestimmte gesellschaftliche Strukturen haben ihnen bisher eine Beteiligung erschwert. Das oben genannte Projekt erleichtert den Frauen diesen Zugang, da es ihren Hintergrund berücksichtigt und die

sportliche Beteiligung zunächst unter Ausschluss männlicher Öffentlichkeit ermöglicht. Das Vereinsheim des TV Kesselstadt bietet hierfür die entsprechenden Räumlichkeiten. Die Übungsleiterinnen wurden für das Projekt zudem speziell geschult. Zusatzangebote ohne sportlichen Schwerpunkt runden das Angebot ab.

9 Blick in die Zukunft

Der Bedeutungsgewinn der Konkurrenzfähigkeit von Turn- und Sportvereinen liegt vor allem darin begründet, dass in den letzten Jahren der Sportmarkt, insbesondere der Gesundheitssport, eine sehr starke Ausdifferenzierung sowohl in Bezug auf die Inhalte als auch im Hinblick auf die Anbieter erfahren hat. Hier stehen die Vereine als Non-Profit-Organisationen den kommerziellen Anbietern gegenüber und müssen sich behaupten. Turn- und Sportvereine, die Gesundheitssportprogramme neben dem Bereich des geschützten Wettkampfsportes anbieten, werden somit Bestandteil eines offenen und dynamischen Marktes. Sie müssen sich nun mit den Gesetzen dieses Marktes und somit u. a. mit strategischem Handeln auseinandersetzen, um sich als erfolgreicher Anbieter im Bereich Gesundheitssport zu etablieren und die Zukunft des Vereins zu sichern (Vgl. Rühl & Woll, 1997).

Zur Zukunftssicherung eines jeden Turn- und Sportvereins, vom kleinen traditionellen Turnverein mit Traditionsriege und Spielmannszug bis hin zum Mehrspartenverein mit einem umfassenden Fitness- und Gesundheitssportangebot, als Ausdruck der Vielfalt des Sportlebens, muss eine grobe Linie erarbeitet werden, in der sich der jeweilige Verein entwickeln soll, z. B. zum regionalen „Gesundheitspartner“. Die so genannte „Strategie“ sollte beispielsweise mit Blick auf Aktivitäten anderer Sport- und Freizeitakteure sowie weiteren wichtigen Entwicklungen im Einzugsgebiet des Vereins erstellt werden, um als attraktiver Gesundheitssportanbieter „Verein“ konkurrenzfähig zu bleiben (Vgl. Wadsack, 2006).

Was braucht Gesundheitssport im Verein in der Zukunft?

- Bessere Methoden und Anwendungshilfen, statt neuer Trends und Inhalte
- Qualifizierte Trainer
- Evidenzbasierte Programme
- Bessere Ansprache von Zielgruppen
- Professionalisierung von Inhalten (Trainer) und Organisation/Marketing (Vereine)
- Verstärkte Bemühungen um Kooperationen und Vernetzungen
- Strukturelle Veränderungen von Vereinen

Dabei kommt, gerade in Zeiten knapper werdender Ressourcen, zum Beispiel durch den Rückgang öffentlicher Mittel, dem Aspekt der Entwicklung des Vereins zum „Gesundheitspartner“ in der Region und damit verbunden Vernetzungen und Kooperationen, eine besondere Bedeutung zu. Vernetzungen und Kooperationen mit Partnern eröffnen Vereinen vielfältige Chancen. In der Zusammenarbeit mit ausgewählten Partnern stecken Potentiale, die wir in Zukunft verstärkt nutzen sollten. Denn: Wer gut vernetzt ist und kooperiert, profitiert von den Stärken seiner Partner und gewinnt dadurch wiederum an eigener Stärke. Wertvolle Synergien werden erzeugt und davon profitieren alle Beteiligten.

Aus diesem Grund wird der Deutsche Turner-Bund auch nach Abschluss dieses Projekts die Sammlung guter Praxisbeispiele aus den Vereinen fortsetzen und Materialien und Serviceleistungen entwickeln, um die Entwicklung der Vereine zu unterstützen.

Literatur

- Aderhold, J. (2004). **Unterscheidung von Netzwerk und Organisation, Netzwerkkonstitution und Potentialität.** In: Deutsches Jugendinstitut (Hrsg.). *Konzepte und Strategien der Netzwerkarbeit.* Abgerufen am 18.09.2013 von http://www.entimon.de/content/e2/e503/e764/Reader_Netzwerkarbeit.pdf
- Bals, T., Hauses, A. und Melzer, W. (2008). **Gesundheitsförderung in pädagogischen Settings. Ein Überblick über Präventionsansätze in zielgruppenorientierten Lebenswelten.** Weinheim und München: Juventa.
- Baric, L. und Conrad, G. (1999). **Gesundheitsförderung in Settings. Konzept, Methodik und Rechenschaftspflichtigkeit zur praktischen Anwendung des Settingansatzes der Gesundheitsförderung.** Werbach-Gamburg: Verlag für Gesundheitsförderung.
- Bauch, J. (2002). **Der Setting-Ansatz in der Gesundheitsförderung.** *Prävention*, 3, 67 – 70
- Bös, K., Breuer, C., Brehm, W., Hartmann, H., Pauly, P., Rühl, J., Schulke, H., Tiemann, M. & Troschke, J.v. (2005). **Gesundheitsfördernde Lebenswelten in Turn- und Sportvereinen.** *Prävention – Zeitschrift für Gesundheitsförderung*, 28 (3), 84 – 89.
- Bornhoff, J. et al. (2003). **Kooperation und Vernetzung in der kommunalen Gesundheitsförderung. Studententext: Weiterbildung Gemeindebezogene Gesundheitsförderung. Hochschule Magdeburg-Stendal (FH). unveröffentlicht.** In: Janitz, A. (Hrsg.). *Bedarfsanalyse zur Gesundheitsbildung und Gesundheitsförderung im südlichen Landkreis Dahme-Spreewald als Ausgangspunkt der Arbeit im „Regionalen Netzwerk Gesundheitsförderung“ - Initiierung eines Vernetzungsprozesses.* Abgerufen am 18.09.2013 von <http://www.rehazentrum.com/studien/diplomarbeit1.pdf>
- Bundesministerium für Wirtschaft und Technologie (BMWi) (2008). **Begleitbroschüre zum eTraining „Gemeinsam stärker: Kooperationen“.** Abgerufen am 18.09.2013 von http://othes.univie.ac.at/474/1/01-29-2008_0208291.pdf
- Trojan, A. & Süß, W. (Unbekannt). **Soziale Netzwerke und Netzwerkförderung.** In: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (2010) (Hrsg.). *Leitbegriffe der Gesundheitsförderung.* Abgerufen am 18.09.2013 von <http://www.leitbegriffe.bzga.de/?uid=e7241e11a6df9253b1e33b12a941f2a1&id=angebote&idx=112>
- Christa, H. (2011). **Netzwerkentwicklung als Innovationsstrategie.** In: Ministerium für Arbeit, Soziales und Gesundheit des Landes Schleswig-Holstein (Hrsg.). *Jahrbuch 2011. Netzwerkentwicklung in der Seniorenpolitik.*
- Deutscher Olympischer Sportbund (2007). *Bestandserhebung 2007.* Frankfurt/Main. Abgerufen am 10.06.2008 von http://www.dosb.de/fileadmin/fm-dosb/downloads/2007_DOSB_Bestandserhebung.pdf
- Deutscher Olympischer Sportbund (DOSB) (2010). **Netzwerkarbeit im Sport aufgezeigt am Sport der Älteren.** Mainz: Kunze & Partner.
- DOSB (o.J.). **Qualitätssiegel Sport pro Gesundheit. Checkliste zur Begutachtung von Gesundheitssportprogrammen.** Frankfurt: DOSB.
- DOSB (2006). **Qualitätsmanagement-Handbuch. Sport pro Gesundheit.** Frankfurt: DOSB.
- Deutscher Turner-Bund (2012). **Netzwerke im Sport – Was sie dem Verein bringen und wie man sie aufbaut!** Abgerufen am 18.09.2013 von http://www.dtb-online.de/portal/fileadmin/user_upload/dtb.redaktion/Internet-PDFs/GYMWELT/GYMWELT_im_Verein/Netzwerkbildung.pdf
- DTB (2008). **Pluspunkt Gesundheit.DTB – Qualität im Gesundheitssport.** Frankfurt: DTB
- DTB (2013). **DTB-Strategie GYMWELT – Bereich Fitness- & Gesundheitssport.** Frankfurt: DTB (internes Arbeitspapier).
- Janitz, A. (2005). **Bedarfsanalyse zur Gesundheitsbildung und Gesundheitsförderung im südlichen Landkreis Dahme-Spreewald als Ausgangspunkt der Arbeit im „Regionalen Netzwerk Gesundheitsförderung“ - Initiierung eines Vernetzungsprozesses.** Abgerufen am 18.09.2013 von <http://www.rehazentrum.com/studien/diplomarbeit1.pdf>
- Kircher, S. (2008). **Interorganisationale Zusammenarbeit als Erfolgsfaktor im Innovationsprozess – Eine empirische Analyse der österreichischen Kunststoffindustrie.** Abgerufen am 18.09.2013 von http://othes.univie.ac.at/474/1/01-29-2008_0208291.pdf
- Payer, H. (2008). **Netzwerk, Kooperation, Organisation-Gemeinsamkeiten und Unterschiede.** Abgerufen am 11.07.2011 von <http://magazin.unternehmerweb.at/index.php/2009/05/20/wie-viel-organisation-braucht-das-netzwerk-interview-mit-dr-harald-payer/>
- Robert Koch Institut (2005). **Beiträge zur Gesundheitsberichterstattung des Bundes: Armut, soziale Ungleichheit und Gesundheit.** Berlin: Saladruck.
- Rühl, J. & Woll, A. (1997). **Zur Marketingpraxis für Gesundheitssportangebote.**
- Schulenburg, K. (2002). **Vernetzen ohne sich zu verheddern – Netzwerkprofile und Qualitätsstandards. Ein praktischer Leitfaden zum Aufbau von Netzwerken.** Abgerufen am 18.09.2013 von <http://www.eundc.de/pdf/06601.pdf>



Statistisches Bundesamt (2010). „**Krankheitskosten**“. Abgerufen am 05.05.2010 von <http://www.destatis.de/jetspeed/portal/cms/Sites/destatis/Internet/DE/Content/Statistiken/Gesundheit/Krankheitskosten/Aktuell.psml>

Strauss, Florian (2002). **Netzwerkanalysen - Gemeindepsychologische Perspektiven für Forschung und Praxis**. In: Knorr, K. & Schmidt, S. (Hrsg.). Qualitätsentwicklung und Vernetzung in der Gesundheitsförderung. Abgerufen am 18.09.2013 von http://www.gesundheitsamt.bremen.de/six-cms/media.php/13/2_nb_gtp_evaluation_lang.pdf

Wadsack, R. (2006). **Strategischer Verein – eine Utopie?** In: Deutscher Turner-Bund (Hrsg.), Deutsches Turnen, Ausgabe 1-2 (2006), S. 14-15.

Walk, H., Brunnengräber, A. (1994). **Motivationen, Schwierigkeiten und Chancen der Nichtregierungsorganisationen bei der Bildung von Netzwerken**. In: Prokla 97. Netzwerke zwischen Markt und Staat. S. 623–642.

Württembergischer Landessportbund e.V. (WLSV) (2010). **Kooperationen. Sportvereine STARK im Wandel. Kooperationsfähigkeit von Sportvereinen**. Abgerufen am 18.09.2013 <http://www.wlsb.de/cms/docs/doc9193.pdf>



Copyright ©



Deutscher Turner-Bund
Otto-Fleck-Schneise 8
60528 Frankfurt/Main

Tel.: +49 (0)69/678 01 - 0
Fax: +49 (0)69/678 01 - 179
E-Mail: hotline@dtb-online.de

November 2013