

# Kommission Freizeit- und Gesundheitssport – Handlungsschwerpunkte

## **F&G - Handlungsschwerpunkt „Start-up F&G“**

Jeder Verein ist einzigartig. So unterschiedlich wie wir Menschen sind, so hat auch jeder Verein seine individuelle Historie, seine aktiven und passiven Mitglieder, seine ehrenamtlichen Mitarbeiter- und Organisationsstrukturen, seinen Platz und Stellenwert im örtlichen Gesellschaftsgefüge und seine Werte und Ziele.

Durch permanente Veränderungen in unserer politischen und sozialen Gesellschaft werden immer wieder neue Herausforderungen gestellt, die unsere Vereine in ihrer Individualität nach unterschiedlichsten Lösungsansätzen suchen lassen, um mit diesen Anpassungen erfolgreich Teil einer zukünftigen Vereinskultur zu sein.

Für Vereine, die Freizeit- und Gesundheitssport in diesem Prozess als neues Betätigungsfeld ihrer zukünftigen Vereinsentwicklung sehen, sind wir, die Kommission Freizeit- und Gesundheitssport des FLVW, der richtige Ansprechpartner.

## **F&G - Handlungsschwerpunkt „Kooperationen“**

### Zukunftsorientierte Vereine erfüllen ein wichtiges gesellschaftspolitisches Ziel

Zunehmend verstehen sich Vereine als gesellschaftspolitische Akteure auch im Gesundheits-, Bildungs- und Sozialsektor. Dafür nutzen sie unter anderem die Handlungsfelder „Freizeit- und Gesundheitssport“.

### Vereine werden Kooperationspartner und erfüllen eine sportpolitische Zielsetzung

Um mit ihren Möglichkeiten in den Handlungsfeldern „Freizeit- und Gesundheitssport“ erfolgreich handeln zu können, bringen sich Vereine kompetent und aktiv als Kooperationspartner in der Zusammenarbeit mit verschiedenen Akteuren ein. Dies umfasst sowohl eine stärkere Vernetzung sportinterner Strukturen als auch eine intensive Zusammenarbeit mit relevanten externen Strukturen verschiedener Sektoren.

Vereinen gelingt „Kooperationspartner zu sein“ durch gezielte Schritte

- Effektive Netzwerk-Nutzung interner Strukturen des gemeinwohlorientierten Sports (LSB NRW, FV, Bünde; aber auch Vereinsallianzen)
- Effektive Netzwerk-Nutzung externer Strukturen (Gesundheits-, Sozialer, Bildungssektor, z.B. Kindertagesstätten, Schulen, Betriebe, Seniorenstätten, Quartiere, Stadtteile, Kommunen/ Kommunale Einrichtungen, Wohlfahrtsverbände, Krankenkassen, Hochschulen)
- Stärkung des Bewusstseins in den Vereinen für den Schwerpunkt
- Intensivierung der Gewinnung kompetenter ehrenamtlicher Vereins-Funktionsträger bzw. hauptberuflicher Vereinsmitarbeiter
- Intensivierung der Entwicklung von Vereinen zu kompetenten Partnern in den Lebenswelten der Menschen im Umfeld der Vereine

### Vereine erzielen durch Kooperationen einen Mehrwert

- Wahrnehmen der Sportvereine als kompetente Netzwerk-Partner
- Vereinsinterne Blickerweiterung, Eigenkompetenzerhöhung
- Effiziente und effektive Nutzung fachlicher, materieller, personeller, räumlicher und anderer Ressourcen (Ressourcenschonung, Synergieeffekte)
- Generieren von Fördermitteln und anderen Unterstützungsleistungen
- Nachhaltigkeit und Qualitätssteigerung des Lebensorts Verein
- Mitgliedergewinnung und Zugang zu neuen Zielgruppen
- Gesellschaftliche Mitgestaltung
- Lobbybildung für „Sport und Gesundheit“

### Vereine nutzen Unterstützungsinstrumente der FLVW-KFS, der Kreise

- Informationen/ Bereitstellung von Informationsmedien/ Internet-Forum/
- Beratung
- Qualifizierung
- Fördermaßnahmen
- Netzwerktreffen
- Koordinationshilfen für interne und externe Bezüge
- Auswertungsergebnisse aktueller Studien
- Ergebnisse FLVW-Zukunftspreis
- Bereitstellung bzw. Entwicklung von Unterstützungsleistungen
- Gewinnung von internen und externen Partnern
- Entwicklung von Instrumenten und Projekten
- Kontaktadressen

### Vereinsanforderungen zur Nutzung der Unterstützungsinstrumente

- Sensibilisierungsbereitschaft für den Hauptschwerpunkt (HSP)
- Sicherung des Vereins-Strukturrahmens mit klarer Zielausrichtung und Benennung von Verantwortlichkeiten
- Rekrutieren und Motivieren zur Vereinsmitarbeit für die Umsetzung des HSP
- Kompetenzfundament/Kooperationskompetenzen haben und weiterentwickeln
- Kenntnis von Kooperationsmöglichkeiten und Netzwerkstrukturen
- Nutzen von Unterstützungsinstrumenten
- Nutzen von Kooperationsvereinbarungen
- Offenheit für Kooperationen mit anderen Vereinen oder anderen Akteuren (Kooperationsverbände)
- Bereitschaft zur Mitarbeit in und Beteiligungen an Netzwerken (Kommunale Gesundheitskonferenz)
- Beteiligungen an FLVW-Maßnahmen und Angeboten / Mitarbeit bei Projekten
- Qualifizierungsteilnahme
- Kommunikationsoffenheit
- Interne Qualitätsanalyse und externe Prüfung einer Netzwerkbeteiligung
- Kenntnis von Kontaktadressen

### Vereine nutzen praktische Beispiele für den Schwerpunkt „Kooperationen“

- Vom FLVW – Angebot „Spiel-Bewegungslandschaft“ (Zukunftspreis)

- Vom WDFV – Angebot „Kooperationsprojekte mit Schulen und Kitas“ (Flyer)
- Vom LSB NRW – Angebot „Gemeinsam aktiv – Familie und Sport“ (Handreichung)
- Vom SSB/KSB - Angebot „Nahmobilität“ (Angebotsverzeichnis)
- Im Vereinsverbund - Angebot „Sportabzeichen“
- Mit Kindertagesstätten - Angebot „Kinder-Fußballabzeichen“
- Mit Schulen – Angebot „Bewegungsspiele für den Ganzttag“
- Mit Betrieben – Angebot „Prävention“
- Mit Seniorenstätten – Angebot „Sturzprophylaxe“
- In Stadtquartiere/ Stadtteile – Angebot „Bewegend durch den Wohnraum“
- Mit Gesundheitsamt – Angebot „Ernährung und Bewegung im Verbund“
- Mit Wohlfahrtsverbände – Angebot „Generationsübergreifendes Spielen“
- Mit Krankenkassen – Angebot „Bewegungstreffs“
- Mit Hochschulen – Angebot „Der Alltags-Fitness-Test“

## **F&G - Handlungsschwerpunkt „Qualifizierung“**

### Weshalb ist Qualifizierung wichtig?

Qualifizierung im Sport ist eine wesentliche Grundlage für eine qualitativ hochwertige und nachhaltige Arbeit in den Sportvereinen. Und da – nicht zuletzt aufgrund des demografischen Wandels – der Erhalt der Gesundheit einen immer größeren Stellenwert in der Gesellschaft einnehmen wird, sind insbesondere die Angebote im Bereich Freizeit- und Gesundheitssport von hoher Relevanz, um sowohl ein langes bewegtes Leben als auch ein möglichst beschwerdefreies Arbeiten zu ermöglichen. Die Selbstkompetenz eines jeden Teilnehmers soll gestärkt werden. Darüber hinaus bietet der Sport eine gute Möglichkeit, Integration vorzuleben. Qualifizierte TrainerInnen und ÜbungsleiterInnen können Teilnehmer ein Stück ihres Weges begleiten, Motivationen wecken und Hilfestellungen geben. Dazu ist eine qualifizierte Aus- und Fortbildung notwendig.

## **F&G - Handlungsschwerpunkt „Angebote/Projekte“**

### **Bewegt ÄLTER werden in NRW**

#### **Programm des Landessportbundes NRW e.V.**

### **Übersicht**

Unsere Bevölkerung wird älter. Jeder Vierte in Deutschland ist bereits über 60 Jahre alt, in NRW sind es über 3,5 Millionen Menschen. Mit dem Programm "Bewegt ÄLTER werden in NRW!" rückt deshalb der Landessportbund NRW die ältere Generation in den Mittelpunkt. Gemeinsam mit den Sportverbänden, den Stadt- und Kreissportbünden und den Sportvereinen entwickelt der LSB NRW spezielle Sport- und Bewegungsangebote, die zu einem aktiven und gesunden Leben bis ins hohe Alter beitragen können.

## **Ziele**

Die Förderung des Sports für Ältere in FLVW-Vereinen muss unter ganzheitlichen Gesichtspunkten (Physis, Psyche) gesehen werden. Sie umfasst in FLVW-Vereinen natürlich in erster Linie das sportliche Angebot für diese Altersgruppe. Lebensqualität heißt das übergreifende Ziel einer umfassenden Seniorenarbeit in den FLVW-Vereinen. Im Rahmen des BÄW-Programmes führt der FLVW jährlich zwei programm-/themenübergreifende Aktionstage durch, um sowohl psychosoziale als auch strukturelle Ziele zu verfolgen.

## **Bewegt GESUND bleiben in NRW Programm des Landessportbundes NRW e.V.**

### **Übersicht**

Mit dem Programm "Bewegt GESUND bleiben in NRW!" treibt der Landessportbund NRW deshalb den flächendeckenden Ausbau qualifizierter Angebote von Bewegung, Spiel und Sport in NRW und die kommunalen Strukturen voran, die sich speziell an den Zielen von Gesundheit und Gesundheitsförderung ausrichten. Die Angebote helfen dabei, Krankheiten vorzubeugen und Genesung und Rehabilitation zu unterstützen.

### **Ziele**

Mit dem Programm „Bewegt gesund bleiben in NRW“ legt der Landessportbund NRW einen Handlungsrahmen zur systematischen Weiterentwicklung des gesundheitsorientierten Sports in Nordrhein-Westfalen und damit zur Förderung der Gesundheit der Bürgerinnen und Bürger durch mehr Bewegung vor. Die FLVW-Sportvereine bieten bedarfsgerecht und bedürfnisorientiert qualitätsgesicherte Sportangebote in der Prävention/Gesundheitsförderung und in der Rehabilitation unter qualifizierter Leitung an. Die Veränderung der Bewegungsgewohnheiten bei körperlich weitestgehend inaktiven Menschen ist dabei ein erklärtes Ziel.