

PRAXISTIPP

Bewegt älter werden im Quartier

Gemeinsam ist man stark! Dies gilt auch für Quartiersinitiativen von Sportvereinen, Stadt- und Kreissportbünden. Der Landessportbund Nordrhein-Westfalen e. V. unterstützt seit 2015 Projekte und Maßnahmen zur altengerechten Quartiersentwicklung. Er empfiehlt Stadt- und Kreissportbünden sowie Sportvereinen, sich bei Quartiersprojekten mit Partnern vor Ort zusammenzutun.

Die Erfolgsaussichten von Quartiersprojekten sind groß, wenn sich starke Partner im Quartier miteinander vernetzen und gegenseitig unterstützen. Für Stadt- und Kreissportbünde und Sportvereine bedeutet dies, die Zusammenarbeit mit den vor Ort tätigen Quartiersentwicklern, kommunalen Seniorenvertretungen sowie Altenheimen und Pflegediensten zu suchen. Deren Kontakte, Expertise und Räumlichkeiten erleichtern die Implementierung von altengerechten Sport-, Spiel- und Bewegungsangeboten im Quartier.

Kooperationspartner: Quartiersentwickler

Seit 2015 fördert das Land NRW die altengerechte Entwicklung von Quartieren. In 44 Kreisen bzw. kreisfreien Städten sind mittlerweile 78 hauptamtliche Quartiersentwickler aktiv. Sie

koordinieren die Quartiersentwicklungen und unterstützen die lokalen Akteure bei deren Quartiersinitiativen. Damit sind die Quartiersentwickler auch Ansprechpartner für Sportvereine sowie Stadt- und Kreissportbünde.

Praxisbeispiele

Bewegte Geschichte und mehr

Der RegioSportBund Aachen hat in Kooperation mit den Quartiersentwicklern Eschweiler-Stadtmitte und dem SV Germania Dürwiß den Kurs „Sport und Bewegung im Alter“ ins Leben gerufen sowie mit „Walken & Talken“ und „Gesund & Mobil“ weitere geplant. Beim Quartiersspaziergang „Bewegte Geschichte“ wird mit dem Geschichtsverein Eschweiler kooperiert.

Ideen sammeln im Workshop

Interessierte Bürger konnten in Heinsberg ihre Ideen für neue Bewegungsangebote für Ältere (60+) und Hochaltrige (80+) im Quartier einbringen. Im Dialog mit drei lokalen Sportvereinen, den Quartierbewohnern, der Quartiersentwicklung und der Stadtverwaltung hat der Kreissportbund Heinsberg die Wünsche der Bürger zur Förderung von körperlichen und sozialen Aktivitäten ermittelt. Als Ergebnis wurden vier neue, wöchentlich stattfindende Bewegungsangebote im Quartier eingeführt: „Gymnastik“, „Gymnastik mit Entspannungselementen“, „Erlebnisspaziergänge durchs Quartier für Jung und Alt“ sowie „Walking mit gymnastischen Elementen im Freien“. Mit Hilfe der finanziellen Unterstützung des Landessportbundes NRW waren diese Angebote während der Pilotphase kostenfrei. Nach Ende der Kursangebote sind fast alle Kursteilnehmer reguläre Vereinsmitglieder geworden.



© Quartiersentwicklung Eschweiler-Stadtmitte | Foto: Cem Goekce

RegioSportBund Aachen bewegt
Quartier Eschweiler-Stadtmitte

Kooperationspartner:

Kommunale Seniorenvertretungen

Regelmäßige körperliche Aktivität ist gut für die Gesundheit bis ins hohe Alter, am besten im vertrauten, wohnortnahen Umfeld, dem Quartier. Der Landessportbund NRW und die Landesseniorenvertretung NRW setzen sich deshalb dafür ein, dass kommunale Seniorenvertretungen mit dem organisierten Sport Senioren im Quartier in Bewegung setzen. Je nach Quartier – öffentlichen Freiflächen, Raumangeboten etc. – bieten sich hier vielfältige Möglichkeiten.

Praxisbeispiele

Treffpunkt Boule-Platz

Auf Initiative des Kreissportbundes Ennepe-Ruhr hat die Seniorenvertretung Witten gemeinsam mit der DJK Blau-Weiß Annen und weiteren Partnern den Bau einer frei nutzbaren Boule-Bahn realisiert, die sich mittlerweile zum Treffpunkt für Jung und Alt entwickelt hat.

Seniorensporthag

Im August 2017 haben die Seniorenvertretung und der Stadtsportverband Radevormwald mit dem Kreissportbund Oberberg ein buntes Bewegungs- und Sportangebot für Bürger mit dem Schwerpunkt 55+ auf die Beine gestellt. Mit dabei war Franz Müntefering, Botschafter des Landessportbundes NRW für das Programm „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“.

Franz Müntefering beim 1. Seniorensporttag in Radevormwald

Kooperationspartner:

Alten- und Pflegeeinrichtungen

Mit dem Modellprojekt „Bewegende Alteneinrichtungen und Pflegedienste“ hat der Landessportbund NRW eine Offensive in Richtung „bewegungsfördernder Maßnahmen“ im Setting der Altenpflege gestartet. Bis März 2019 werden Sportvereine gefördert, die neue Bewegungsangebote für ältere und pflegebedürftige Menschen in Alteneinrichtungen oder Pflegediensten implementieren und zum festen Bestandteil in pflegerischen Versorgungsstrukturen machen. Darüber hinaus bietet das Projekt Tagesschulungen an, in denen Übungsleiter aus dem Sport sowie Fach- und Betreuungskräfte aus der Pflege zusammenkommen und von den jeweiligen Erfahrungen und dem Fachwissen der anderen Seite profitieren können (siehe dazu ausführlich der Artikel auf Seite 46).

Eine Muster-Kooperationsvereinbarung vom Landessportbund NRW für eine nachhaltige Zusammenarbeit von Sportvereinen, Alteneinrichtungen und Pflegediensten gibt es auf der Internetseite des Landessportbundes (siehe Linktipps). ■



Praxisbeispiel

Die SG Benrath-Hassels ist einer der geförderten Sportvereine im Projekt. Bereits 2015 hat der Düsseldorfer Mehrspartenverein ein wöchentlich einstuündiges Bewegungsangebot für die Bewohner eines Altenheims eingeführt. Das Bewegungsangebot dient der Erhaltung der Mobilität sowie der kognitiven, physischen und sozialen Fähigkeiten der Teilnehmer. Der Kurs wurde mittlerweile für Senioren aus den umliegenden Stadtteilen geöffnet und hat sich als Regelanangebot des Vereins etabliert. In einer Kooperationsvereinbarung mit dem Träger des Altenheims hat der Verein die Eckpunkte für eine langfristige Zusammenarbeit fixiert.

Linktipps

Auf der Homepage des Landesbüros alterengerechte Quartiere.NRW finden sich zahlreiche Module, mit denen ältere Menschen im Quartier bewegt werden können. Dort werden außerdem Quartiersprojekte vorgestellt, die von Sportvereinen sowie Stadt- und Kreissportbünden in Zusammenarbeit mit Quartiersentwicklungen, Seniorenvertretungen und Alten- und Pflegeeinrichtungen erfolgreich umgesetzt wurden.

www.aq-nrw.de

Informationen zu den Projektförderungen für Sportvereine im Bereich „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ (z. B. von Quartiersprojekten sowie dem Projekt „Bewegende Alteneinrichtungen und Pflegedienste“) gibt es nicht nur bei den 54 Stadt- und Kreissportbünden, sondern auch auf vibss.de, der Internetseite des Landessportbundes NRW für seine Sportvereine.

Autor

Dirk Schröter ist seit 22 Jahren im Sportmanagement tätig. Der selbstständige Sportmarketingberater und studierte Diplom-Sportökonom (Universität Bayreuth) ist autorisierter Berater des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen. Seit November 2015 betreut er das Projekt „Bewegt ÄLTER werden im Quartier!“ zusammen mit Patrick Krone vom Kreissportbund Märkischer Kreis.