

BEWEGUNGSTREFFS IM FREIEN

IM LANDKREIS HEILBRONN



LANDKREIS HEILBRONN

KOOPERATIONSPROJEKT 2015

- Zentrum für Bewegungsförderung am Landesgesundheitsamt Baden-Württemberg
- Württembergischer Landessportbund WLSB
- Sportkreis Heilbronn
- Landratsamt Heilbronn, Gesundheitsamt

BEWEGUNGSTREFFS IM FREIEN

EIN NIEDERSCHWELLES ANGEBOT FÜR SENIORINNEN UND SENIOREN

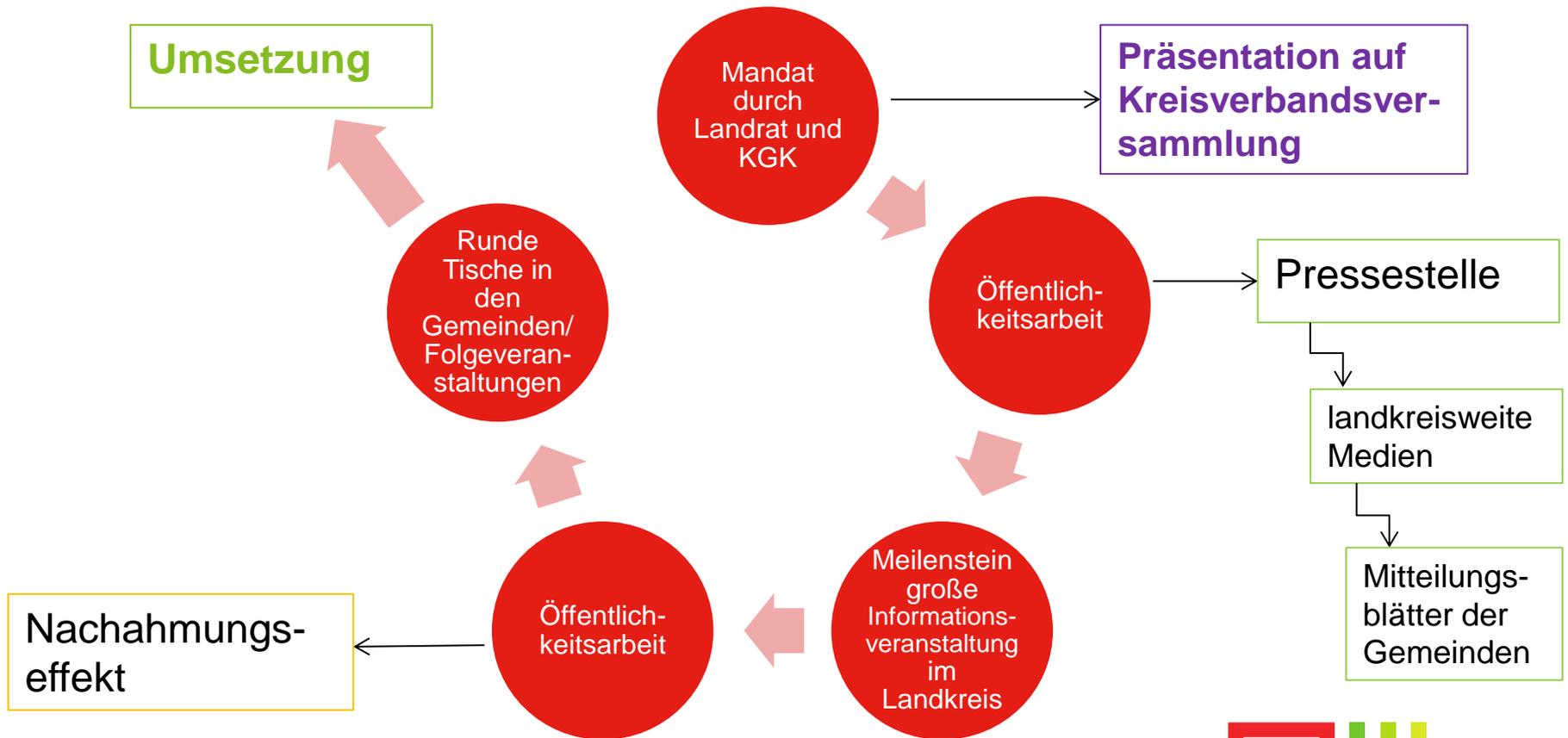
- wöchentlich
- kostenlos
- ohne Anmeldung
- ca. 30 Minuten
- bei jedem Wetter
- keine Sportkleidung erforderlich
- Geselligkeit gehört zum Programm

WIE BRINGT MAN SO EIN PROJEKT AN DIE GEMEINDEN?

ERFOLGSFAKTOREN UND STOLPERSTEINE

- es braucht viele unterschiedliche Zugangswege
- formelle Anschreiben und Einladungen sind nur Mosaiksteine
- es braucht „Mittelsleute“
- es braucht ein Netzwerk- auch im eigenen Haus!
- Jemanden zu vergessen, kann einen unglücklichen Verlauf auslösen!

ABLAUF



Vernetzung



RAHMENBEDINGUNGEN

- **Trägerschaft:**
 - Platz
 - Öffentlichkeitsarbeit
 - Klärung der Haftung (Versicherungsschutz für Ehrenamtliche)
 - evtl. Aufwandsentschädigungen / Übernahme der Schulungskosten

- **Kooperationen**

- **Verantwortliche**

BEWEGUNGSBEGLEITER

Vorzugsweise **Tandem** aus:

- einer/m Übungsleiter/in des örtlichen Sportvereins
- einer/m **ehrenamtlichen** Bewegungsbegleiter/in (ohne Übungsleiterlizenz)
- Schulungen (z.B. über Sportschule Ruit, Sporttherapeutin)

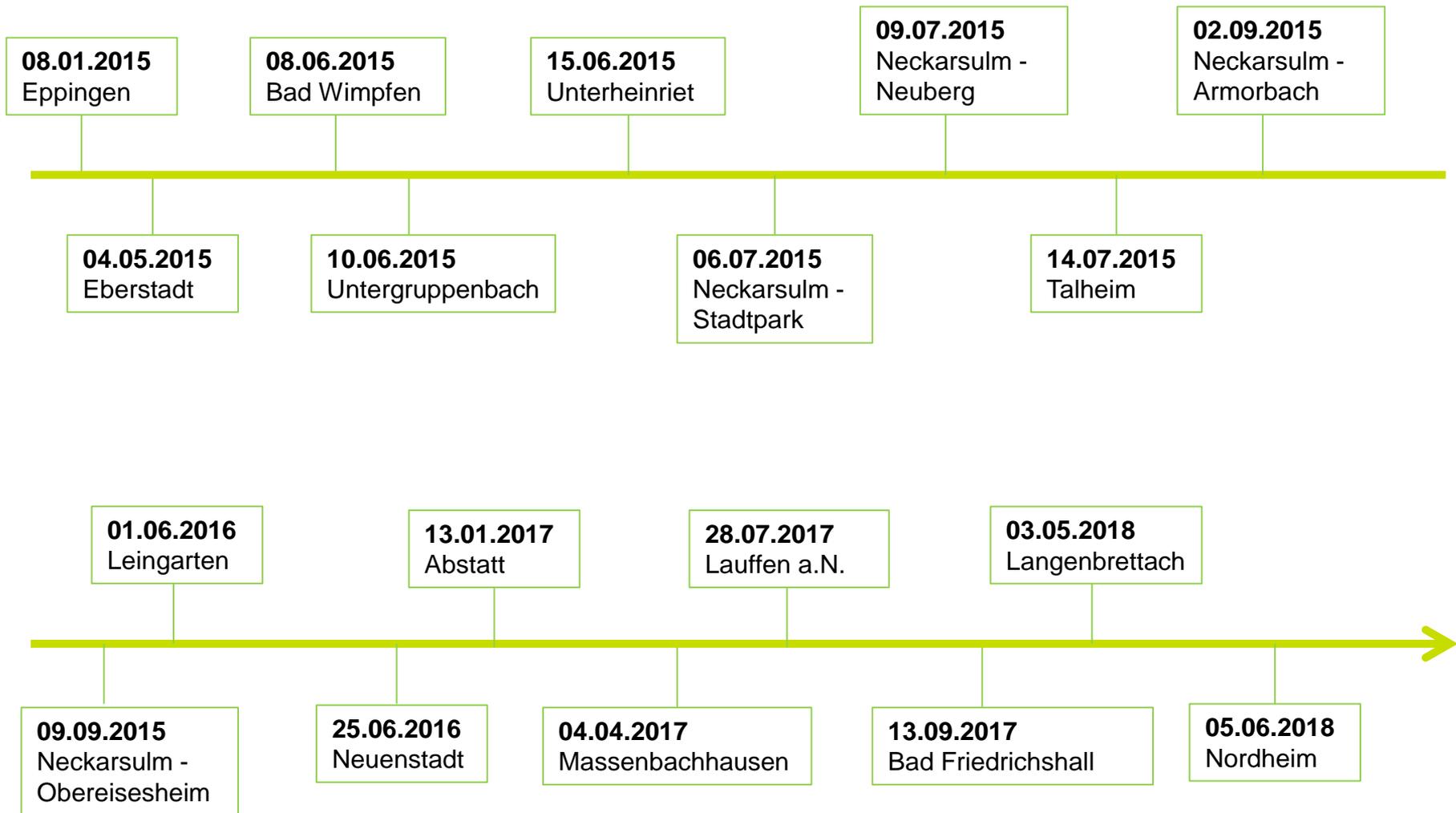
→ organisieren sich selbst

Erste-Hilfe-Kurs

→ wird im Landkreis vom Gesundheitsamt organisiert

TRANSPARENZ

- Einbindung der **örtlichen Vereine** und **Akteure**
- **„Runde Tische“**
 - Finden von Bewegungsbegleitern
- **Multiplikatoren**
 - Gewinnen von Teilnehmerinnen und Teilnehmern



AUSTAUSCH

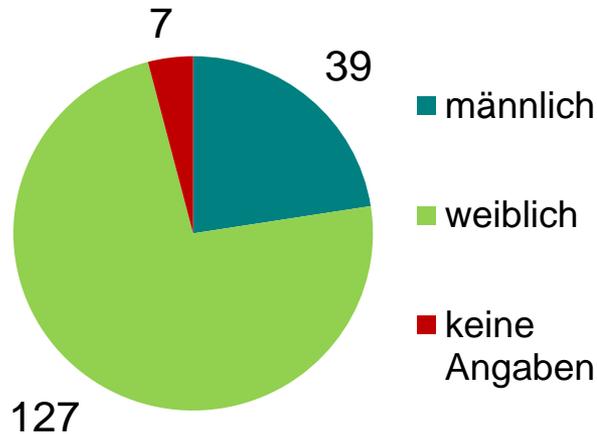
- regelmäßige Austauschtreffen auf Landkreisebene, organisiert durch das Gesundheitsamt:
 - Kontakt halten
 - Voneinander lernen/profitieren
 - Erfahrungen austauschen
 - Unterstützung/Bedarfe
 - Geselligkeit und Spaß
 - Wertschätzung

AUSWERTUNG DER ERSTEN UMFRAGE ENDE 2015

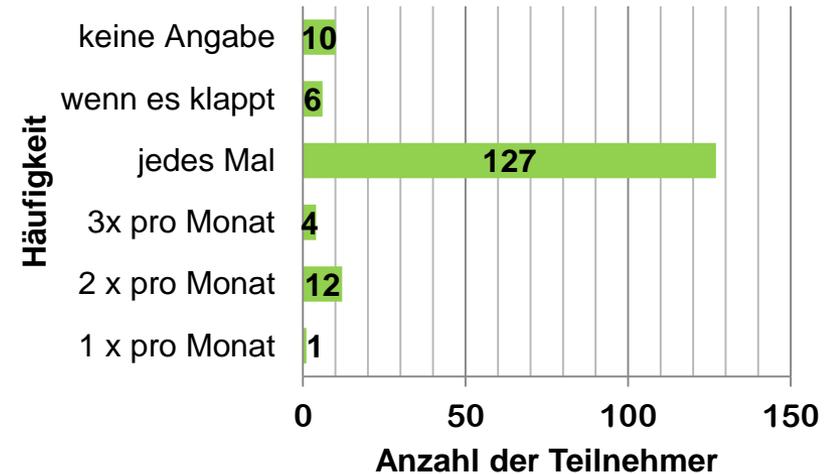
10 Treffs, 173 Teilnehmerbögen

Alter
73
74
72
77 (60-85)
73
67
76 (53-91)
75
75 (65-80)
74

Geschlecht der Teilnehmer



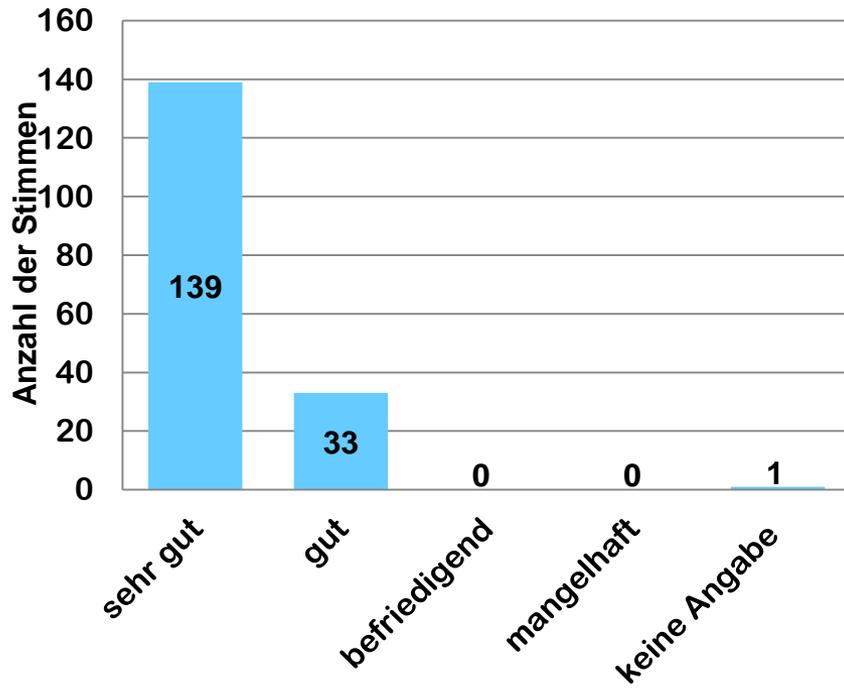
Häufigkeit der Teilnahme



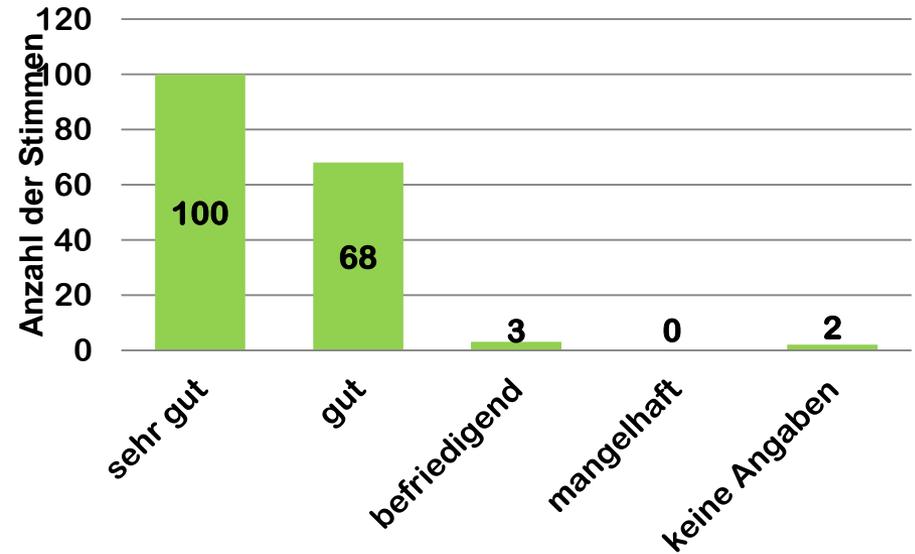
RÜCKMELDUNGEN DER TEILNEHMER/INNEN

173 Bögen

Bewertung des Angebotes

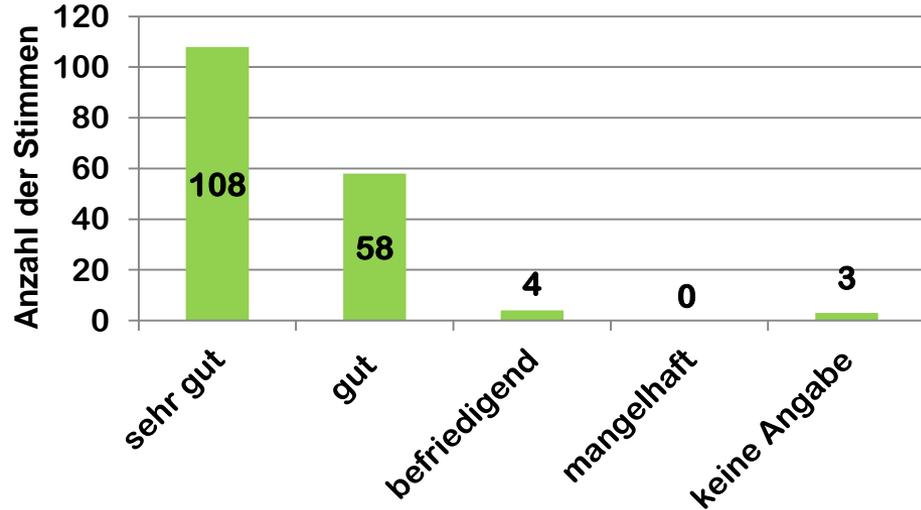


Harmonie in der Gruppe

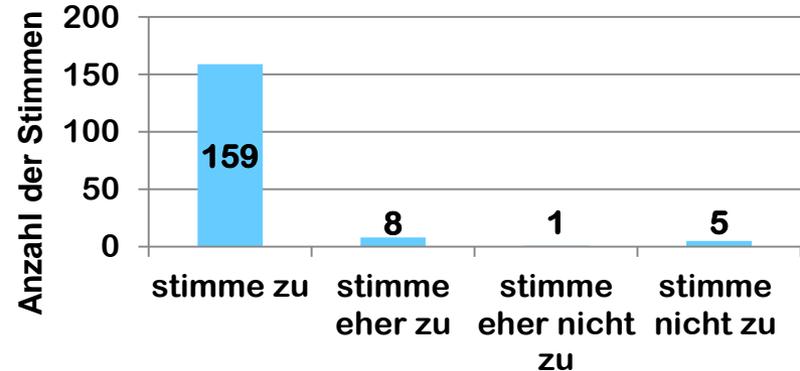


RÜCKMELDUNGEN DER TEILNEHMER/INNEN

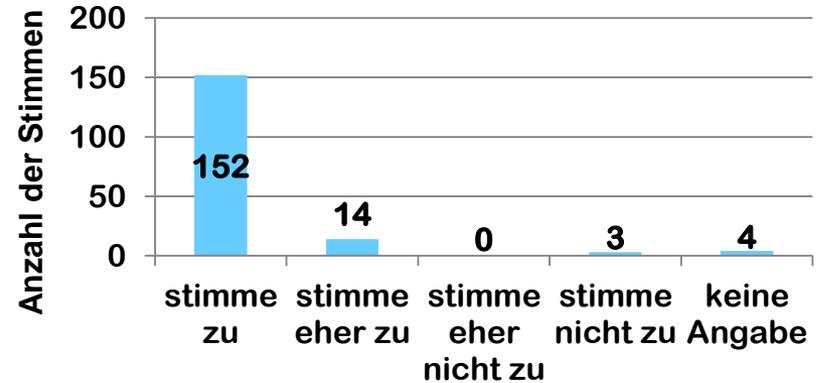
Zufriedenheit mit dem aktuellen Veranstaltungsort



Gute Erreichbarkeit des Veranstaltungsortes



Gute Eignung der Übungen



PROJEKT ALS TRITTBRETT FÜR DEN ZUGANG ZU DEN GEMEINDEN

- KGK setzt Schwerpunkt auf „gesund älter werden“
- Gesundheitsförderung als kommunale Aufgabe „anzupreisen“ ist schwierig
- Ein relativ einfach einzuführendes „Projekt“ eignet sich als Zugang für Gesundheitsförderung auf Gemeindeebene
 - ressourcenschonend, zeitnah umsetzbar, vielfach erprobt
 - „Vorzeigeprojekt“, wird gerne von der Zielgruppe angenommen
 - hat Außenwirkung

HERZLICHEN DANK!

Claudia Kärcher-Schädel

Gesundheitsförderung und Prävention

Landratsamt Heilbronn, Gesundheitsamt

Lerchenstraße 40

74072 Heilbronn

07131 994-615

Claudia.Kaercher-Schaedel@landratsamt-heilbronn.de