



Bewegt älter werden in NRW!

Programm des Landessportbundes NRW im Verbundsystem
mit den Fachverbänden und Bündeln in Nordrhein-Westfalen

SPORT BEWEGT NRW!



Impressum

Herausgeber

Landessportbund Nordrhein-Westfalen e.V.
Friedrich-Alfred-Straße 25
47055 Duisburg
www.lsb-nrw.de

Verantwortlich

Präsidialausschuss „Breitensport/Sporträume“

Redaktion

Michaela Adams
Anke Borhof
Claudia Geidel
Michael Heise
Dirk Hoffmeier

Inhalt

Siggi Blum, Anke Borhof, Anna Braun,
Dirk Engelhard, Claudia Geidel, Dirk Hoffmeier,
Holger Vetter, Claus Weingärtner

Mitarbeit

Dr. Klaus Balster, Ute Blessing-Kapelke,
Anne-Juliane Hannß, Dorota Sahle, Ulrike Tischer

Gestaltung/Druck

schmitzdruck&medien

Ausgabe

Januar 2012

Inhalt

1 Grundorientierung	4 - 6
2 Ausgangslage	7 - 14
2.1 Kennzeichen des demografischen Wandels	8
2.2 Bevölkerungsentwicklung und Lebenserwartung in Nordrhein-Westfalen	8 - 10
2.3 Lebensphase Alter und Alterungsprozess	10 - 14
3 Herausforderungen und Konsequenzen für den organisierten Sport in NRW	15 - 21
3.1 Die Bedeutung der Bewegung und die Sportaktivität der Älteren	15 - 17
3.2 Ältere im Sport in NRW – rund eine Million Vereinsmitglieder sind über 50 Jahre	17 - 18
3.3 Ältere sind Zielgruppe mit Zukunftsperspektive	19 - 20
3.4 Sportaktivität und Engagement der Älteren schafft gesellschaftlichen Mehrwert	21
4 Leitziele und Schwerpunkte des Programms	22
5 Begründung, Ziele und Maßnahmen der Schwerpunkte	23 - 70
5.1 Schwerpunkt I: Zielgruppe „Ältere“ – Förderung von Bewegung und Sport	23 - 35
5.2 Schwerpunkt II: Mitarbeiter gewinnen, Bildung und Qualifizierung	35 - 44
5.3 Schwerpunkt III: Generationenbeziehungen, Integration und Engagement	44 - 64
5.4 Schwerpunkt IV: Kommunales Netzwerkmanagement, Kooperationen und Partnerschaften	64 - 70

1. Grundorientierung

Der demografische und gesellschaftliche Wandel ist längst im organisierten Sport angekommen und fordert die Sportorganisationen in Nordrhein-Westfalen zum Handeln auf.

Die ältere Generation ist für den organisierten Sport eine Zielgruppe mit Zukunftsperspektive. Sportvereine, Bünde und Verbände stellen sich zunehmend auf die gesellschaftlichen Veränderungen und die Bedürfnisse der Älteren ein. Bewegung ist ein wesentlicher Schlüsselfaktor und wichtiger Baustein für ein gesundes und gutes Leben bis ins höchste Alter. Eine große Zahl älterer Menschen hat bereits in den zurückliegenden Jahren den Zugang zu den vielfältigen Angeboten in den Sportvereinen gefunden und nutzt diese für Sport und Bewegung, Gesundheit, Fitness, Bildung, persönliches Wachstum und Geselligkeit. Darüber hinaus schaffen neue Trends und Angebote, die sich im Seniorenbereich entwickeln, sogar generationenübergreifende Effekte für das Sportinteresse jüngerer Zielgruppen. Populäre Beispiele hierfür sind das Walking/Nordic-Walking, der Bereich der Aquafitness oder wellnessorientierte Bewegungsangebote. Gegenwärtig bieten Sportvereine eine bunte Palette von Sport- und Bewegungsangeboten, die sich im Lebensspektrum sowohl an junge Ältere als auch an Menschen im hohen Lebensalter richten.

Die sich daraus ableitenden Bedürfnisse und Interessen der Menschen reichen dabei weit über das bisherige Sportvereinsleben hinaus. Zukunftsorientierte Sportvereine müssen zunehmend auch Aspekte der Sportraum- und Stadtentwicklung, der Mitarbeiterentwicklung und des Vereinsmanagements, der Vernetzungsarbeit und themenbezogene Handlungsfelder wie z.B. der Integration, der Gesundheitsförderung, der geschlechtergerechten Zielgruppenorientierung und der Generationengerechtigkeit in den Blick nehmen.

Bewegung und Sport fördern die Lebensqualität

Trotz der hohen Zuwachsraten sportlich aktiver Älterer in den Vereinen und insgesamt steigender Bewegungsaktivität der älteren Generation sieht der Landessportbund NRW mit Blick auf die aktuelle gesamtgesellschaftliche Situation in diesem Bereich erheblichen Entwicklungsbedarf, weil immer noch der weitaus größere Teil der älteren Bevölkerung eher bewegungs- und sportinaktiv ist. Dabei ist Bewegung lebensbedeutsam. „Durch Bewegung nimmt der Mensch sich selbst wahr – außerdem verändert er sich selbst und die Welt durch Bewegung. Bewegung sorgt für die Ernährung der Gelenke und Knochen. Sie erhält das Muskelkorsett und die Funktionsfähigkeit des Herz-Kreislauf-Systems. Dies sind wichtige Voraussetzungen für den Erhalt von Vitalität und Aktivität im Alter.“¹ Bewegung ist der Motor für individuelles Wachstum wie Selbstverwirklichung, Widerstandsfähigkeit und Erfahrungssouveränität und ein Grundgut eines erfüllenden Lebenswegs. Darüber hinaus fördert Sport soziale Kontakte und Geselligkeit und trägt damit zur persönlichen Integration, Zugehörigkeit, Verbundenheit und Partizipation älterer Menschen bei.

Ausgangspunkt des Programms „Bewegt älter werden in NRW“

Gemeinsam mit den Partnern im Verbundsystem des Sports, weiteren Unterstützern und gesellschaftlichen Akteuren setzt sich der Landessportbund NRW als Mitgestalter einer zukünftigen Gesellschaft für eine Schärfung des öffentlichen Bewusstseins hinsichtlich der Bedeutung der Bewegung und für eine



Verwirklichung von mehr Bewegung und Sport im höheren Lebensalter ein. Das hier vorliegende Programm „Bewegt älter werden in NRW“ versteht sich als systematische Weiterentwicklung der Initiative „Zukunft gestalten – aktiv und gesund älter werden in NRW“. Es beschreibt die spezifischen Grundlagen für die Arbeit im Bereich „Ältere“ und nimmt als eine Säule des Gesamtkonzepts „Chancen ergreifen, Perspektiven schaffen, unsere Gesellschaft mitgestalten – Vereinssport 2020“² die Auswirkungen des demografischen Wandels, die Alterung der Bevölkerung, die Lebenslagen der älteren Generation und ihre Bewegungs- und Sportaktivität in den Blick. Es werden Herausforderungen und Konsequenzen für den organisierten Sport beschrieben, Schwerpunkte identifiziert, Sachstände dargestellt, Ziele formuliert sowie Maßnahmen und Handlungsstrategien für die Akteure im Verbundsystem des Sports entwickelt.

Einladung an die Mitgliedsorganisationen des Sports und Sportvereine zur Mitgestaltung

Sportvereine, Bünde und Verbände sind aufgerufen, sich in dieses Programm einzubinden, die Zukunft des Alterns in unserer Gesellschaft mitzugestalten und gesellschaftliche Verantwortung für diesen Bereich zu übernehmen. Die NRW-Landesregierung hat bereits im Juli 2010 im Koalitionsvertrag festgeschrieben, die Zusammenarbeit mit dem Landessportbund NRW verbindlich zu regeln und die Fokussierung der Arbeit u. a. auf älter werdende Menschen zu legen. Dies ist mit der Unterzeichnung des „Pakts für den Sport“³ im Februar 2011 realisiert worden. Vor diesem Hintergrund wird

die Unterstützung des Programms „Bewegt älter werden in NRW“ durch verschiedene Ressorts der Landesregierung, auch über gemeinsame Einzelinitiativen hinaus, angestrebt. Damit wird der sektorenübergreifende Ansatz des Programms deutlich, denn die Themen „demografischer Wandel“, „Lebensphase Alter“ und die Determinanten „Bewegung und Sport“ müssen in Verbindung mit vielen anderen gesellschaftlichen Handlungsfeldern betrachtet, bewertet und bearbeitet werden.

Der organisierte Sport hat Verbündete

Die Landesseniorenvertretung NRW begrüßt dieses Vorhaben und unterstützt das Programm als einer der ersten Partner auf Landesebene.

Es ist darüber hinaus wünschenswert, dass auch andere gesellschaftliche Akteure das Programm und seine Umsetzung partnerschaftlich unterstützen. Denn Vernetzung, Kooperation und die Übernahme gesellschaftlicher Verantwortung sind inzwischen zur Leitlinie für erfolgreiches Handeln geworden. Die zum Teil bereits über Jahre bestehende erfolgreiche Zusammenarbeit soll fortgesetzt werden. Erst dadurch greifen Maßnahmen und Initiativen im Bereich der Bewegungs- und Gesundheitsförderung sowie der Bildung. Ohne Berücksichtigung der besonderen sozialen Struktur und der vorhandenen Angebote der Sportvereine bleiben sie aber in der Regel weniger effektiv, effizient, flächendeckend, nachhaltig und zukunftsweisend.

¹ vgl. Landessportbund NRW (Hrsg.) (2007): Vital, gesund, mobil – aktiv älter werden mit Bewegung. Mechling, Heinz/Brinkmann-Hurtig, Jutta. Duisburg: Eigenverlag.

² Landessportbund NRW (Hrsg.) (2011): Chancen ergreifen, Perspektiven schaffen, unsere Gesellschaft mitgestalten – Vereinssport 2020. Duisburg: Eigenverlag

³ Landesregierung Nordrhein-Westfalen und Landessportbund NRW (2011): Pakt für den Sport.





Programm „Bewegt älter werden in NRW“ ist Teil eines Gesamtkonzepts

Das Programm „Bewegt älter werden in NRW“ ist Teil des Gesamtkonzepts „Chancen ergreifen, Perspektiven schaffen, unsere Gesellschaft mitgestalten – Vereinssport 2020“⁴ des Landessportbundes NRW. Damit sollen Sportvereine, Bünde und Verbände bei der Bewältigung gesellschaftlicher Herausforderungen unterstützt, in ihrem Selbstverständnis als zivilgesellschaftliche Kraft gestärkt und als Anwälte für Bewegung gefördert werden. Das Konzept orientiert sich an folgenden vereins- und gesellschaftspolitischen Anspruchsbereichen.⁵

Die Sportorganisationen sollen

- lebenslanges Sporttreiben ermöglichen,
- individuelle Entwicklung und Förderung in allen Lebenslagen gewährleisten,
- zu einem gelingenden sozialen Miteinander beitragen sowie
- gesellschaftliche Verantwortung übernehmen.

Die Umsetzung im Verbundsystem des organisierten Sports erfolgt durch insgesamt vier Programme:

1. NRW bewegt seine Kinder
2. Bewegt gesund bleiben in NRW
3. Bewegt älter werden in NRW
4. Spitzensport fördern in NRW

Die Programme werden in enger gegenseitiger Verzahnung umgesetzt. Als Querschnittsfunktionen werden bei der Umsetzung der Programme die Themen

- Mitarbeitergewinnung und -qualifizierung
 - Sporträume
 - Integration von Menschen mit Zuwanderungsgeschichte
 - Gender und Chancengleichheit
- berücksichtigt.

Das Programm „Bewegt älter werden in NRW“ ist, wie die anderen Programme auch, als Strategie- und Umsetzungskonzept für die Akteure im Verbundsystem des Sports entwickelt worden und perspektivisch bis zum Jahr 2020 angelegt. Es dient darüber hinaus auch der Information aller Interessierten innerhalb und außerhalb des organisierten Sports, den Unterstützern und Partnern der Sportorganisationen und weiteren gesellschaftlichen Akteuren und Institutionen, die ebenfalls an dem Themenfeld interessiert sind und den organisierten Sport in seinem Anliegen unterstützen wollen.

⁴ Landessportbund NRW (Hrsg.) (2011): Chancen ergreifen, Perspektiven schaffen, unsere Gesellschaft mitgestalten – Vereinssport 2020. Duisburg: Eigenverlag.

⁵ vgl. ebd.

2. Ausgangslage

„Die Menschheit altert in einem unvorstellbaren Ausmaß. Wir müssen das Problem unseres eigenen Alterns lösen, um das Problem der Welt zu lösen.“⁶

Gewinn und Chancen eines längeren Lebens

Unbestritten ist der demografische Wandel eine große Herausforderung für unsere Gesellschaft. So positiv, wie die Botschaften über die Erwartung eines langen Lebens sind, so problematisch erscheinen die gesellschaftlichen Folgen der Alterung. Langlebigkeit und Hochaltrigkeit fordern ihren Tribut. Auf die sozialen Sicherungssysteme werden erhöhte Anforderungen zukommen. Die Lebensarbeitszeit wird sich vermutlich weiter verlängern und die Aufwendungen für die Gesundheitsversorgung und die Pflege der Älteren wird voraussichtlich weiter steigende Kosten verursachen. Die gesellschaftliche Dimension dieser Entwicklung bildet sich vielfach in Schlagwörtern, Diskussionen und Headlines wie „Altersarmut“, „Kollaps der Sozialsysteme“, „Rentnerschwemme“ und „ergraute Gesellschaft“ ab.

Im Gegensatz dazu werden heute vermehrt der Gewinn und die Chancen diskutiert, die sich durch das steigende Lebensalter nicht nur für die Individuen, sondern auch für die Gesellschaft ergeben. Auch dies dokumentiert sich in zahlreichen Veröffentlichungen zur Thematik. Diese vermitteln ein positives und selbstbestimmtes Bild vom Altern, skizzieren eine lebensbejahende und aktive ältere Generation, welche die gewonnenen Jahre sinnvoll gestaltet und ebenso gerne bereit ist, sich einzubringen und bürgerschaftlich zu engagieren. Noch nie gab es so viele alte Menschen wie heute und noch nie waren sie so aktiv wie heute. Es bieten sich immer mehr Chancen, das Leben im Alter sinnvoll zu gestalten. Insgesamt sind die älteren Menschen gesünder, sie verfügen über einen höheren Bildungsstand und über bessere finanzielle Ressourcen.⁷ Gleichzeitig werden ältere Menschen in Zukunft aber noch stärker als heute Verantwortung für sich selbst übernehmen müssen.

Wie auch immer die Gesellschaft mit dem demografischen Wandel und dem Thema „Alter“ umgehen wird. Fakt ist, dass Alterung und Langlebigkeit, der Rückgang der Gesamtbevölkerung und auch die zunehmende Migration das gesellschaftliche Leben radikal verändern werden. Im Idealfall vollzieht sich der Wandel zu einer altersfreundlichen und integrativen Gesellschaft, in der alle Generationen ihren Platz finden und in der die Lebensphase des Alters einen genauso wertvollen, gewinnbringenden und glücklichen Lebensabschnitt darstellt, wie die anderen Lebensphasen auch.

Eine zukunftsfähige Vision vom längeren Leben ist vonnöten

Dazu ist es notwendig, die Gesellschaft altersgerecht aufzustellen, neue Strukturen zu schaffen und den Menschen Orientierungen für die Lebensphase „Alter“ zu geben. Es müssen Antworten auf die vielfältigen Frage- und Problemstellungen des Alterns und des demografischen Wandels gefunden werden. Wir brauchen jetzt eine zukunftsfähige Vision vom Leben in einer Gesellschaft des langen Lebens. Es bedarf gesellschaftlicher Institutionen, die sich mit Ihrem Potenzial in diesen Prozess einbringen und dazu beitragen, dass ein gutes Leben bis ins hohe Alter möglich wird und die Langlebigkeit der Menschen für alle ein Gewinn ist.

Lebensort Sportverein

Der organisierte Sport in Nordrhein-Westfalen kann und will seinen Part auf dem Weg zu einem lebenswerten Alter beitragen, denn Bewegung und Sport gelten als Schlüsselfaktoren für ein gesundes Altern. Bewegung und Sport bieten darüber hinaus vielfältige Funktionen für die eigene Lebensqualität und Lebensausrichtung, Integration, Partizipation und die persönliche Autonomie. Außerdem wirken Bewegung und Sport einer Vereinsamung älterer Menschen entgegen. Sportvereine verfügen über ein einzigartiges flächendeckendes Netz von Sport- und Bewegungsangeboten für alle Altersklassen. Sie bieten vielfältige sportliche Ausrichtungen und ein lebensunterstützendes Milieu. Sie gestalten einen Lebensort für ältere Frauen und Männer, damit diese beispielsweise ihre Erfahrungen und Kompetenzen in vielfältiger Weise ehrenamtlich einbringen können. Damit tragen sie zur Gestaltung einer generationenübergreifenden Gesellschaft innerhalb und außerhalb des Sports bei.

⁶ Schirmacher, Frank. (2004): Das Methusalem-Komplott. München: Karl Blessing Verlag.

⁷ vgl. Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen, Jugend (Hrsg.) (2010): Eine Kultur des Alterns. Altersbilder in Gesellschaft. Erkenntnisse und Empfehlungen des sechsten Altenberichts. Berlin.

2.1 Kennzeichen des demografischen Wandels

Wie in anderen europäischen Ländern auch, vollzieht sich in der Bundesrepublik Deutschland seit Jahren ein Prozess der demografischen Alterung, der in der Wissenschaft mit dem Begriff der dreifachen Alterung⁸ beschrieben wird. Bei niedriger Geburtenrate und einer insgesamt sinkenden Bevölkerungszahl hat er folgende Kennzeichen:

- Die absolute Zahl der älteren Menschen nimmt zu.
- Der prozentuale Anteil der über 60-Jährigen an der Gesamtbevölkerung wächst.
- Der Anteil der hochaltrigen Menschen (80 Jahre und älter) vergrößert sich.

Die Jugend wird, demografisch betrachtet, zur Minderheit, während Menschen im mittleren und höheren Lebensalter die Mehrheit der Bevölkerung bilden. Die noch zum Anfang des letzten Jahrhunderts bestehende Bevölkerungspyramide gibt es nicht mehr. Bereits heute ist jede/r vierte Bundesbürger/in über 60 Jahre alt, in absehbarer Zeit wird es jeder dritte sein. Die beschriebene Entwicklung ist selbst bei steigender Geburtenrate und Migration jüngerer Bevölkerungsgruppen nicht umkehrbar und wird sich vermutlich erst gegen Ende dieses Jahrhunderts wieder abschwächen.

Historisch und gesellschaftlich betrachtet ist die Tatsache, dass Menschen heute mit einem langen Leben rechnen können und das Alter zur planbaren und gestaltbaren Lebensphase wird, ein neues Phänomen.⁹

Neben der demografischen Alterung vollziehen sich in der älteren Bevölkerung sozialstrukturelle Veränderungen, die durch Singularisierung, Feminisierung, zunehmende Differenzierung, Ausdehnung der Altersphase und zunehmend auch durch Zuwanderungsgeschichte gekennzeichnet sind. Durch die steigende Lebenserwartung und den immer noch relativ frühen Eintritt in den Ruhestand verlängert sich die Ruhe-

standsphase für viele Menschen auf nicht selten 30 Jahre und mehr. Der überwiegende Teil der Älteren erlebt diese Phase bei insgesamt guter Gesundheit und Vitalität. Nach vorliegenden Untersuchungen treten Hilfe- und Pflegebedürftigkeit sowie Krankheiten, die mit hohen Einbußen verbunden sind, erst gehäuft in der Gruppe der 80-Jährigen und Älteren auf. Die darunter liegenden Altersgruppen sind jeweils nur minimal betroffen.¹⁰

2.2 Bevölkerungsentwicklung und Lebenserwartung in Nordrhein-Westfalen

Die beschriebenen bundesweiten Trends des demografischen Wandels sind im Grundsatz auch für Nordrhein-Westfalen kennzeichnend. Dies sind die drei wesentlichen großen Trends: Wir werden weniger, älter und bunter. Auch in Nordrhein-Westfalen wird die Bevölkerungszahl in den nächsten Jahren stetig sinken. Es wird laut Bevölkerungsvorausberechnung erwartet, dass die Einwohnerzahl Nordrhein-Westfalens von derzeit 17,9 auf 17,5 Millionen bis 2025 zurückgehen wird. Bis 2050 wird die Bevölkerung voraussichtlich weiter auf 15,9 Millionen Einwohnerinnen und Einwohner sinken. Somit verringert sich die Bevölkerungszahl bis 2050 voraussichtlich um mehr als zwei Millionen Menschen. Dabei werden sich regionale Unterschiede ergeben. Im Ruhrgebiet schreitet die Alterung der Bevölkerung noch schneller voran als in den anderen Landesteilen, nach Aussagen der Experten ist hier die demografische Entwicklung teilweise ca. zehn Jahre vorweggenommen. Bezüglich der Bevölkerungsentwicklung ist von Bedeutung, dass die ausländische Bevölkerung und Migrantinnen und Migranten im Altersdurchschnitt deutlich jünger sind, als die deutsche Bevölkerung. Durch die Alterung der Migrantengenerationen wird sich ihr Anteil an der älteren Bevölkerung in den kommenden Jahren noch erhöhen.¹¹

Die Geburtenrate stagniert, die Lebenserwartung steigt

Während die Geburtenrate in NRW, wie im gesamten Bundesgebiet, bei derzeit 1,4 Kindern pro Frau mit leicht rückläufiger Tendenz stagniert, steigt die durchschnittliche Lebenserwartung deutlich an. Die durchschnittliche Lebenserwartung eines heute in der Bundesrepublik Deutschland geborenen Mädchens beträgt 82,4 Jahre, die eines Jungen 77,2 Jahre. Das 60. Lebensjahr erreichen 94 % der Frauen und 89 % der Männer. Die fernere Lebenserwartung einer heute 60-jährigen Frau liegt bei weiteren 24,7 Jahren, die eines heute 60-jährigen Mannes bei weiteren 20,9 Jahren. Aufgrund der aktuellen Lebenserwartung wird jede zweite Frau ihren 85. Geburtstag erleben, jeder zweite Mann mindestens den 80. Geburtstag.¹² Bis 2050 steigt die Lebenserwartung voraussichtlich auf ungefähr 87,5 Jahre (Frauen) und 83,3 Jahre (Männer) an.

Geburtenrate und Lebenserwartung sind neben der sog. Wanderung (räumliche Bevölkerungsbewegung) die wichtigsten Determinanten des demografischen Wandels. Wesentlich stärker wird sich in Zukunft die Verschiebung der Altersstruktur der Bewohner/innen Nordrhein-Westfalens äußern. 2008 lag der Anteil der Personen im Alter von 60 und mehr Jahren bei 25 %. Demgegenüber standen 20,4 % in der Altersgruppe unter 20 Jahren. Bis 2025 wird sich dieses Verhältnis erheblich verändern. Der Anteil der Älteren ab 60 Jahren wird auf 32,4 % steigen, während die unter 20-Jährigen nur noch 17,1 % der Bevölkerung Nordrhein-Westfalens ausmachen werden. Bis zum Jahr 2050 rechnet man sogar mit einem Bevölkerungsanteil von 38,4 %, der 60 Jahre und älter ist. Der Anteil der Hochaltrigen wird bis 2015 voraussichtlich bei 8 % und bis 2050 bei 14,5 % liegen. Im Vergleich dazu werden die unter 20-Jährigen bis 2025 nur noch bei einem Bevölkerungsanteil von 17,1 % und bis 2050 nur noch bei 15,5 % liegen.¹³

Diese Daten verdeutlichen die Konsequenzen des demografischen Wandels, auf die sich auch der organisierte Sport einstellen muss. Die über viele Jahrzehnte wichtigste Zielgruppe der Sportvereine, die der Kinder und Jugendlichen, wird zugunsten der Älteren immer mehr an Repräsentanz verlieren.

Erhebliche kommunale Unterschiede in der Bevölkerungsentwicklung

Auf der Ebene der 23 kreisfreien Städte und 31 Kreise in NRW ist nach den Vorausberechnungen zukünftig von erheblichen Unterschieden in der Bevölkerungsentwicklung auszugehen. Entgegen der Vorausberechnung für das gesamte Land, die von einem stetigen Bevölkerungsrückgang ausgeht, wird zwischen 2008 und 2025 für sechs kreisfreie Städte und sechs Kreise ein Bevölkerungszuwachs berechnet. Die stärksten relativen Zuwachsraten zwischen 2008 und 2025 werden die kreisfreien Städte Bonn (+9,4 %) und Köln (+9,3 %) aufweisen. Die stärksten relativen Abnahmen der Bevölkerungszahl werden für die kreisfreien Städte Hagen (-12,1 %) und Remscheid (-12,0 %), gefolgt vom Kreis Höxter (-11,6 %) und dem Märkischen Kreis (-11,4 %) vorausgesagt.¹⁴

⁸ Naegele, Gerhard/Tews, Hans Peter. (1993) (Hrsg.): Lebenslagen im Strukturwandel des Alters. Alternde Gesellschaft – Folgen für die Politik. Opladen.

⁹ ebd.

¹⁰ vgl. Circel, Michael/Hilbert, Josef/Schalk, Christa (2004): Produkte und Dienstleistungen für mehr Lebensqualität im Alter. Expertise. Institut Arbeit und Technik (Hrsg.) Gelsenkirchen: Eigenverlag

¹¹ Statistisches Bundesamt (2010)

¹² Statistisches Bundesamt (2009)

¹³ Ministerium für Generationen, Familie, Frauen und Integration des Landes Nordrhein-Westfalen (Hrsg.) (2009): Der demografische Wandel in Nordrhein-Westfalen. Daten und Fakten. Düsseldorf: Eigenverlag

¹⁴ vgl. ebd.

Trotz der demografischen Unterschiede in der Bevölkerungsentwicklung zeichnet sich für alle Regionen in NRW ein Alterungsprozess ab. Dieser wird voraussichtlich für den Kreis Wesel am stärksten ausfallen. Im Jahr 2008 lag das Durchschnittsalter im Kreis Wesel noch bei 43,2 Jahren. Bis 2020 wird es auf 48,3 Jahre angestiegen sein und damit die Spitzenposition im regionalen Vergleich einnehmen. Der Grund für den starken Alterungsprozess des Kreises Wesel liegt vor allem an der hohen prozentualen Zunahme der Gruppe der 80-Jährigen und älteren. Es folgt der Kreis Höxter, dessen Durchschnittsalter von 42,3 Jahren auf 48,1 Jahre bis 2025 ansteigen wird. Eine ähnliche Entwicklung wird für die Kreise Ennepe-Ruhr (48,0 Jahre) und Mettmann (48,0 Jahre) vorausgesagt. Demgegenüber werden die meisten kreisfreien Städte ein relativ niedriges Durchschnittsalter verzeichnen. Mit dem niedrigsten Durchschnittsalter im Jahr 2025 liegt die Stadt Köln (43,1 Jahre) vorn, gefolgt von Düsseldorf (43,8 Jahre), Bonn (44,0 Jahre), Münster (44,1 Jahre) und Aachen (44,1 Jahre).¹⁵

Anhand dieser zum Teil gegenläufigen Entwicklung der Bevölkerungszahlen in NRW wird deutlich, dass bei der Beurteilung und Entwicklung von Strategien im organisierten Sport in jedem Fall die spezifische Prognose für die Region zugrunde gelegt und die Daten für die jeweilige Kommune herangezogen werden müssen. Die Daten stellen das Land NRW und die jeweiligen Kommunen zur Verfügung. Einen Überblick verschafft auch die Broschüre „Der demografische Wandel in Nordrhein-Westfalen, Daten und Fakten“. ¹⁶ Die Daten für die ältere Bevölkerung mit Zuwanderungsgeschichte sind unter dem Schwerpunkt III dieses Programms „Generationenbeziehungen, Integration und Engagement“ im Detail dargestellt.

Konsequenzen für die Sportvereine

Für die Sportvereine wird deutlich, dass sich je nach Region, in der sie angesiedelt sind, ein differentes Bild der Nachfrage nach altersgerechten Bewegungs- und Sportangeboten ergeben kann. Dieses Bild wird sich bis auf die Ebene der Stadtteile weiter ausdifferenzieren, je nachdem wie groß der Anteil der dort lebenden älteren Menschen im Stadtteil bzw. Quartier und ihre Affinität zum Sport ist.

2.3 Lebensphase Alter und Alterungsprozess

Die Erkenntnisse der Altersforschung vermitteln drei grundlegende Erkenntnisse zur Lebensphase Alter und zum Alterungsprozess:

- Altern ist eingebettet in gesellschaftliche Entwicklung und befindet sich im Wandel.
- Alter(n) hat viele Gesichter. Es gibt eine große Vielfalt hinsichtlich der Lebensphase Alter und ihrer individuellen Prägung.
- Menschen haben unterschiedliche Vorstellungen davon, was ein gutes Leben im Alter ist. Genauso wichtig ist, wie ältere Frauen und Männer ihre Situation subjektiv wahrnehmen und bewerten. Diese Bewertung spiegelt sich u. a. in den individuellen Altersbildern und den Erfahrungen mit dem eigenen Älterwerden wieder.¹⁷



Altersbild und Selbstverständnis der Älteren haben sich gewandelt

Nicht nur die Altersstruktur der Bevölkerung verändert sich rasant, sondern auch die Lebenslagen der Älteren, das Altersbild und die Älteren selbst haben sich in den zurückliegenden Jahren enorm gewandelt. Entgegen dem in der Vergangenheit auch wissenschaftlich überwiegend verwendeten Defizitmodell, das die Verluste und Einschränkungen des Alterns in den Vordergrund stellt, hat sich die Sichtweise heute verändert und die Fähigkeiten, Ressourcen und Potenziale älterer Menschen werden betont.

„Die Anzahl der Lebensjahre, die die Menschen in Gesundheit verbringen, wächst. Denn die Lebenserwartung von Männern und Frauen steigt nicht, weil sich der Alterungsprozess verlangsamt und verlängert, sondern vor allem, weil er immer später im Leben einsetzt.“¹⁸

Die gestiegene Lebenserwartung und das vorhandene Wissen über Alternsprozesse belegen, dass diese positiv gestaltbar sind. „Es kommt nun darauf an, das Wissen über Altern und Altsein zu vergrößern und zu verbreiten, was Politik und Gesellschaft, aber auch was jede einzelne Person zu einem guten Altern beitragen kann.“¹⁹ Es darf dann nicht beim Wissen allein bleiben, sondern es müssen machbare Handlungsstränge angelegt werden und Aktivitäten folgen.

Potenziale der Älteren für den Sport nutzen

In Politik und Wissenschaft, in Institutionen und Verbänden, Sport und Kultur und nicht zuletzt in der Wirtschaft bemüht man sich daher intensiv um einen neuen Blick auf die Generation der Älteren und hebt die Potenziale dieser Lebensphase hervor. Auch die Landesregierung fördert die Implementierung neuer Bilder vom Alter.

„Dass immer mehr Menschen ein hohes Alter erreichen und dabei gesund und aktiv bleiben, ist die Erfüllung eines alten Menschheitstraums. Die große Lebensleistung der älteren Generation muss anerkannt und gewürdigt werden. Unsere Politik will dazu beitragen, dass Menschen die Lebensphase ‚Alter‘ selbstbestimmt und selbstbewusst gestalten können. Dazu müssen wir den demografischen Wandel gemeinsam mit den Kommunen gestalten.“²⁰

¹⁵ vgl. ebd.

¹⁶ vgl. ebd.

¹⁷ Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (Hrsg.) (2010): Altern im Wandel. Zentrale Ergebnisse des Deutschen Alterssurveys. Berlin.

¹⁸ Demografische Forschung aus erster Hand. Jahrgang 7, Nr.2, 2010.

Vaupel, James W. Max-Planck-Institut für demografische Forschung (Hrsg.) (2010): Rostock.

¹⁹ Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend. (2010) Hrsg.): Altern im Wandel. Zentrale Ergebnisse des Deutschen Alterssurveys. Berlin.

²⁰ Ministerium für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter (NRW): <http://www.mgepa.nrw.de>, 28.09.2010.



Zwischen Jugendwahn und Altersfrust liegen also Dimensionen, die neue Perspektiven für ein realistisches Altersbild eröffnen, das letztendlich von der Generation der Älteren selbst mit Inhalten und Leben gefüllt werden wird. Die Lebensentwürfe, Lebenslagen und Chancen der älteren Generation sind so höchst unterschiedlich wie die Gruppe der Älteren selbst.

Die jetzige ältere Generation lebt heute im Vergleich zu früheren Generationen wesentlich unbeschwerter. Noch nie in der Vergangenheit gab es eine Generation Älterer, die so gut abgesichert leben konnte. Wissenschaftlich-technischer Fortschritt, die medizinische Versorgung, ein vergleichsweise gut funktionierendes Netz aus haupt- und ehrenamtlichen Betreuungsangeboten, all das lässt heute dem so genannten „Herbst des Lebens“ viel gelassener entgegen sehen, als dies sämtliche frühere Generationen konnten.²¹

Tatsächlich lässt sich in den vergangenen Jahrzehnten eine „Versportlichung“ des Alters belegen, da mehr Ältere Sport treiben als früher. Hierbei haben insbesondere ältere Frauen den Spaß an der Bewegung für sich entdeckt. Sportlich aktiv zu sein ist auch im höheren Lebensalter erstrebenswert und gesellschaftlich erwünscht.

Kalendarisches Alter versus gefühltes Alter

Auch die Definition, ab welchem kalendarischen Alter Menschen zur Bevölkerungsgruppe der Älteren gezählt werden, scheint äußerst diskussionswürdig und ist gesellschaftlich nicht eindeutig definiert. Lange Zeit wurde der Übergang in die Lebensphase Alter mit dem Renteneintrittsalter gleichgesetzt. Diese Definition scheint angesichts der Langlebigkeit und des uneinheitlichen Renteneintrittsalters und der unterschiedlichen Lebensentwürfe zunehmend unbrauchbar. In soziologischen Termini werden daher auch die Begriffe „drittes“ für die jungen Älteren und „viertes“ Lebensalter für die Hochaltrigen verwendet.

Trotz dieser Definitionen gibt es aber innerhalb der Altersgruppen große Unterschiede hinsichtlich der Selbsteinschätzung und des subjektiven „Altersempfindens“. Es zeigt sich ein neues Selbstbewusstsein und Lebensgefühl insbesondere der „jungen Älteren“. „Mittlerweile scheint es mehr eine Befindlichkeitsfrage, ab wann man überhaupt als älter oder alt gilt“²². Schlagzeilen, wie „Das Alter verschwindet“ unterstreichen diesen Trend. Untersuchungen belegen, dass 70-Jährige von heute körperlich und geistig so fit sind, wie 65-Jährige es vor 30 Jahren waren. Zudem fühlen sich Ältere heute durchschnittlich zwölf Jahre jünger, als sie es tatsächlich sind.²³ Vielfach werden dagegen heute schon 50-Jährige zu den Älteren gezählt und unter der Generation 50plus subsummiert, während sich kaum jemand, der dieser Altersgruppe angehört, selbst als Älterer empfindet. Hinzu kommt, dass die Generation der geburtenstarken Jahrgänge (ca. 1955-1965) langsam in das dritte Lebensalter vorrückt und dabei bisherige Vorstellungen und Formen vom Alter(n) deutlich zu revolutionieren scheint. „(...) Menschen zwischen 50 und 70 sind heute nicht ‚alt‘, es sind keine Methusalems, keine Alten im Sinne des Klischees, sondern Menschen mit Zukunft – das ist neu.“²⁴

Gewinn für die Sportvereine

Diese Entwicklung bildet sich in Verbindung mit dem demografischen Schub auch in den Sportvereinen in einem deutlichen Mitgliederzuwachs, neuen Sportinteressen und Bedürfnissen in den höheren Altersklassen ab. Diese Entwicklung stellt sich aber nicht alleine ein, sondern verlangt von den Sportvereinen eine aktive Zukunftsausrichtung für diese besondere Zielgruppe.

²² Deutscher Olympischer Sportbund (Hrsg.) (2007) Blessing-Kapelke, Ute/Klages, Andreas: Alter in Bewegung. Frankfurt.

²³ ebd.

²⁴ vgl. Otten, Dieter. (2008). Die 50+ Studie. Wie die jungen Alten die Gesellschaft revolutionieren (2. Auflage Juni 2009). Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag.

²¹ Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (Hrsg.) (2010): Altern im Wandel. Zentrale Ergebnisse des Deutschen Alterssurveys. Berlin.

Wohlbefinden und Lebensqualität steigen – aber das hohe Alter birgt auch Risiken

Die meisten älteren Menschen erleben die zusätzlichen Lebensjahre heute bei zunehmend besserer Gesundheit. Die Lebensphase des Alters wird von vielen aktiv gestaltet und freudvoll erlebt, Wohlbefinden und Lebensqualität steigen. Dies weiß insbesondere die Wirtschaft im Bereich des Seniormarketings für sich zu nutzen. Sie hat die Zielgruppe der Älteren längst für sich entdeckt. Der Markt bietet vielfältige Hilfen und Angebote, die das Leben im Alter angenehmer machen und erleichtern. Hierzu gehören Güter und Dienstleistungen genauso wie die Bereiche Wohnen, Reisen und Mobilität. Auch im kulturellen Bereich und in der Bildungslandschaft sind die Angebote vermehrt auf die Zielgruppe der Älteren ausgerichtet.

In den Medien gibt es eine ganze Reihe von neuen Bezeichnungen für die Älteren wie z. B. „Silver Generation“, „Best Ager“, „Generation 50plus“ oder „junge Alte“. Die Medien nehmen in Bezug auf die Vermittlung der Altersbilder in unserer Gesellschaft eine wichtige Rolle ein. Die Bandbreite zwischen eher negativ bis hin zu überzogen positiv besetzten Altersbildern ist groß und hat entsprechende Effekte auf das Selbstverständnis, Selbstbild und Verhalten älterer Frauen und Männer. Teilweise führt dies zu Überaktivität, Schlankeitswahn und einem die Gesundheit gefährdendem Verhalten im Sport. In diesem Zusammenhang ist es wichtig, auch im Sportverein und über den organisierten Sport auf die Vermittlung realistischer Altersbilder in den Medien hinzuwirken.

Trotz der überwiegend positiven Lebenslagen der Älteren in unserer Gesellschaft ist das Älterwerden für viele aber auch mit zum Teil schwerwiegenden Problemen belastet. Die Gruppe der jüngeren Älteren lebt heute häufig mit einer

Doppel- oder Mehrfachbelastung. Während sie selbst noch in der Familien- und Berufsarbeit stehen, übernehmen sie gleichzeitig die Betreuung und Pflege der eigenen Elterngeneration. Die letzte Berufsphase wird von vielen mit gemischten Gefühlen betrachtet und nicht immer ohne Belastungen durchlebt. Die Arbeitswelt ist längst noch nicht durchgängig auf die große Zahl der älteren Arbeitnehmer/innen eingestellt und es fehlt an altengerechten Arbeitsbedingungen. So bleiben diese nicht selten mit den Belastungen, die sich aus dem Berufs- und Arbeitsleben ergeben, allein. Nicht wenige müssen aufgrund von im Berufsleben erworbenen gesundheitlichen Beeinträchtigungen ganz aus dem Beruf ausscheiden und mit finanziellen Einbußen leben. Im hohen und sehr hohen Alter stellen sich neue Risiken ein, etwa das vermehrte Auftreten altersbedingter Erkrankungen, Hilfe- und Pflegebedürftigkeit, der Verlust von Fähigkeiten, Unfälle und Stürze mit oft schwerwiegenden Folgen für die Gesundheit und Selbstständigkeit. Zudem müssen sich viele alte Menschen mit der Pflegebedürftigkeit der Partnerin oder des Partners, dem Tod von Angehörigen und Lebenspartnerinnen und Lebenspartnern, der Aufgabe der selbstständigen Lebensführung, weniger Sozialkontakten und Vereinsamung auseinandersetzen. Auch die Endlichkeit des eigenen Lebens und der nahende Tod belastet viele Menschen.

Auch wenn Lebensqualität und Gesundheit der Älteren insgesamt steigen, bestehen hinsichtlich der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit große Differenzen. Unterschiedliche soziale Voraussetzungen erhöhen oder mindern zusätzlich die Chancen auf ein aktives und gesundes Altern. Damit erhält nicht nur die Eigenverantwortung für die Gesundheit und die Fähigkeit, das Leben so lange wie möglich selbstständig gestalten zu können, eine immer größere Bedeutung. Gesellschaft und Politik stehen in der Verantwortung, ein Ungleichgewicht in den Lebens- und Gesundheitschancen der Älteren mit geeigneten Interventionen auszugleichen.





Einheitliches Kennzeichen der älteren Generation: Heterogenität

Es wird deutlich, dass es „das Alter“ und „die Älteren“ als soziologische Kategorie nicht gibt. Diese Altersgruppe ist viel zu heterogen, als dass man sie mit einem Schlagwort kategorisieren könnte.²⁵ Weder die Abgrenzung mit Hilfe des gesetzlichen Rentenalters, noch einige gebräuchliche Differenzierungsansätze, etwa die Unterscheidung der Altersgruppen 50plus, 65plus und 80plus als relevante ältere Generationen, werden den vielschichtigen Lebenslagen und Lebensstilen gerecht. Die unterschiedlichen Lebensstiltypen und die dahinter stehenden sozioökonomischen Verhältnisse und Motivationen erfordern vielmehr eine entsprechende Gestaltung und Ausrichtung wirtschaftlicher und sozialer Aktivitäten auf bestimmte, sorgfältig differenzierte Kundengruppen.²⁶

Sportvereine bieten Kompetenzen und übernehmen Verantwortung

An dieser Stelle sind auch die Sportvereine als gemeinnützige Organisationen gefordert, ihre Kompetenzen im Bereich der Bewegungs- und Gesundheitsförderung, der Senioren- und Bildungsarbeit, der Freizeitgestaltung und des sozialen und ehrenamtlichen Engagements einzusetzen. Viele Sportvereine gehen bereits gezielt auf bestimmte Anspruchsgruppen der Gesamtgruppe der Älteren ein und offerieren entsprechende Angebote. Dabei nehmen sie auch gesundheitlich und sozial benachteiligte Zielgruppen besonders in den Blick.

Für Sportvereine eine lohnende Zukunftsaufgabe

Diese Aussagen sind nicht nur für die Wirtschaft und Unternehmen von Bedeutung, welche den sogenannten „Silvermarket“ bedienen, sondern auch für Sportvereine, wenn es darum geht, die Zielgruppe Ältere in ihrer Differenziertheit und Heterogenität zu erreichen und für Bewegung und Sport zu gewinnen – eine lohnenswerte Zukunftsaufgabe.

²⁵ Cirkel, Michael/Gerling, Vera (2001): Die Generation der Zukunft? Neue Chancen durch alte Menschen – das Projekt Seniorenwirtschaft im Bündnis für Arbeit, Ausbildung und Wettbewerbsfähigkeit NRW. In: Institut Arbeit und Technik: Jahrbuch 2000/2001, Gelsenkirchen, S. 177-198.

²⁶ Cirkel, Michael/Hilbert, Josef/Schalk, Christa (2004): Produkte und Dienstleistungen für mehr Lebensqualität im Alter. Expertise. Institut Arbeit und Technik (Hrsg.) Gelsenkirchen.

3. Herausforderungen und Konsequenzen für den organisierten Sport in NRW

Dass der demografische Wandel längst im organisierten Sport angekommen ist, spiegelt sich in den Statistiken des Landessportbundes NRW und in der Sportpraxis besonders deutlich im Jugendbereich wider. Viele Vereine haben Schwierigkeiten, Kinder und Jugendliche zu erreichen und spielfähige Mannschaften zu bilden. Im Segment „Ältere“ registrieren die Sportvereine zwar sehr wohl eine steigende Nachfrage, aber längst noch nicht alle Sportvereine haben erkannt, dass die Älteren allein vor dem Hintergrund ihres steigenden Bevölkerungsanteils die Zielgruppe der Zukunft sind, um die sich nicht nur Sportvereine sondern auch kommerzielle Sportanbieter und andere Institutionen bemühen. Darüber hinaus ist diese Zielgruppe selbst daran interessiert, Lebensorte wie Sportvereine aufzusuchen, um mit und durch Bewegung und Sport ihre individuelle Verhaltenssouveränität möglichst lange für ihren weiteren Lebensweg zu nutzen.

Der organisierte Sport hat mit Blick auf diese Entwicklungen die einzigartige Chance, sich mit seinem Potenzial und dem vielfältigen Angebot im Bereich Bewegung und Sport erfolgreich und nachhaltig für eine verbesserte Lebensqualität der älteren Generation einzusetzen. Hier existiert ein Handlungsfeld, das im Dienst der Gemeinnützigkeit exzellent von den Vereinen besetzt werden kann.

Die zentralen Inhalte einer Breitensportbezogenen Vereinsarbeit,

- lebensbegleitendes Sporttreiben ermöglichen
 - individuelle Entwicklung und Förderung in allen Lebensphasen gewährleisten
 - zu einem gelingenden sozialen Miteinander beitragen sowie
 - gesellschaftliche Verantwortung übernehmen,
- sind dabei wichtige Säulen und bieten Orientierung für die Ausrichtung der Arbeit, die weit über die eigentliche sportliche Betreuung der Älteren hinausgeht und die Übernahme gesellschaftlicher Verantwortung dokumentiert.

Mit dem neuen Programm „Bewegt älter werden in NRW“ werden dafür die strategischen und strukturellen Rahmenbedingungen geschaffen. Unter Berücksichtigung der aufgezeigten Entwicklungen und der vorliegenden Erfahrungen bereits erfolgreich umgesetzter Kampagnen und Initiativen im Handlungsfeld werden für das Programm „Bewegt älter werden in NRW“ vier Schwerpunkte entwickelt, die als Eckpunkte für die Umsetzung fungieren. Diese sind selbstverständlich nicht strikt getrennt voneinander zu bearbeiten, sondern es werden sich vielfältige Verbindungen und Überschneidungen ergeben, die aber im Sinne einer ganzheitlichen Strategie und des vernetzten Handelns gewollt und notwendig sind.

3.1 Die Bedeutung der Bewegung und die Sportaktivität der Älteren

Menschen aller Generationen wünschen sich für die Lebensphase des Alters möglichst körperlich und geistig gesund und fit zu sein. Altern ist ein lebensbegleitender natürlicher biologischer Prozess, der allerdings individuell unterschiedlich verläuft und von einer Reihe von Faktoren abhängig ist, die wissenschaftlich noch nicht eindeutig geklärt sind. Neben genetischen Komponenten sind aber mit ziemlicher Sicherheit der Lebensstil und das Verhalten entscheidende Komponenten, die nicht nur die Gesundheit, sondern auch den individuellen Alterungsprozess und damit die ganzheitliche Persönlichkeitsentwicklung und -stabilisierung positiv oder aber auch negativ beeinflussen. Altersforschung, Medizin und Sportwissenschaft betonen einstimmig, wie immens wichtig es ist, durch Prävention und Gesundheitsförderung Erkrankungen im Alter möglichst zu verhindern oder aber wenigstens so lange wie möglich aufzuhalten. Fachwissenschaftlich ausgedrückt wird von der „Kompression der Morbidität“ gesprochen. Die Trainierbarkeit aller Bewegungsfunktionen ist auch im hohen und höchsten Alter gegeben, was bedeutet, dass Abbauprozessen aktiv entgegengewirkt werden kann.

Ziel ist es, hierdurch möglichst lange ein weitgehend gesundes, selbstständiges und selbstbestimmtes Leben im Alter zu erreichen. Nach Einschätzung der Wissenschaft sind körperliche Aktivität und Bewegung neben der gesunden Ernährung zentrale Faktoren, wenn nicht sogar Schlüsselfaktoren, für ein „gesundes Altern“. Anders ausgedrückt sind heute in Europa zu wenig Bewegung und eine ungesunde Ernährung hauptverantwortlich für eine niedrigere Lebenserwartung.²⁷

Bewegung und Sport leisten deswegen einen unschätzbaren Beitrag zur Prävention und dem Erhalt der Gesundheit. Regelmäßige Bewegung und körperliche Aktivität fördern die Gesundheit von Menschen in jedem Lebensalter. Sie zählen zu den bedeutendsten Einflussfaktoren für die Lebensqualität und das Wohlbefinden. Auch und gerade im Alter hilft individuell angepasste Bewegung, die Gesundheit zu erhalten.²⁸ Darüber hinaus wirken Bewegung und Sport positiv auf psychosoziale Persönlichkeitsmerkmale.

Die meisten Älteren bewegen sich viel zu wenig

Trotz dieser beeindruckenden Fakten schätzen Expertinnen und Experten die Bewegungs- und Sportaktivität der älteren Generation immer noch als deutlich zu niedrig ein. Verlässliche Aussagen zum körperlichen Aktivitätsverhalten in Deutschland lassen sich aus methodischen Gründen und aufgrund der begrenzten Datenlage nur eingeschränkt treffen. „Mit großer Sicherheit kann jedoch davon ausgegangen werden, dass sich die Menschen in den meisten Industrienationen viel zu wenig bewegen“.²⁹ „Fragt man die Menschen nach ihrer Einstellung zum Sport, erhält man überwiegend positive Rückmeldungen. Sport finden die meisten gut. Indes – gegen diesen Eindruck

sind nur die wenigsten aktiv. Das Gros der Menschen in den Industrienationen lässt gar das physiologische Mindestmaß an körperlicher Aktivität vermissen. (...) Sie nutzen stattdessen jede Möglichkeit, sich das Leben (scheinbar) durch den Einsatz von Mobilitätshilfen (Auto, Fahrstuhl, Rolltreppe) zu erleichtern. Der Großteil der Bevölkerung trägt durch selbstgemachte Sport- und Bewegungsabstinenz langfristig zum eigenen gesundheitlichen Risiko bei.“³⁰

Diese generellen Aussagen zum Bewegungsverhalten der Bevölkerung treffen in besonderer Weise für die Zielgruppe der Älteren zu. Trotz der in den letzten Jahren in den Statistiken des organisierten Sports und auch in den kommerziellen Fitnessanlagen abgebildeten Zuwachsraten in den höheren Altersgruppen liegen keine einheitlichen Daten zur Sport- und Bewegungsaktivität der Älteren vor. Nach den aktuellen Daten des Robert-Koch-Instituts treiben 15,5 % der über 65-Jährigen Frauen vier mal oder öfter in der Woche Sport, bei den Männern sind es 20,2 %.³¹ Nach der aktuellen Mitgliederstatistik des Deutschen Olympischen Sportbundes liegt der Organisationsgrad in der Altersgruppe der über 60-Jährigen bei den Frauen bei 13 % und bei den Männern bei 26 %.³² Das Bild in der Vereinspraxis vermittelt allerdings einen anderen Eindruck. Hier sind es überwiegend die älteren Frauen, die insbesondere im Bereich der Breitensportlichen und gesundheitsorientierten Bewegungsangebote aktiv sind. Die Männer scheinen eher in den Fachsportarten und im Fitnessbereich aktiv zu sein. Bei der Betrachtung dieser Daten muss berücksichtigt werden, dass große Unterschiede in der Sport- und Bewegungsaktivität zwischen den 60- und 80-Jährigen bestehen. Insbesondere die Hochaltrigen sind wenig oder nicht aktiv. Eine differenziertere Datenlage für



den organisierten Sport ist nach der Umstellung der Bestandserhebung 2013 auf die Erfassung nach Geburtsjahrgängen zu erwarten. Unabhängig davon, ob sich der prozentuale Anteil der Aktiven bei den Älteren in Zukunft noch steigert, wird es in Zukunft durch den absoluten Zuwachs in der Altersgruppe eine größer werdende Zahl Älterer geben, die Sport treiben.

3.2 Ältere im Sport in NRW – rund eine Million Vereinsmitglieder sind über 50 Jahre

Die Mitgliederzahlen der Sportvereine in der Altersgruppe über 60 Jahre steigen seit Jahren kontinuierlich an und zwar überproportional zur Bevölkerungsentwicklung der über 60-Jährigen.³³ 2008 waren 26 % der Bevölkerung in NRW über 60 Jahre alt. Diese Gruppe wuchs in den Jahren 2000 bis 2007 um 6,2 % (von 4.198.212 auf 4.473.893). Im gleichen Zeitraum stieg die Anzahl der Vereinsmitglieder der über 60-Jährigen um 25 % (von 559.341 auf 749.098). Zählt man die jüngeren Älteren ab 50 Jahren hinzu, so waren 2008 rund eine Million über 50 Jahre alt. Dies entspricht 20 % der Mitglieder in den Vereinen des Landessportbundes NRW. Diese Zahlen bilden den Wandel in der Mitgliederstruktur der Vereine sehr deutlich ab und zeigen, dass der Zuwachs an älteren Mitgliedern nicht nur demografische Ursachen hat, sondern als echter Zuwachs sportaktiver Älterer zu verbuchen ist. Während der Organisationsgrad in der Altersgruppe 61 Jahre und älter 2001 noch bei 13,6 % lag, liegt dieser lt. Mitglieder-Statistik 2011 (Stand 01.01.2011) bei 17,7 %. Dies ist eine Steigerung von 4,1 %.

Mitglieder-Statistik 2011

Altersgruppe	Gesamt	Männlich	Weiblich
41-60 Jahre	1.350.343	827.576	522.767
61 Jahre und älter	818.382	477.700	340.682

Abb. 1: Mitglieder-Statistik 2011 Landessportbund NRW

Die Zuwachsrate in der Altersgruppe 61 Jahre und älter beträgt gegenüber dem Vorjahr 2,28 %. Das ist die höchste Zuwachsrate in der Statistik 2011. Nur in der Altersgruppe der 19-26-Jährigen wurden mit 1,80 % ebenfalls Zuwächse erreicht. In allen anderen Altersgruppen hingegen gingen die Mitgliederzahlen gegenüber dem Vorjahr zum Teil deutlich zurück.

²⁷ vgl. Landesinstitut für Gesundheit und Arbeit (Hrsg.) (2010): LIGA Focus 6. Alltagsnahe Bewegungsförderung 60+. Wissenschaftliche Grundlagen und Praxisimplikationen. Dokumentation der Regionalkonferenz „Bewegung im Alter“. Düsseldorf.

²⁸ vgl. ebd.

²⁹ Mensink, G.B. (2003) in: Landesinstitut für Gesundheit und Arbeit (Hrsg.) (2010): LIGA Focus 6 Alltagsnahe Bewegungsförderung 60+. Wissenschaftliche Grundlagen und Praxisimplikationen. Dokumentation der Regionalkonferenz „Bewegung im Alter“. Düsseldorf.

³⁰ Schlicht, Wolfgang/Brand, Ralf (2007): Körperliche Aktivität, Sport und Gesundheit – Eine interdisziplinäre Einführung. Weinheim und München: Juventa Verlag.

³¹ vgl. Robert Koch-Institut (Hrsg.): GEDA 2009, Kapitel 5.19 Sportliche Aktivität. Berlin.

³² Deutscher Olympischer Sportbund (Hrsg.) (2010) Bestandserhebung. Frankfurt/Main: Eigenverlag

³³ vgl. Bundesinstitut für Sportwissenschaft, Deutsche Sporthochschule Köln, Deutscher Olympischer Sportbund (Hrsg.) (2010): Breuer, Christoph/Wicker, P.: Sportentwicklungsbericht 2009/2010. Analyse zur Situation der Sportvereine in Deutschland: Sportvereine in Deutschland. Köln

Sportaktivität nach Sportart und Verbandszugehörigkeit

Bei der Analyse der Mitgliederzahlen der Sportfachverbände in der Altersgruppe 41-60 Jahre und über 60 Jahre ist festzustellen, dass die Mitgliederzahlen der Älteren je nach Sportart stark variieren. Einige Sportarten können in der Altersgruppe über 60 Jahre erheblich weniger Mitglieder binden als in der Altersgruppe 41-60 Jahre. Die mitgliederstärkste Sportart, der Fußball, verliert zum Beispiel im Übergang dieser Altersgruppen nahezu die Hälfte seiner Mitglieder, gegenüber den in der Altersgruppe 41-60 Jahre gemeldeten Mitgliedern. In der Sportart Turnen, der zweitstärksten Sportart nach Mitgliederzahlen, sind die Verluste im Übergang der Altersgruppe deutlich geringer. Andere Sportarten, wie z. B. Golf und der Kneipp-Verband, können ihre Mitgliederzahlen nahezu halten bzw. noch steigern.

Sportvereine sind gut beraten, zielgruppenorientierte Angebote zu unterbreiten

Hier wird deutlich, dass natürlich die Sportart selbst und ihre Eignung für Ältere einen erheblichen Einfluss auf die Mitgliederzahlen in den jeweiligen Verbänden haben. Dementsprechend sind Verbände und Vereine gut beraten, sich schon in den Altersgruppen 41-60 Jahre und über 60 Jahre darum zu bemühen, ihre Sportart altersgerecht aufzubereiten und den älter werdenden Vereinsmitgliedern Angebote zu machen, die zwar keinen direkten Sportartbezug mehr haben müssen, aber die weitere sportliche Aktivität und den Verbleib im Verein ermöglichen. Wegen der Gymnastiknähe und Gesundheits- und Wellnessorientierung vieler beliebter Sportarten der Frauen können diese ihr Sportengagement leichter aufrechterhalten. Für Männer ist es oftmals schwieriger, sich neu zu orientieren. Deswegen besteht hier beson-

derer Handlungsbedarf. Natürlich gibt es auch die sogenannten Lifetimesportarten (z. B. Schwimmen, Tennis, Golf, Radsport, Wassersportarten), die bis ins höhere und hohe Alter von Frauen und Männern betrieben werden können und hier durchaus ihre Berechtigung haben.

Anerkannte Vereine „Sport der Älteren“ im Landessportbund zeigen, wie es geht

Viele Sportvereine und Fachverbände verstehen ihr Angebot für Ältere häufig als Fortführung traditioneller Sportarten und haben altersadäquate Wettbewerbssysteme bzw. Vereinsangebote entwickelt. Dies ist für bestimmte Zielgruppen die richtige Strategie. Nach Empfehlung der Sportwissenschaft und Gerontologie kann es bei den Angeboten für Ältere aber nicht nur um die Fortführung von Sportarten mit „Alterstouch“ gehen, die sich an den unteren Leistungskriterien orientieren. Die vielfältigen Breitensportlichen und gesundheitsorientierten Angebote ohne direkten Sportartenbezug, wie auch moderne Bewegungsformen, finden ebenso Anklang bei den Älteren und sollten in die Angebotspalette der Vereine integriert werden. In der beim Landessportbund NRW geführten Datenbank Anerkannte Vereine „Sport der Älteren“ sind inzwischen über 890 Vereine mit einem differenzierten Sport- und Bewegungsangebot für Ältere in über 100 Angebotsbereichen gelistet. Hinzu kommen zahlreiche Angebote im Bereich der Prävention und Rehabilitation, die ebenfalls überwiegend von den älteren Jahrgängen frequentiert werden. Ein geringerer Teil der Älteren ist dagegen bis ins höhere Alter hinein noch im Wettkampf und Leistungssport aktiv und findet ebenso seine Berechtigung und Entsprechung im Angebot der Vereine.



3.3 Ältere sind Zielgruppe mit Zukunftsperspektive

Bewegungsangebote im Seniorenbereich bestanden lange Zeit überwiegend aus Stuhlgymnastik, Sitztanz und einfachen, meist gymnastischen Aktivitäten. Aber genauso, wie sich die ältere Generation verändert hat, haben sich auch die Angebote im „Sport der Älteren“ entwickelt – sie sind vielfältiger, abwechslungsreicher und moderner geworden. Und die Nachfrage der Älteren nach adäquaten sportlichen Aktivitäten ist hoch, denn eines ist unbestritten: Sport und Bewegung haben einen positiven Einfluss auf das gesunde Altern.

Trotz der statistischen Unterrepräsentanz der Älteren ist das Bild der älteren Sportler/innen beim Joggen oder Schwimmen, bei Gymnastik und Tanz inzwischen zur Selbstverständlichkeit und gesellschaftlichen Realität geworden. Die Attraktivität und Vielfalt der neuen Sportangebote und das veränderte Sportverständnis in unserer Gesellschaft tragen hierzu bei. Erfreulicherweise ist in den Vereinen eine wachsende Zahl Älterer zu verzeichnen, die aktiv Sport treiben wollen und sich in den Vereinen organisieren. Trotz dieser positiven Tendenzen darf jedoch nicht übersehen werden, dass die Arbeit in diesem Aufgabenbereich allein vor dem Hintergrund der Alterung der Gesellschaft intensiviert werden muss und weitere Bedarfe, insbesondere im Bereich der Sport- und Bewegungsräume und der Qualifizierung nach sich ziehen wird. Viele Vereine berichten, dass die Knappheit der Bewegungsräume und der Wasserflächen für Angebote im Segment „Ältere“ bereits heute einer der entscheidenden Faktoren für die Limitierung des Angebotes ist.

Sportvereine schaffen altersgerechte Bewegungs- und Sporträume

Die Schaffung attraktiver, bedarfsgerechter und insbesondere altersgerechter Sportstätten und Räume zählt zu den Querschnittsaufgaben, mit welchen der Landessportbund NRW die Umsetzung dieses Programms flankiert und stützt (Querschnittsaufgabe Sporträume). Der organisierte Sport übernimmt hier beratende Aufgaben im Bereich der Sportraumentwicklung. Dass diese zukünftig alters- und generationengerecht gestaltet werden müssen und auch hier das Anforderungsprofil der Zielgruppe „Ältere“ zu berücksichtigen ist, versteht sich von selbst. Gerade in den letzten Jahren sind Senioren-, Generationen- und Bewegungsspielplätze und -parcours entstanden, welche Jung und Alt zu mehr Bewegung animieren sollen. Ein spannendes Modell, das aber aus Sicht des Landessportbundes NRW bzgl. seiner Wirksamkeit und des Nutzungsverhaltens der angesprochenen Zielgruppen noch zu evaluieren sein wird.

Aufgabe der Sportvereine ist es mit Blick auf die Alterung der Gesellschaft, für die große Gruppe der Älteren angemessene und qualifizierte Angebote zu schaffen. Dazu ist es notwendig, sich mit der Zielgruppe der Älteren zu beschäftigen und ihre Motive zu kennen, die unterschiedlichen Bedürfnisse von Männern und Frauen zu erfassen (Querschnittsaufgabe Gender und Chancengleichheit), die Vielfalt der sportlichen und außersportlichen Angebote zu sondieren und geeignete, qualifizierte Übungsleiter/innen für die Angebote zu finden (Querschnittsaufgabe Qualifizierung).³⁴

³⁴ vgl. Landessportbund NRW (Hrsg.) (2008): Ideen und Hinweise zur Entwicklung von Angeboten für Ältere im Sportverein. Marketinginstrumente zur Vereinsentwicklung im Bereich Ältere im Sport/Sportverein. VIBSS-Infopapier. Duisburg: Eigenverlag.



Eine erweiterte Aufgabe für die Sportfachverbände

Für die Sportfachverbände stellt sich eine nicht minder anspruchsvolle Aufgabe. Sie sind gefordert, die Zielgruppe der noch in den Sportarten und im Wettkampfsystem aktiven älteren Sportler/innen altersgerecht zu betreuen und darüber hinaus geeignete fachsportartbezogene Inhalte und Angebote zu entwickeln, die den Interessen ihrer älteren Mitglieder entgegenkommen und einen Verbleib im fachsportlichen Bereich ermöglichen. Hier bieten sich z. B. Modifikationen der Sportarten und Regeländerungen für die Zielgruppe der älteren Sportler/innen an. Dies ist besonders für Einspartenvereine von großer Bedeutung, da ansonsten der „drop out“ der Ältern droht. Parallel oder alternativ können auch Vereine mit fachsportlicher Ausrichtung, Gruppen und Abteilungen für Ältere mit Breitensportlicher und gesundheitsorientierter Ausrichtung aufbauen und so die älteren Vereinsmitglieder binden und darüber hinaus neue Mitglieder in ihrem Einzugsbereich gewinnen. Vereinsentwicklung findet heute vielfach über die Zielgruppe „Ältere“ statt und hat schon in vielen Fällen zur Sicherung der Vereinsexistenz und einem neuen Angebotssegment im Einzugsbereich geführt.

Dies verdeutlicht, warum der Bereich „Zielgruppe Ältere – Förderung von Bewegung und Sport“ ein handlungsleitender Schwerpunkt im Programm „Bewegt älter werden in NRW“ ist. Im Rahmen dieses Schwerpunkts wird das zentrale Anliegen Breitensportorientierter Vereinsarbeit, nämlich „lebensbegleitendes Sporttreiben zu ermöglichen“, in den Fokus genommen.

Vor dem Hintergrund des Selbstverständnisses der Sportorganisation geht es aber nicht nur darum, für die ältere Generation qualifizierte, attraktive und zeitgemäße Bewegungs- und Sportangebote bereitzustellen, sondern der organisierte Sport hat gleichzeitig den Anspruch, für die ältere Generation als Bildungspartner zu fungieren. Die Bildungspotenziale des Sports wirken selbstverständlich auch in der älteren Generation und wie in jüngeren Zielgruppen auch, lassen sich über und durch Bewegung vielfältige Bildungsprozesse initiieren. Allein das Wissen über Alterungsvorgänge, die bewusste Einstellung auf diese Lebensphase und die Anpassung im alltäglichen Leben bringt persönlichen Gewinn. In der Gemeinschaft des Sportvereins und unter qualifizierter Anleitung kommt hier eine der bereits definierten Säulen der Breitensportorientierten Vereinsarbeit zum Tragen.

Die „individuelle Entwicklung und Förderung in allen Lebensphasen“ durch die Sportvereine kann allerdings nur gelingen, wenn qualifiziertes Personal zur Verfügung steht und darüber hinaus die vielfältigen Bildungspotenziale im Sport und die der kooperierenden Träger für die älteren Vereinsmitglieder erschlossen werden. Vor diesem Hintergrund ist der Bereich „Mitarbeiter gewinnen, Bildung und Qualifizierung“ der zweite Schwerpunkt des Programms „Bewegt älter werden in NRW“.



3.4 Sportaktivität und Engagement der Älteren schafft gesellschaftlichen Mehrwert

Bewegung, Sport und ehrenamtliches Engagement haben in der Gruppe der Älteren nicht nur für sie selbst eine hohe Bedeutung hinsichtlich ihrer eigenen Gesundheit und Lebensqualität, sondern die Partizipation der Älteren schafft auch für die Sportvereine und darüber hinaus auch für die Gesellschaft einen enormen Mehrwert. Zum Beispiel sind die intergenerativen Kontakte und Beziehungen, die im Sportverein wie in kaum einer anderen gesellschaftlichen Institution nahezu selbstverständlich gelebt werden, über den Sport hinaus von großer Bedeutung für den Zusammenhalt unserer Gesellschaft. Zudem profitieren der Sport und die Gesellschaft vom Erfahrungswissen und Engagement der Älteren, die dieses auch für die Arbeit in anderen Zielgruppenbereichen zur Verfügung stellen. Den Wert der gesundheitlichen Prävention und Kosteneinsparungen im Gesundheitswesen durch die Bewegungsaktivitäten der Älteren lässt sich nur schwer in konkreten Daten erfassen. Aus gesundheitsökonomischer Perspektive kommt regelmäßiger körperlicher Aktivität aber eine herausragende Bedeutung zu. Unabhängig von methodisch begründeten Unsicherheiten und Schätzungen wird heute davon ausgegangen, dass körperlich inaktive Lebensstile erhebliche direkte und indirekte Gesundheitskosten verursachen.³⁵

Vor diesem Hintergrund ist die Leistung der Sportvereine im Bereich der Bewegungsförderung der Älteren ein Indikator, aus dem sich auch der ökonomische Gewinn für die Gesellschaft ableiten lässt. Zudem sind Bewegung und Sport wichtige Faktoren für den sozialen Zusammenhalt, die Beziehungen der Generationen, die gesellschaftliche Partizipation und damit für ein gelingendes Leben im Alter.

Um dieses Potenzial und die Leistungen der Sportvereine im Segment „Ältere“ weiter auszubauen und zu fördern, werden die Aufgabenfelder „Generationenbeziehungen, Integration und Engagement“ als dritter Schwerpunkt im Programm „Bewegt älter werden in NRW“ bearbeitet. Zugleich bildet die Arbeit in diesem Schwerpunkt und das Bemühen, zu einem „gelingenden sozialen Miteinander beizutragen“, einen zentralen Inhalt breitensportorientierter Vereinsarbeit.

Um weitere Teile der älteren Bevölkerung zu mehr Bewegung zu motivieren, wird es zudem notwendig sein, alle Potenziale auszuschöpfen, die dazu dienen, die ältere Generation auch über Strukturen außerhalb des organisierten Sports zu erreichen. Insbesondere die Institutionen im Senioren-, Sozial- und Gesundheitsbereich, Interessensverbände und Arbeitgeber haben gute Zugänge zur älteren Generation. Für die vielfältigen Aufgaben, welche die Sportorganisationen und speziell die Vereine im kommunalen Umfeld übernehmen, ist es sinnvoll, sich mit diesen Institutionen und den Organisationen der Seniorenarbeit zu vernetzen und Ressourcen, Potenziale, Kompetenzen und Synergieeffekte zu nutzen. Hier können Bezüge, z. B. zu den kommunalen Fachbereichen (Soziales, Senioren, Integration, Gesundheit) den lokalen Seniorenbeiräten, zur Ärzteschaft und Gesundheitsinstitutionen, den karitativen und konfessionellen Organisationen, wie auch zur kommunalen Stadt- und Sportentwicklung, hergestellt werden.

Wegen der besonderen Bedeutung der Vernetzung des Sports im kommunalen Umfeld ist der Bereich „Kommunales Netzwerkmanagement, Kooperationen und Partnerschaften“ als vierter Schwerpunkt im Programm „Bewegt älter werden in NRW“ ausgewiesen. In diesem Schwerpunkt kommt gleichzeitig der vierte eingangs benannte zentrale Inhalt breitensportorientierter Vereinsarbeit „Gesellschaftliche Verantwortung übernehmen“ zum Tragen.

³⁵ vgl. Landesinstitut für Gesundheit und Arbeit (Hrsg.) (2010): LIGA Focus 6. Alltagsnahe Bewegungsförderung 60+. Wissenschaftliche Grundlagen und Praxisimplikationen. Dokumentation der Regionalkonferenz „Bewegung im Alter“. Düsseldorf.

4. Leitziele und Schwerpunkte des Programms

Die Sportorganisationen des Landes sind aufgefordert, zukunftsfähige Konzepte anhand der definierten Schwerpunktsetzungen zu entwickeln und sich mit ihrem Potenzial als Akteur und Mitgestalter einer neuen, generationen- und altengerechten Gesellschaft einzubringen.

Das Programm „Bewegt älter werden in NRW“ wird im Verbundsystem des Sports und unter Beteiligung von verschiedenen Partnerorganisationen unter folgenden Leitzielen umgesetzt:

Gesellschaftspolitisches Leitziel:

Regelmäßige körperliche Aktivität und Bewegung sind als Teil eines aktiven und gesunden Lebensstils im Bewusstsein der älteren Bevölkerung verankert. Ältere Menschen aller Altersgruppen, sozialer Schichten und verschiedener Herkunft haben Zugang zu den vielfältigen Angeboten der Sportvereine und nutzen diese für mehr Bewegung, Gesundheit und Lebensqualität im Alter.

Sportpolitisches Leitziel:

Die Sportvereine sind Anbieter qualitativ hochwertiger, bedarfsgerechter und zielgruppenorientierter Sport- und Bewegungsangebote für die Generation der Älteren. Sie fördern Bewegung und Sport, Gesundheit, Persönlichkeits-souveränität, Geselligkeit, den Kontakt der Generationen und das ehrenamtliche Engagement. Sie sichern persönliche Autonomie, Integration, Partizipation und Wertekultur in den Bezügen des Vereinslebens und sind aktive Mitgestalter unserer Gesellschaft.

Die Umsetzung des Programms erfolgt schrittweise im Rahmen eines systematischen Prozesses innerhalb des Verbundsystems des organisierten Sports. Dazu werden die bereits benannten vier einander ergänzenden Schwerpunkte festgelegt.

- I. Zielgruppe „Ältere“ – Förderung von Bewegung und Sport
- II. Mitarbeiter gewinnen, Bildung und Qualifizierung
- III. Generationenbeziehungen, Integration und Engagement
- IV. Kommunales Netzwerkmanagement, Kooperationen und Partnerschaften

Für jeden dieser Schwerpunkte sind der Sachstand, die Begründung, Ziele und Maßnahmen sowie Indikatoren bezüglich der Zielerreichung in den nachfolgenden Kapiteln beschrieben.

5. Begründung, Ziele und Maßnahmen der Schwerpunkte

5.1 Schwerpunkt I: Zielgruppe „Ältere“ – Förderung von Bewegung und Sport

5.1.1 Begründung und Sachstand

Bewegung und Sport sind heute aus wissenschaftlicher Sicht ein unverzichtbarer Bestandteil der gesunden Lebensführung und wichtig für eine gute Lebensqualität im Alter.

Sportliche Aktivitäten vermitteln zudem Spaß, mentale Stärke, persönlichen Gewinn, soziale Kontakte und Lebensfreude. Wer seine körperliche Leistungsfähigkeit schon in jüngeren Jahren trainiert und aktiv bleibt, baut Potenziale und Verhaltenssouveränität für spätere Jahre auf. Während es in Kindheit und Jugend darauf ankommt, die motorischen, körperlichen, emotionalen, geistigen und sozialen Kompetenzen zu entwickeln, geht es in der Lebensphase des Alters darum, die vorhandenen Fähigkeiten möglichst lange zu erhalten und einem vorzeitigen Abbau entgegenzuwirken. Dabei bleiben Sportmotive, die für Jüngere gelten, auch im höheren Lebensalter wirksam. Auch für Ältere sind Aspekte wie „körperlich in Form zu bleiben“, „etwas für die Figur zu tun“, „das Gewicht zu halten“ oder „leistungsfähig zu bleiben“ Motive zum Sporttreiben.

Das sagt die Wissenschaft

- Für 87 % der 55- bis 70-Jährigen zählt „körperlich und geistig fit zu bleiben“ zu den bedeutsamsten Lebensgütern.
- Für 77 % der Rentner/innen und Pensionärinnen und Pensionäre ist die Erhaltung der Gesundheit das wichtigste Motiv für das Sporttreiben.
- Körperliche Inaktivität ist einer der bedeutendsten beeinflussbaren gesundheitlichen Risikofaktoren.
- Bis zu ihrem 80. Lebensjahr verlieren die meisten Erwachsenen 20-40 % ihrer Muskelmasse – das sind ca. 13 kg.
- Aufgrund massiver Kraft- und Koordinationsverluste stürzen von den 65-Jährigen 30 % mindestens einmal pro Jahr. Bei den 80-Jährigen sind es bereits 50 %.³⁶

Die vielfach beschriebenen negativen Folgen von Bewegungsmangel können hingegen durch altersgerechtes Bewegungstraining verhindert bzw. im zeitlichen Lebensverlauf deutlich verzögert werden. Durch regelmäßiges und altersgerechtes Bewegungstraining werden Muskelkraft, Beweglichkeit und die Leistungsfähigkeit des Herz-Kreislaufsystems erhalten und die natürlichen altersbedingten Funktionsverluste verlangsamt. Bewegung hat außerdem wichtige Effekte für die psychische Verfassung und die persönliche Verhaltenssouveränität.

³⁶ Landessportbund NRW (Hrsg.) (2007): Vital gesund mobil – aktiv älter werden mit Bewegung. Mechling, Heinz/Brinkmann-Hurtig, Jutta. Duisburg: Eigenverlag.





Lohnende Bewegungseffekte bis ins hohe Alter

Wichtig zu wissen ist aber auch, dass jedes Training, auch im hohen Alter und auch bei Ungeübten, noch Effekte erzielt. Die Anpassungsfähigkeit des Organismus bleibt bis ins hohe Alter bestehen, allerdings wird erwartungsgemäß nicht mehr das Leistungsniveau der früheren Jahre erreicht. Sehr wohl kann aber ein 60-jähriger trainierter Mensch die physiologisch gleiche Leistungsfähigkeit wie ein 40-jähriger Untrainierter haben. Beweglich und noch „gut zu Fuß“ zu sein, ist zudem eine wesentliche Voraussetzung für gesellschaftliche Partizipation. „Bewegungstraining im höheren Alter hat nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen auch günstige Effekte auf die Leistungsfähigkeit des Gehirns. Das Gehirn ist lebenslang formbar und bildet permanent neue Nervenzellen und Synapsen – allerdings nur, wenn es gefordert wird. Untersuchungen belegen eindeutig, dass die kognitive Leistungsfähigkeit bei bewegungsaktiven Ruheständlern und älteren Berufstätigen deutlich höher ist als bei bewegungsinaktiven Älteren. Wer mehr als dreimal die Woche Sport treibt, verringert zudem sein Risiko, an Demenz zu erkranken“.³⁷

Wissenschaftlich bestätigt

- Der Mensch und seine Organe bleiben bis ins hohe Alter entwicklungsfähig, formbar und trainierbar.
- Auch die psychische Verfassung, z. B. Verhalten und Erleben, das Wohlbefinden oder auch die Stressresistenz sind durch Bewegungstraining beeinflussbar.
- Gesundheit und Wohlbefinden im Alter hängen eng mit regelmäßiger und ausreichender Bewegung zusammen.
- Wohldosierter Sport erhöht die Lebenserwartung. Ein zusätzlicher Energieverbrauch von 500-2.000 kcal pro Woche führt bereits zum Absinken des Sterblichkeitsrisikos um 28 % bei über 60-Jährigen (60-69 Jahre) und um 37 % bei über 70-Jährigen (70-84 Jahre).³⁸

Diese Erkenntnisse sind von weitreichender Bedeutung, nicht nur für die Bewegungsbetreuung hochaltriger Menschen und die Prävention gesundheitlicher Gefährdungen, wie z. B. der Demenzerkrankungen oder dem Sturzrisiko, sondern auch für die frühzeitige Prävention. Stehen gesundheitliche Ressourcen, körperliche und geistige Funktionen hingegen nur noch eingeschränkt oder nicht mehr zur Verfügung, bedeutet dies oftmals einen hohen Verlust an Lebensqualität. Dies ist nicht nur für Betroffene und Angehörige, sondern auch unter ethischen und ökonomischen Aspekten für die Gesellschaft belastend.

³⁷ Landessportbund NRW (Hrsg.) (2010) Allmer, Henning. in: „Dokumentation Fachtagung 2010“. Duisburg: Eigenverlag.

³⁸ Landessportbund NRW (Hrsg.) (2007): Vital, gesund, mobil – aktiv älter werden mit Bewegung. Mechling, Heinz/ Brinkmann-Hurtig, Jutta. Duisburg: Eigenverlag.

Sportvereine verstehen sich als Akteure der Gesundheitsförderung und Seniorenarbeit

Die Bewegungsförderung in der Zielgruppe der Älteren ist deshalb sowohl für die älteren Menschen selbst wie auch für die Gesellschaft auf allen Ebenen sportlicher Betätigungsfelder und für die gesamte Lebensphase Alter von hoher Bedeutung. Die Sportvereine und das Verbundsystem des Sports können sich vor diesem Hintergrund zu Recht als Akteur in der Gesundheitsförderung und der Seniorenarbeit verstehen und werden zunehmend auch als solche anerkannt.

Ältere Frauen und Männer zu mehr Bewegung und Sport zu motivieren und sie möglichst lebenslang im Sportverein in ihrer Aktivität zu begleiten, ist eine sehr komplexe Aufgabe für die Sportvereine. Es geht aber nicht nur darum, ältere Menschen in einer Sportart oder in Bewegungsgruppen zu betreuen, sondern es müssen auch angemessene und an moderne Standards orientierte Rahmenbedingungen dafür geschaffen werden. Diese komplexe Aufgabe können Sportvereine in der Regel nicht allein bewältigen, hierfür bedarf es umfassender und serviceorientierter Unterstützungsleistungen durch das Verbundsystem des organisierten Sports und seiner Partner.

Initiativen und Kampagnen zur Bewegungsförderung

Zur Steigerung der Bewegungsaktivität hat es im organisierten Sport und auch in der Gesundheitsförderung in den letzten Jahren vielfältige Initiativen, Projekte, und Kampagnen gegeben, die alle das Ziel der Bewusstseinsbildung und der Bewegungsförderung der Älteren verfolgten. Dazu gehörten u. a. die „Kampagne 2000 – Aktiv und bewegt älter werden in NRW“ (2000-2005) und das Folgeprogramm Initiative „Zukunft gestalten – aktiv und gesund älter werden in NRW“ (2006-2010) des Landessportbundes und der Landesregierung NRW. Der Deutsche Olympische Sportbund hat mit dem Programm „Richtig fit ab 50“ (2003-2006) und dem vom Bundesministerium für „Familie, Senioren, Frauen und Jugend“ geförderten Projekt „Bewegungsnetzwerk 50plus“ (2009-2011) weitere Grundlagen und Modelle für die Arbeit der Sportverbände und Sportvereine erarbeitet. Über die Initiative „In Form – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung“ des Bundesministeriums für Gesundheit und verschiedener Landesinstitute in NRW, dem Zentrum für Bewegungsförderung des Landesinstitutes für Gesundheit und Arbeit, wurden insbesondere für Multiplikatorinnen und Multiplikatoren im Gesundheitswesen und

Sport wissenschaftliche Daten und Empfehlungen zur alltagsnahen Bewegungsförderung aufbereitet. Zahlreiche Studien zur Bewegungsaktivität und Interventionen auf wissenschaftlicher Seite lieferten hierfür die Grundlagen.

Sportvereine halten viele erfolgreiche Modelle vor

Neben diesen begrüßenswerten Initiativen ist es aber für die Umsetzung entscheidend, dass die Anbieter im Sport die Zielgruppe der Älteren mit ihren Angeboten auch tatsächlich erreichen und bewegungsinteressierte Ältere ein für sie passendes Angebot finden. Das dies gelingen kann, belegen viele erfolgreiche Modelle in den Sportvereinen, die Ältere in speziellen Gruppen, Abteilungen, reinen Seniorensportvereinen, in Kursangeboten und im Bereich der Prävention und in der Rehabilitation betreuen. Ein deutlicher Trend geht zu Fitnessanlagen in Sportvereinen, die gerade in den letzten Jahren immer mehr Ältere binden konnten. Aber auch in den Fachsportarten und im Leistungssport finden Ältere Angebote, die sie ansprechen. Dennoch, ein großer Nachholbedarf bleibt – nämlich die Bewegungsförderung auch an die Gruppe der bislang wenig bzw. inaktiven Älteren heranzutragen. Dies erfordert Bewusstseinsbildung auf allen Ebenen und gezielte Informationsarbeit. Dies allein wird aber aufgrund vorliegender Erfahrungen nicht ausreichen.

Welche neuen Ansätze hier gefunden werden und welche Modelle tragen, wird im Rahmen einer Recherche zu vorliegenden Interventionen und entsprechender Projekt- und Modellarbeit erschlossen.

Sportvereine schärfen ihr Profil für Ältere

Für den organisierten Sport bedeutet dies auch, dass ein einzelner Verein nicht alle Facetten der sportlichen Möglichkeiten für Ältere abbilden kann, sondern in den meisten Vereinen wird eine bewusste Profilbildung des Vereins hinsichtlich der Sportangebote für Ältere notwendig sein. Der Landessportbund hat bereits im Jahr 2008 mit seinen „VIBSS Infopapieren“ und entsprechenden Vereinsentwicklungsberatungen Marketinginstrumente und Unterstützungsleistungen zur Vereinsentwicklung im Bereich „Ältere im Sport/Sportverein“ zur Verfügung gestellt, die jetzt im Rahmen des Programms „Bewegt älter werden in NRW“ ausdifferenziert und flächendeckend eingesetzt werden.³⁹

³⁹ Landessportbund NRW (Hrsg.) (2008): Ideen und Hinweise zur Entwicklung von Angeboten für Ältere im Sportverein. Marketinginstrumente zur Vereinsentwicklung im Bereich Ältere im Sport/Sportverein. VIBSS-Infopapier. Duisburg: Eigenverlag.

Der Landessportbund NRW ist im Rahmen der Landes- und Bundesinitiative „Sturzprävention“ an der Entwicklung neuer Angebotskonzepte und Strategien zur landes- und bundesweiten Umsetzung von sturzpräventiven Angeboten beteiligt und setzt sich für die Implementierung im organisierten Sport ein. Mit der Entwicklung einer Fortbildungskonzeption für Übungsleiter/innen und eines Positionspapiers zur „Sturzprävention“ sind hier die Grundlagen gelegt. Die sehr positiven Erfahrungen in der Umsetzung auf der Vereinesebene, die im Wesentlichen durch die Turnerbünde (RTB und WTB) und dem Behindertensportverband NRW gemacht wurden, ermutigen zur weiteren Umsetzung im organisierten Sport und belegen die Kompetenz der Sportvereine in diesem Handlungsfeld. Gleiches wird für den Bereich „Sport und Demenz“ und weiteren auf die Gruppe der Hochaltrigen bezogenen Angebotskonzepten für die Sportvereine angestrebt. Mit dem zunehmenden Wissen über die positiven Effekte der Bewegung und ihrer gesundheitlichen Bedeutung steigt auch die Motivation der Älteren für mehr Bewegung und Sport. Sportvereine haben durch die steigende Nachfrage nicht nur die Chance, neue Kunden im Segment Ältere an den Verein zu binden. Durch entsprechend differenzierte Angebote für die älteren Mitglieder im Verein sichern sie gleichzeitig deren dauerhafte Bindung.

Wie aber kann es gelingen, mehr Ältere zu Bewegung und Sport zu motivieren und darüber hinaus auch noch sozial benachteiligte und schwer erreichbare Zielgruppen zu erreichen? Um diese Frage zu bearbeiten muss zunächst geklärt werden, auf welche Zielgruppen sich der organisierte Sport und die Sportvereine beziehen.

Empfehlungen für die Bewerbung von Angeboten

Die eingangs dargestellten generellen Schwierigkeiten der Definition, wer zur älteren Generation gezählt wird und wie sich die Älteren selbst einschätzen, spiegeln sich natürlich auch in den Ansätzen und Definitionen des organisierten Sports wieder. In den Programmen des Landessportbundes NRW und auch des Deutschen Olympischen Sportbundes wurden in den zurückliegenden Jahren bereits Menschen ab 50 Jahren zur Zielgruppe hinzugerechnet. Neuere Empfehlungen aus dem Bereich der Wissenschaft zeigen allerdings eine neue Tendenz auf. Hier wird die Empfehlung ausgesprochen, Angebote für Ältere eher ab dem 60./65. Lebensjahr anzusiedeln und für diese Zielgruppe auszurichten.⁴⁰ Empfohlen wird auch, dass in der Bewerbung der Angebote nicht das kalendrische Alter oder Altersbezeichnungen, sondern die eigentlichen Aktivitäten und das Angebot in den Fokus gerückt werden.

Mit Blick auf die biologischen Alterungsprozesse scheint es für den organisierten Sport aber dennoch sinnvoll, sich mit seinen Angeboten schon an Menschen in der Altersgruppe ab 50 Jahre zu richten. In dieser Altersphase werden die Anzeichen der Alterung schon deutlicher wahrgenommen, als im noch jüngeren Lebensalter. Auch wenn Menschen ab 50 und älter keineswegs als „Ältere“ angesprochen werden möchten und auch nicht unter dieser Begrifflichkeit beworben werden sollten, ist diese Lebensphase für viele mit Neuorientierung und Umbrüchen im Leben verbunden, die ggf. auch den Wiedereinstieg in sportliche Aktivitäten oder eine Neu- und Umorientierung in der Sportaktivität nach sich ziehen. Zudem wird in diesem Alter die Ausübung einiger Sportarten schwieriger, hingegen erleben andere Sportarten gerade in dieser Altersgruppe wieder steigendes Interesse. Hier bietet sich den Sportvereinen und den Fachsportarten die Chance, neue Mitglieder zu gewinnen.

⁴⁰ vgl. Deutscher Olympischer Sportbund (Hrsg.) (2011). Tagungsunterlagen und Diskussionsrunde: DOSB-Fachforum „Sport der Älteren“. Bingen (unveröffentlicht).

⁴¹ vgl. Circel, Michael/Hilbert, Josef/Schalk, Christa (2004): Produkte und Dienstleistungen für mehr Lebensqualität im Alter. Expertise. Institut Arbeit und Technik (Hrsg.) Gelsenkirchen. Eigenverlag.

Sportvereine orientieren sich bei der Ansprache an Lebenslagen und Sportinteresse

Für die zukünftige Arbeit im Schwerpunkt „Zielgruppe Ältere – Förderung von Bewegung und Sport“ muss dies bedeuten, dass sich der Sport in der Ansprache der Zielgruppe „Ältere“ noch viel stärker an den jeweiligen, sehr differenten Lebenslagen und Sportinteressen der Zielgruppe(n) orientiert und sorgfältig differenzierte Kundengruppen innerhalb der Gesamtzielgruppe beschreibt.⁴¹

Während noch in den 80er- und 90er-Jahren überwiegend eigene Sportgruppen für Ältere aufgebaut wurden, differenziert sich das Angebot immer weiter aus und die älteren Vereinsmitglieder und Kursteilnehmer/innen nutzen heute zahlreiche Angebote im Bereich des Breitensports und des gesundheitsorientierten Sports, die auch von jüngeren Vereinsmitgliedern besucht werden. Dies ist einerseits begrüßenswert, weil intergenerative Kontakte gefördert werden und die Älteren von der Vielfalt des Angebotes profitieren können. Dies ist aber hinsichtlich der Differenzierung und der Belastungssteuerung in den Übungsstunden umso anspruchsvoller. Die Arbeit mit Älteren wird von vielen Übungsleiterinnen und Übungsleitern als attraktive Aufgabe beschrieben. Sie berichten auch über steigende Erwartungen und Ansprüche ihrer älteren Gruppenmitglieder an die sportpraktische Betreuung, die Stundeninhalte und Rahmenbedingungen. Die Vereine stehen heute vor der schwierigen Frage, wie sie ein für alle Zielgruppen- und Interessensbereiche attraktives Angebot schaffen können. Dies wird in der Regel nur über eine entsprechende Profilbildung gelingen können.

Sportvereine erhalten Beratungs- und Qualifizierungsangebote

Hierfür werden den Sportvereinen im Bereich des Vereinsmanagements entsprechende Beratungs- und Qualifizierungsangebote angeboten. Außerdem wird eine Datenbank aufgebaut, welche Best-Practice-Modelle erfasst und über Online-technologie für alle interessierten Sportvereine aufbereitet und nutzbar macht. Die Ansprache der Älteren durch die Sportvereine ist auch deshalb nicht leicht, weil viele Ältere nicht mehr über institutionelle Zugänge erreicht werden können und die Bereitschaft zur Bewegung im höheren Lebensalter im Vergleich zu jüngeren Zielgruppen aus verschiedenen und nachvollziehbaren Gründen deutlich niedriger ist. Strategisch muss der organisierte Sport daher mit Blick auf die Zielgruppe der Älteren andere Wege gehen als es beispielsweise im Kinder-, Jugend- oder Erwachsenenbereich sinnvoll ist. Kinder und Jugendliche sind gut über Kita, Schule, Sportverein und Familie zu erreichen und ihre Motivation zur Bewegung ist in der Regel hoch. Die Struktur der Sportvereine bietet in der Regel für den Kinder- und Jugendsport wie auch für den Erwachsenenbereich eine Fülle von Angeboten im Breiten-, Wettkampf- und Leistungssport. Für die Zielgruppe der Älteren hingegen gibt es längst noch nicht flächendeckend ein vergleichbar ausdifferenziertes Angebot – und das obwohl die Älteren (ab ca. 50 Jahren) schon heute 20 % in der Mitgliederstatistik des Landessportbundes NRW ausmachen. Das Interesse der Älteren an Bewegung und Sport ist grundsätzlich hoch. Vor allem die Älteren mit aktiver Sportbiografie wollen auch im Alter aktiv sein. Trotzdem gibt es immer noch viele Barrieren, besonders für sportungewohnte Ältere:

- Viele ältere Menschen haben großes Interesse an Bewegung und würden sich auch gerne einer Sportgruppe anschließen. Oft bestehen aber Hemmungen und/oder Barrieren, die verhindern, dass sie ihr Vorhaben in die Tat umsetzen.

- Häufig fehlt es im nahen Wohnumfeld an geeigneten Angeboten.
- Ältere haben oft Angst, nicht mithalten zu können und nicht „sportlich“ genug zu sein. Vielfach fühlen sie sich zu alt für eine neue sportliche Betätigung: „Sport ist nur was für junge Leute“.
- Sie haben sich seit langer Zeit nicht mehr sportlich betätigt und meinen, jetzt sei es zu spät, um wieder damit zu beginnen.
- Sie kennen niemanden, mit dem sie sportlich aktiv werden können und alleine macht es ihnen keinen Spaß.
- Häufig ist es schwer, in schon bestehenden Gruppen Anschluss zu finden.
- Die Älteren wissen nicht, welches Bewegungs- und Sportangebot für sie geeignet ist und/oder ihnen Freude bereitet.
- Eine Teilnahme an einer Sportgruppe ist oft mit einer festen Vereinsmitgliedschaft verbunden.⁴²

Für viele Sportvereine ist es zudem nicht leicht, unter den teilweise unzureichenden Rahmenbedingungen, die u. a. durch Sporthallen mit Sanierungsstau, fehlende Kapazitäten im Bäderbereich, unattraktive Übungszeiten und Bewegungsräume gekennzeichnet sind, neue Angebote für die Zielgruppe der Älteren einzurichten. Hier ist Entwicklung und Innovation gefordert.

Die Strukturen im organisierten Sport greifen

Im Vergleich zu anderen Anbietern kann es dem organisierten Sport mit seinem flächendeckenden Netz von fast 20.000 Sportvereinen in NRW, seinem differenzierten Qualifizierungssystem und seiner Struktur am ehesten gelingen, noch

mehr ältere Menschen für mehr Bewegung und Sport zu begeistern und sie zum lebenslangen Bewegungstraining zu motivieren. Ein besonderer Schwerpunkt muss hierbei auf die sogenannten defizitären Gruppen innerhalb der Gesamtzielgruppe gelegt werden – also diejenigen, die bislang wenig Bezug zur Bewegung hatten, die gesundheitlich nicht mehr ganz so fit sind und diejenigen, die wegen kultureller oder sozialer Hintergründe bislang keinen Zugang gefunden haben.

Angebote für Ältere, bei denen gesundheitliche Aspekte im Vordergrund stehen, die gesellige und kommunikative Aspekte berücksichtigen und die Freude an der individuellen Bewegung fördern, können den Zugang zu sportlicher Aktivität (wieder) erleichtern. Solche Angebote können vom Verein organisierte einmalige Aktionen wie Schnuppernachmittage, Mitmach-Angebote am „Tag der offenen Tür“, Aktionstage und Tagesveranstaltungen oder auch dauerhafte und regelmäßige Angebote in Form von Kursen, Bewegungstreffs, Kooperationsveranstaltungen mit anderen Trägern etc. sein. In NRW gibt es neben den Angeboten für Ältere in Mehrspartenvereinen auch eine ganze Reihe von Vereinen, die sich mit ihrem Angebot speziell an Ältere ab 60 Jahre richten. Hier finden die Mitglieder ein sehr differenziertes Angebot, das viele Wünsche abdeckt. Wie wichtig die bedürfnisgerechte Auswahl der Angebote ist, dokumentieren auch die hohen Mitgliederzahlen der reinen Seniorensportvereine (z. B. Vereine „Sport für betagte Bürger“), die nicht selten weit über 1.000 Mitglieder haben. Ein anderes gutes Beispiel für attraktive Angebote ist die wachsende Mitgliederzahl Älterer in vereinseigenen Fitnessanlagen.



Es müssen also Bewegungsangebote für Ältere geschaffen werden, welche möglichst niedrige Barrieren haben und Zugänge erleichtern, um in der Bewegungsförderung für Ältere erfolgreich zu sein. Gleich, wie die Zielgruppe „Ältere“ letztendlich definiert wird und welche Konzepte und Inhalte zum Tragen kommen – Ziel muss es sein, dass Bewegung und Sport auch für die ältere Generation zu einem lebenslangen und selbstverständlichen Inhalt der Lebensführung werden. Mit Bewegung und Sport kann man in jedem Lebensalter beginnen, es ist dafür nie zu spät und jede Aktivität hat Effekte.

Zusammenfassend sind folgende Erkenntnisse für die Zieldefinition wesentlich:

- Bewegung und Sport sind unverzichtbarer Bestandteil einer gesunden Lebensführung im höheren Lebensalter.
- Die Bewegungsförderung für Ältere ist Gesundheitsförderung und Seniorenarbeit im Sport!
- Sportvereine brauchen neue strukturelle Rahmenbedingungen für die Bewegungsförderung der Älteren.
- Für die Bewegungsförderung der Älteren brauchen Vereine ein entsprechendes Angebotsprofil.
- Die Zielgruppendifferenzierung im Sport bleibt schwierig. Nicht das kalendarische Alter ist für die Bewerbung der Angebote entscheidend, sondern das Angebot selbst sollte in den Fokus gerückt werden.
- Sportvereine brauchen für die Bewegungsförderung der Älteren eine neue Marketingstrategie.
- Die Bewegungsförderung in der Zielgruppe „Ältere“ ist ein Instrument zur Mitgliederbindung.

5.1.2 Ziele

Gesellschaftspolitisches Ziel

Der organisierte Sport fördert mit einem neuen, umfassenden und zeitgemäßen Angebot zielgerichtet Bewegung und Sport für die ältere Generation. Damit übernimmt er gesellschaftliche Verantwortung und leistet einen wertvollen Beitrag zur primären Gesundheitsförderung, aktiven Lebensführung und für mehr Lebensqualität im Alter.

Teilziele

- Die ältere Generation ist über die zentrale Bedeutung von Bewegung und Sport für ein gesundes und aktives Altern bis ins hohe Alter informiert.
- Die Akzeptanz sportlicher Bewegungsprogramme in der älteren Generation ist deutlich erhöht und die Älteren haben Kenntnis über die Angebote der Sportvereine.
- Sportvereine sind die erste Adresse für die Bewegungsförderung und sportliche Betreuung der älteren Generation. Die Angebote sind bedarfs- und interessengerecht und orientieren sich an wissenschaftlichen Erkenntnissen, evaluierten Programmen und bewährten Praxisinhalten.
- Die unterschiedlichen Bedürfnisse und Sportbiografien von Frauen und Männern werden adäquat in den Programmen und Angeboten der Sportvereine berücksichtigt. Dies bildet sich auch in einer Stabilisierung und Steigerung der Mitgliederzahlen in den Sportvereinen ab.

⁴² Landessportbund NRW (Hrsg.) (2008): Ideen und Hinweise zur Entwicklung von Angeboten für Ältere im Sportverein. Marketinginstrumente zur Vereinsentwicklung im Bereich Ältere im Sport/Sportverein. VIBSS-Infopapier. Duisburg: Eigenverlag.



- Ältere Menschen nutzen die Angebote der Sportvereine zum aktiven Bewegungs- und Sporttraining, zur Freizeitgestaltung, für ihre soziale Partizipation, für individuelle Bildungsprozesse hinsichtlich ihrer Gesundheit und des erfolgreichen Alterns sowie der Unterstützung in der Lebensführung.
- Alltagsnahe Bewegung und lebenslanges Bewegungstraining wird von der älteren Generation bewusst bis ins hohe Alter in den Lebensalltag integriert.

Im Segment „Ältere“ liegt für die Sportvereine enormes Entwicklungspotenzial und diejenigen, die sich hier engagieren, erfüllen damit gleichzeitig eine gesellschaftlich wichtige Aufgabe. Aus dieser Erkenntnis ist folgendes Ziel abgeleitet.

Sportpolitisches Ziel

Das Verbundsystem des Sports setzt sich mit allen verfügbaren Ressourcen und Kompetenzen zur Förderung von Bewegung und Sport der Älteren ein. Das Verbundsystem verfügt über zeitgemäße Konzepte, Strategien und Methoden in der Sport- und Bewegungspraxis sowie über Marketinginstrumente zur Erreichung der Zielgruppe. Das Verbundsystem ermöglicht und fördert das lebensbegleitende Sport- und Bewegungstraining der älteren Generation bis ins hohe Alter.

Teilziele

- Das Verbundsystem hat einen Überblick über statistische Daten der Bewegungs- und Sportaktivität der älteren Generation in den jeweiligen Kontexten (Verein, Verband, Land) und nutzt diese für die gezielte Planung und Weiterentwicklung seiner Angebote.
- Das Verbundsystem initiiert wissenschaftliche Erhebungen und Studien für den Bereich Ältere.
- Das Verbundsystem entwickelt mit wissenschaftlicher Unterstützung neue Programmangebote (analog Modell „Fit für 100“) und implementiert diese in die Vereinslandschaft (z. B. Gerätezirkel).
- Das Verbundsystem sichert einen Transfer von Models of Best Practice.
- Der Landessportbund und seine Mitgliedsorganisation des organisierten Sports haben jeweils eine Person als „Beauftragte/n für Ältere“ berufen.
- Sportvereine haben sich ein zielgruppenorientiertes Profil gegeben, eine/einen „Beauftragte/n für diese Zielgruppe“ in ihren Gremien verankert und sich als altersgerechter Lebensort etabliert.
- Sportvereine führen qualifizierte, bedarfsgerechte und zielgruppenorientierte Sport- und Bewegungsangebote für Seniorinnen und Senioren bis ins hohe Alter durch und sind qualifizierte Anbieter für eine aktive Freizeitgestaltung.
- Das Verbundsystem des Sports unterstützt Sportvereine dabei, Barrieren abzubauen, Zugänge zu erleichtern und neue Zielgruppen im Segment Ältere zu erreichen.
- Den Sportvereinen stehen geeignete, ausreichende, wohnortnahe und modern ausgestattete Bewegungsräume und Sportstätten für die sportliche Betreuung der älteren Generation zur Verfügung. Dies betrifft insbesondere Wasserflächen und Zeiten, aber auch Bewegungsgelegenheiten im Freien, welche im Zusammenhang mit der kommunalen Netzwerkarbeit und Stadtentwicklung für die ältere Generation erschlossen sind.
- Das Verbundsystem des Sports und die Sportvereine nutzen für die Bewegungsförderung der älteren Generation und die Bewerbung der Angebote moderne Informations-technologien, Medien und Marketingstrategien. Traditionell bewährte Formen der Ansprache und Mitgliedergewinnung werden dabei jedoch nicht vernachlässigt.

5.1.3 Maßnahmen

Die Maßnahmen des Schwerpunktes werden im Verbundsystem des organisierten Sports umgesetzt. Der Landessportbund NRW, die Stadt- und Kreissportbünde mit ihren Stadt- und Gemeindesportverbänden, die Fachverbände und die Sportvereine tragen durch spezifische Maßnahmen zur Zielerreichung bei.

Der Landessportbund Nordrhein-Westfalen

- vertritt die Interessen der älteren Sportler/innen und der Partner im Verbundsystem des Sports und gegenüber der Politik und anderen gesellschaftlichen Akteuren.
- recherchiert, erhebt und analysiert regelmäßig die Datenlage zur Sport- und Bewegungsaktivität der älteren Generation innerhalb des organisierten Sports (Mitgliedschaften, Entwicklungsdaten, Aktivitätsstatus, Sportartenbereiche und Bewegungsformen).
- recherchiert und analysiert die Datenlage zur Sportaktivität der älteren Bevölkerung in NRW in Bezug auf die Entwicklungspotenziale für den organisierten Sport.
- wirkt darauf hin, dass die Verantwortlichen in Sport, Politik und Gesellschaft die Bedeutung von Bewegung und Sport für die Lebensqualität im Alter erkennen und aktiv fördern.
- initiiert Maßnahmen zur Bewusstseinsbildung, z. B. über Kongresse, Fachtagungen, Medien.
- legt ein neues Förderprogramm zur Förderung von Bewegung und Sport in der Zielgruppe der Älteren auf.
- wirbt aktiv um Partnerschaften im Bereich der Bewusstseinsbildung und des Changemanagements in Bezug auf das Bewegungs- und Sportverhalten der Älteren.
- baut themenbezogene Netzwerke zur Bewegungsförderung der Älteren im Verbundsystem Sport auf.
- geht Partnerschaften und Kooperationen ein und arbeitet in Netzwerken.
- bringt sich seinerseits aktiv in relevante Maßnahmen zur Bewegungsförderung der älteren Generation ein.
- vermittelt ein positives Image einer sportlich aktiven älteren Generation.
- initiiert und steuert landesweite Öffentlichkeitskampagnen für den Bereich Ältere im Sport.
- kommuniziert die Angebotsvielfalt und Produktqualität der Sport- und Bewegungsangebote für Ältere in den Sportvereinen.
- entwickelt ein neues Label/Qualitätssiegel für die Angebote in den Sportvereinen.
- stellt neue Informationsmedien für die ältere Generation zum Thema „Bewegung und Sport“ zur Verfügung.
- leitet Kampagnen und Maßnahmen zur Aktivierung Älterer in den Sportvereinen ein.
- entwickelt eine professionelle Marketingstrategie zur Ansprache und Bindung der Zielgruppen im Bereich Ältere.
- nutzt die im Landessportbund vorhandene Datenbank Anerkannte Vereine „Sport der Älteren“.
- nutzt moderne Informationstechnologien und baut eine Online-Plattform/Angebots-Datenbank für den Bereich Ältere auf.
- stellt Medienpakete und Materialien für die Sportvereine und Partner im Verbundsystem zur Verfügung.
- unterstützt die Partner im Verbundsystem bei der Erarbeitung einer differenzierten Zielgruppenanalyse und Maßnahmenplanung.
- identifiziert gemeinsam mit den Partnern problematische Ausgangslagen und schwer zu erreichende Zielgruppen und erarbeitet neue Konzepte und Modelle zur Ansprache.
- entwickelt und erprobt gemeinsam mit wissenschaftlichen Einrichtungen neue fachsportartübergreifende und zielgruppenbezogene Angebotskonzepte und Bewegungsprogramme für die Vereinsebene.

- recherchiert und vermittelt den Transfer neuer wissenschaftlicher Erkenntnisse für die Sportpraxis und Angebotsentwicklung (z. B. im Bereich Sturzprävention und Demenz).
- bringt sich in landesweite Ausschüsse zum Thema ein.
- begleitet die Arbeit im Schwerpunkt durch eine für das Programm „Bewegt älter werden in NRW“ beauftragte Person und sichert deren Unterstützung durch geeignete Strukturen ab (z. B. Team, Ausschuss, Beirat, Kommission, Steuerungsgruppe).

Die Stadt-/Kreissportbünde und Fachverbände

- nutzen die bereitgestellte Datenlage zur Sport- und Bewegungsaktivität der älteren Generation innerhalb des organisierten Sports (Mitgliedschaften, Entwicklungsdaten, Aktivitätsstatus, Sportartenbereiche und Bewegungsformen) und ergänzen diese um regionale bzw. verbandsbezogene Daten.
- analysieren die Bevölkerungsstruktur auf kommunaler Ebene und entwickeln eine Strategie zur Bewegungsförderung in der Zielgruppe der Älteren.
- analysieren die verbandsrelevanten Daten in Bezug auf die Bewegungsförderung der Älteren.
- wirken darauf hin, dass die Verantwortlichen in ihrem kommunalen Umfeld bzw. Verband die Bedeutung von Bewegung und Sport für die Lebensqualität im Alter erkennen und aktiv fördern.
- nutzen das neue Förderprogramm zur „Förderung von Bewegung und Sport in der Zielgruppe der Älteren“.
- werben aktiv um Partnerschaften im Changemanagement in Bezug auf das Bewegungs- und Sportverhalten der Älteren.
- führen Maßnahmen zur Bewusstseinsbildung durch, z. B. Fachforen, Fachtagungen, Fortbildungen.
- koordinieren VIBSS-Seminare zum Thema „Bewegt älter werden in NRW“.
- führen Zukunftswerkstätten für die Sportvereine durch.
- vermitteln ein positives Image einer sportlich aktiven älteren Generation.
- kommunizieren die Angebotsvielfalt und Produktqualität der Bewegungsangebote für Ältere in den Sportvereinen.
- initiieren relevante Maßnahmen zur Bewegungsförderung der älteren Generation (Aktionstage, Aktionswochen, Kampagnen).
- unterstützen die Kampagnen und Maßnahmen des Landessportbundes zur Bewegungsförderung und Aktivierung Älterer.
- vertreten die Interessen der älteren Sportler/innen in ihrem Bund/Verband gegenüber der Politik und anderen gesellschaftlichen Akteuren.
- identifizieren gemeinsam mit den Sportvereinen und kommunalen Netzwerkpartnern problematische Ausgangslagen und schwer zu erreichende Zielgruppen und erarbeiten gemeinsam mit dem Landessportbund neue Konzepte und Modelle zur Ansprache.
- gehen Partnerschaften und Kooperationen ein und arbeiten in Netzwerken.
- betreiben eine umfassende Presse- und Öffentlichkeitsarbeit.
- nutzen eine professionelle Marketingstrategie zur Ansprache und Bindung der Zielgruppen im Bereich Ältere.
- nutzen die Medienpakete des Landessportbundes und stellen den Sportvereinen Materialien zur Verfügung.



- nutzen moderne Informationstechnologien und unterstützen die Sportvereine dabei, ihre Angebote einzustellen (Datenbank).
- unterstützen Menschen im kommunalen Umfeld dabei, ein passendes Angebot in den Sportvereinen zu finden (Sportberatung für Ältere).
- unterstützen wissenschaftliche Einrichtungen bei der Erprobung neuer fachsportartübergreifender und zielgruppenbezogener Angebotskonzepte und Bewegungsprogramme in den Sportvereinen.
- vermitteln den Transfer neuer wissenschaftlicher Erkenntnisse für die Sportpraxis und Angebotsentwicklung, z. B. im Bereich Sturzprävention und Demenz oder aber auch in den Fachsportarten.
- beteiligen sich an kommunalen Ausschüssen zum Thema.
- beteiligen sich an neuen Mitglieder-Organisations- und Sportvereinsmodellen.
- begleiten die Arbeit im Schwerpunkt durch eine für das Programm „Bewegt älter werden in NRW“ beauftragte Person und sichern deren Unterstützung durch geeignete Strukturen ab (z. B. Team, Ausschuss, Beirat, Kommission, Steuerungsgruppe).
- bieten entsprechend ihrer sportfachlichen Orientierung und Profilbildung Sport- und Bewegungstraining für Ältere an.
- verankern Angebote/Gruppen/Abteilungen für Ältere in der Vereinsstruktur.
- entwickeln ein vielseitiges Bewegungs- und Sportangebot für Ältere entsprechend des spezifischen Vereinsprofils.
- Entwickeln Angebote, die für Frauen und Männer und ihre gemeinschaftliche Nutzung attraktiv sind (z. B. für Ehepaare).
- nutzen das neue Förderprogramm zur „Förderung von Bewegung und Sport in der Zielgruppe der Älteren“.
- sensibilisieren für die Bedeutung von Bewegung und Sport im höheren Lebensalter.
- bewerben ihre Sport- und Bewegungsangebote für Ältere mit modernen Marketinginstrumenten.
- machen die Vielfalt und Produktqualität der Angebote deutlich (Träger von Qualitätssiegeln).
- setzen sich für die Bewegungsbetreuung benachteiligter und defizitärer Zielgruppen ein.
- sind Träger von Kooperationsangeboten mit dem Ziel der Bewegungsförderung und Betreuung Älterer.
- sind Träger eines neuen Labels/Qualitätssiegels für die Angebote im Bereich Ältere.
- beteiligen sich an neuen Mitglieder-, Organisations- und Sportvereinsmodellen.
- begleiten die Arbeit im Schwerpunkt durch eine für das Programm „Bewegt älter werden in NRW“ beauftragte Person und sichern deren Unterstützung durch geeignete Strukturen ab (z. B. Team, Ausschuss, Beirat, Kommission, Steuerungsgruppe)

Die Sportvereine

- analysieren ihre Mitglieder-, Alters- und Angebotsstruktur sowie die Geschlechterverteilung.
- verankern die Bewegungsförderung der Älteren in ihr Leitbild und integrieren den Bereich Ältere in ihr Vereinsprofil.





5.1.4 Verfahrensmodell (u. a. Vorgehen, Querschnittsfunktionen, Indikatoren)

Die Ansprache der älteren Generation und die Förderung von Bewegung und Sport in allen Facetten der sportlichen Möglichkeiten ist für die Zukunftsfähigkeit der Sportvereine von entscheidender Bedeutung und ein wesentlicher Beitrag des organisierten Sports für mehr Lebensqualität im Alter.

Der Schwerpunkt „Zielgruppe Ältere – Förderung von Bewegung und Sport“ wird über das Verbundsystem des Sports und seine Partner in den jeweiligen Bezügen kommuniziert, vernetzt bearbeitet und gefördert.

Eine wesentliche Voraussetzung für die erfolgreiche Ansprache der Älteren und ihre Bindung an die Sportvereine ist eine Analyse der jeweiligen Zielgruppen und ihrer bewegungs- und sportbezogenen Bedürfnisse. Eine Auseinandersetzung mit den soziografischen Daten und die Berücksichtigung der unterschiedlichen strukturellen Voraussetzungen und regionaler Gegebenheiten ist für Vereine genauso wichtig, wie die bewusste Entscheidung für die Arbeit im Bereich „Ältere“ und die Profilbildung im Sportverein.

Querschnittsfunktionen ergeben sich zu den Bereichen Qualifizierung, Sporträume, Integration, Gender und Chancengleichheit, sowie in besonderer Weise zum Programm „Bewegt gesund bleiben in NRW“. Für die im Leistungssport aktiven Älteren werden die strukturellen Voraussetzungen über das Programm „Spitzensport fördern in NRW“ angelegt und soweit wie möglich mit dem vorliegenden Programm vernetzt. Im Zusammenhang mit der Bearbeitung und Umsetzung generationenübergreifender Inhalte wird die Verbindung zum Programm „NRW bewegt seine Kinder“ hergestellt.

Mögliche Indikatoren für die Erreichung der Ziele/Teilziele

- Zuwachsrate der älteren Vereinsmitglieder in der Mitgliederstatistik des Landessportbundes – 200.000 zusätzliche Mitglieder über 60 Jahre bis 2015.
- Anzahl der Sportvereine, welche die Bewegungsförderung für die Zielgruppe „Ältere“ in ihr Vereinsprofil aufgenommen haben und eine/n Beauftragte/n bzw. ein Team berufen haben.
- Zahl der Bünde und Fachverbände, die Bewegungsförderung für die Zielgruppe „Ältere“ in ihr Bund-/Verbandsprofil aufgenommen und eine Person bzw. ein Team für dieses Thema strukturell verankert haben.
- Anzahl der SSB/KSB/Verbände, die eine neue Hauptberuflichkeit für das Programm eingesetzt haben.
- Anzahl der Datenbankeinträge – 5.000 Angebote bis 2020.
- Mitgliederzahlen der Datenbankeinträge.
- Vorhandensein eines Onlineportals Best Practice „Bewegt älter werden in NRW“ (Anzahl der eingestellten Modelle, Zahl der Aufrufe).
- Anzahl der Angebotsverzeichnisse „Bewegt älter werden in...“ auf regionaler Ebene.
- Art und Anzahl der Kooperations- und Netzwerkpartner und Netzwerkbeteiligungen.
- Anzahl der Kontakte/Beratungen zur Vereinsentwicklung und Kooperationspartnern.
- Zahl der genutzten VIBSS-Beratungen durch die Sportvereine.
- Anzahl der VIBSS-Seminare zum Thema „Bewegt älter werden in NRW“.
- Anzahl der genutzten Arbeitsmaterialien, bestellten Broschüren des Landessportbundes.
- Zahl der Veröffentlichungen zur Bewegungsförderung/in der „Wir im Sport“, Internetseiten des Landessportbundes, der Kreis-/Stadtverbände, Fachverbände, Sportvereine und Kooperationspartner.
- Zahl der für das Programm „Bewegt älter werden in NRW“ eingesetzten Beauftragten bzw. begleitenden Strukturen (z. B. Team, Ausschuss, Beirat, Kommission, Steuerungsgruppe).

5.2 Schwerpunkt II: Mitarbeiter gewinnen, Bildung und Qualifizierung

5.2.1 Begründung und Sachstand

Der Bereich der Mitarbeiterentwicklung und die Qualifizierung von Übungsleitungen für Sport- und Bewegungsangebote im Themenbereich „Ältere“ hat eine zentrale Bedeutung für die Qualität und den Ausbau der Angebote vor Ort. Vereine müssen den Ausbildungsstand der Mitarbeiter/innen sichern und weitere Interessierte für die Ausbildung gewinnen. Zudem stehen Sportvereine heute in Konkurrenz zu zahlreichen kommerziellen Anbietern, welche die Zielgruppe der Älteren umwerben. Nur eine qualitativ hochwertige und auf die Interessen der älteren Mitglieder und Kunden gerichtete Betreuung sichert den Vereinen auf Dauer den Zugang und Mitgliederbestand im Segment „Ältere“. Hierzu ist ein entsprechendes Qualifizierungssystem im organisierten Sport in NRW abzusichern. Neben bereits etablierten Formen der Schulung müssen weitere bedarfs- und nachfragegerechte Angebote entwickelt werden. Daneben sind auch hier die in den letzten Jahren in anderen Themenfeldern verstärkt umgesetzten Informations- und Beratungsangebote weiter auszubauen.

Analyse der vorhandenen und potenziellen Mitarbeiter/innen im Sport der Älteren

In der Begründung für das Programm wurde die Bedeutung der Zielgruppe der Älteren herausgestellt. Zudem kann davon ausgegangen werden, dass zukünftige Zuwachsraten in den Vereinen vor allem in der Zielgruppe der Älteren generiert werden.

Um hier grundsätzlich den guten Betreuungsstandard und die hohe Qualifikation, die bzgl. anderer Zielgruppen im Verein abgesichert werden, auch für diese Zielgruppe zu halten, müssen spezifische Aktivitäten initiiert werden. Dabei geht es darum, inhaltlich den Qualifizierungsbereich so aufzustellen, dass er den beschriebenen Anforderungen gerecht wird. Schwierig ist dies durch die enorme Zielbreite der Ausrichtung, der möglichen Inhalte, des Mobilitätsgrades, des Aktivierungsgrades und auch der differenzierten Motivation der Nutzer/innen.

Dies setzt voraus, dass Mitarbeiter/innen in diesem Bereich besonders geschult und qualifiziert sind.

Bei der Zielgruppenanalyse für Qualifizierungsangebote zum Themenbereich „Ältere im Sport“ wird von drei Zielgruppen ausgegangen:

1. Personen, die aus dem eigenen Erleben im Sport der Älteren sich in leitender und gestaltender Funktion in der Vereinspraxis und/oder im Vereinsmanagement engagieren und sich hierauf systematisch vorbereiten wollen.
2. Bereits im Sportverein tätige Übungsleiter/innen, die ihr bisheriges Aktivitätenfeld ausweiten und sich auf die Betreuung der Zielgruppe Senioren systematisch vorbereiten wollen.
3. Personen, die – unabhängig von ihrem Alter – die Zielgruppe der Älteren als Betätigungsfeld und somit auch als Beschäftigungsmöglichkeit sehen. Hierin eingeschlossen sind Personen, die sich bereits professionell und/oder geschult/qualifiziert/lizenziert mit der Zielgruppe der Älteren beschäftigen, jedoch bisher sich nicht systematisch mit dem Feld des Sports bzw. der Bewegungsförderung mit Älteren beschäftigt haben.

Zu 1.)

Es ist davon auszugehen, dass zunächst die Motivation zur Mitarbeit geweckt werden muss. Hierauf wird vor allem im Schwerpunkt III unter dem Aspekt Engagement eingegangen. Ist dann Motivation zur Beteiligung vorhanden, muss geklärt werden, wie die erforderlichen Kompetenzen zur Gestaltung von qualitativ hochwertigen Angeboten erlangt werden. Es ist davon auszugehen, dass die Bereitschaft zur Teilnahme an längerfristigen Lernprozessen nicht sehr ausgeprägt ist. Im

Bereich der Älteren zeigt sich eine generell zu beobachtende Tendenz in verstärktem Maße: Der Wunsch ist vorhanden, gezielt, direkt, handlungsorientiert, problemlösend und in Hinblick auf die zeitnah mutmaßlich auftretenden Probleme und Fragestellungen vorbereitet zu werden. Erwartet wird insbesondere, dass bereits vorhandene Kenntnisse und Erfahrungen anerkannt werden. Diese Entwicklung ist über alle Zielgruppen von Qualifizierung im Sport erkennbar, aber im Bereich der Älteren verstärkt anzutreffen. Für die Zielgruppe Ältere, als Teilnehmende der Qualifizierungen, gelten viele Faktoren in besonderem Maße, die schon im Zusammenhang mit der Motivation zum Sporttreiben und dem Einstieg ins Sporttreiben genannt wurden:

- Angst, in Lerngruppen nicht mithalten zu können,
- „Bequemlichkeit“, größere Aufwände – erst recht größeren Reiseaufwand – für eine Qualifizierung betreiben zu müssen,
- Angst, in einem längeren Qualifizierungsprozess zu einem Zeitpunkt nicht mehr durchhalten zu wollen oder zu können,
- Angst vor Überprüfung und möglichem Versagen,
- Angst vor körperlicher und geistiger Überforderung,
- Angst vor langfristiger Bindung,
- Angst, sich durch eine Qualifizierung und damit erweiterter Kompetenz dem Wunsch des Vereins nach größerem Engagement nicht entziehen zu können.

Diese Ängste und Befürchtungen müssen Berücksichtigung finden. Da die ältere Generation unter traditionelleren Verhältnissen erzogen wurde und gelebt hat, sind die traditionellen Geschlechterzuschreibungen in den Kompetenzen und Rollen noch stärker verankert. Z. B. waren die älteren Frauen weniger häufig berufstätig und als Erziehungsideale galten

Bescheidenheit und öffentliche Zurückhaltung für Frauen. Die älteren Frauen haben außerdem weniger Bildungserfahrung in ihren Biografien sammeln können als Männer – insbesondere bei ihnen sollte daher eine erhöhte Sensibilität für Versagensängste bestehen und diese in die Kommunikation einbezogen werden. Eine Basis ist dabei sowohl für Männer als auch Frauen die Wertschätzung von Kompetenzen, die durch die Lebenserfahrung, in der Familienarbeit oder durch entsprechende Berufsausbildungen und/oder -erfahrungen erworben wurden. Hier sind vor allem auch Schlüsselqualifikationen zu nennen, die bisher nicht in Zusammenhänge mit den für die Sportgestaltung notwendigen Kompetenzen in Verbindung gebracht wurden wie z. B.:

- Kommunikationsfähigkeit
- Umfangreiche Lebenserfahrung
- Organisationsfähigkeit
- Offenheit und Achtsamkeit
- Verbundenheit, Akzeptanz und Wertschätzung
- Emotionale Stabilität, Ruhe und Gelassenheit
- Selbstreflexionsfähigkeit

Zu 2.)

Bereits tätige Übungsleiter/innen haben oftmals langjährige Erfahrung im Umgang mit Sportgruppen. Sie haben sich u. U. durch Qualifizierung auf ihre Aufgabe vorbereitet und haben ihre Lizenz in regelmäßigem – meist vierjährigem – Zeitabstand durch die Teilnahme an einer Fortbildungsmaßnahme gültig gehalten. Im Laufe des eigenen Alternsprozesses wächst der Wunsch, die Betreuung der jungen/jugendlichen Vereinssportler/innen in jüngere Hände zu geben und selbst sich Zielgruppen mit höherem Alter zuzuwenden.

Ihr Wissen, ihre Kompetenzen und Erfahrungen sind das geeignete Fundament, um den weiteren, spezifischen Qualifizierungsprozess für den Sport der Älteren aktiv gestalten zu können.

Zu 3.)

Als weitere Zielgruppe potenzieller Mitarbeiter/innen im Sport der Älteren sind – unabhängig von ihrem individuellen Alter „professionell“ ausgerichtete Personen zu nennen, die das Potenzial und auch die Arbeits- und Beschäftigungsmöglichkeiten im Sport der Älteren erkannt haben. Hier ist zu differenzieren in Personengruppen, die durch eine Ausbildung/Qualifikation/Studium bereits Kompetenzen in der Arbeit mit Älteren sammeln konnten und jenen, die lediglich – ohne Vorkenntnisse – das Arbeitsfeld als interessant betrachten. Besonders interessant – vor allem auch im Hinblick auf die Gesamtprogrammatik – sind Personen mit Vorwissen bzw. beruflichen Qualifikationen, die sich bisher intensiver mit den Möglichkeiten von Sport und Bewegung auseinander gesetzt haben. Dennoch ergeben sich zahlreiche Anknüpfungspunkte – unabhängig davon, ob die Erfahrungen, Kompetenzen und Kenntnisse bisher in Zusammenhang mit Betreuung und Pflege, mit medizinischer, sozialpädagogischer oder psychologischer Ausrichtung angeeignet wurden. Auf jeden Fall sollte das Vorhandene im weiteren Qualifizierungsprozess und auch in der späteren Tätigkeit eine adäquate Bedeutung finden. Dabei ist zu prüfen, inwiefern vorhandene Kompetenzen ebenfalls unter formalen Kriterien Anerkennung finden können. Alternativ zu Fragen der Anerkennung sollten spezifische Maßnahmen entwickelt werden, die an die Vorqualifikation vorhandener Ausgangsniveaus ansetzen, die vorhandenen Kompetenzen berücksichtigen und damit bei gleichem Umfang wie andere Maßnahmen ein höheres Maß sportspezifischer Kompetenzen ermöglichen. Auch verkürzte Qualifizierungsformen können für ausreichend große Zielgruppen eingerichtet werden und so den sportspezifi-

schen Qualifizierungsprozess optimieren und ggf. verkürzen. So sind Angebote im beruflichen Bereich als Qualifizierungsformen einzurichten, die sich z. B. auf Zielgruppen wie Altenpfleger/in, Gerontologinnen/Gerontologe, Fachberater/in Altenpflege, Altentherapeutinnen/Altentherapeuten ausrichten.

In diesem Zusammenhang muss auch die bisherige Priorisierung auf die Zielgruppe der schon aktiven Vereinsmitglieder/innen im Hinblick auf eine Ausweitung auf den Arbeitsmarkt geprüft werden. Weitere Chancen der Mitarbeitergewinnung ergeben sich durch Qualifizierungsangebote, die u. a. darauf ausgerichtet sind, für die Arbeit im Sportverein zu werben und die Brücke zwischen dem allgemeinen Berufsfeld Ältere und dem Sport der Älteren im Sportverein zu schlagen. Dabei muss berücksichtigt werden, dass Angebote im Bereich der beruflichen Fortbildung auch durchaus unter anderen Teilnahmebedingungen durchgeführt werden können, als die Qualifizierung von vornehmlich ehrenamtlich tätigen Vereinsmitarbeiterinnen/Vereinsmitarbeitern.

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gewinnen

Mitarbeiter/innen für den Sportverein zu gewinnen, ist das größte Problem der Sportvereine in NRW: „Probleme stellen vor allem die Bindung und Gewinnung von (1) ehrenamtlichen Funktionsträgern, (2) jugendlichen Leistungssportlern, (3) Übungsleitern und Trainern“.⁴³

Hierbei konkurrieren zunehmend verschiedene Anforderungen miteinander, wie z. B. der deutlich steigende Anspruch an Professionalität und Qualifizierungsgrad gegenüber dem

Bestreben am eigentlich durch Ehrenamtlichkeit geprägten Vereinsgedanken festzuhalten. In Konsequenz bedeutet dies, dass der Anteil an intrinsischer Motivation bei den Mitarbeitenden im Verein mindestens genauso berücksichtigt werden muss, wie der Anteil extrinsischer Motivation, z. B. durch entsprechende Vergütungssysteme. Spezifisch auf die verschiedenen o. g. Zielgruppen von Qualifizierung im Sport der Älteren muss die Frage differenziert betrachtet werden.

Bezogen auf die aus den eigenen Sporterfahrungen gewonnenen Mitarbeiter/innen ist in vielen Fällen eine wirtschaftliche Unabhängigkeit bzw. ein abgesicherter Status festzustellen, der die Notwendigkeit, mit dem Engagement „Einkommen zu erzielen“, reduziert. Bereits in anderen Themenbereichen tätige Übungsleiter/innen gehen davon aus, unter gleichen Konditionen wie zuvor im Themenfeld Sport der Älteren tätig zu werden. Lediglich die dritte Zielgruppe der professionell ausgerichteten potenziellen Mitarbeiter/innen hat ein originäres Interesse an einer adäquaten Vergütung.

Bei allen Zielgruppen muss sichergestellt sein, dass Freude und Spaß der an Arbeit vorherrschen, dass ein gutes Gefühl und eine Sinnerfüllung, etwas für andere getan zu haben, gestärkt wird und dass die Möglichkeit gegeben ist, durch Umsetzung von eigenen Ideen und Vorstellungen Zufriedenheit zu entwickeln. Diese Voraussetzungen kommen dem Bestreben entgegen, weiterhin dabei zu sein, mit gestalten zu können und „die Welt ein wenig besser“ machen zu können.

⁴³ Breuer, Christoph/Wicker, Pamela (2010): Sportvereine in NRW. Sportentwicklungsbericht 2010. Köln.



Rahmenbedingungen, die Vereine bieten sollten

Angebote des Vereins sollten sich nicht auf den Sport alleine beschränken. Es gibt positive Beispiele für Seniorenclubs von Vereinen, die das sportliche Angebot ergänzen, um gesellige Veranstaltungen (Kaffeetrinken, Treffs), bildende Veranstaltungen wie Kunstvorträge, Vernissagenbesuche, Museumsbesuche sowie Ausflugsaktivitäten wie Wanderungen, gemeinsame Besuche von attraktiven Bädern, Tagesfahrten zu attraktiven Zielgebieten bis zur Durchführung von Ferienkurzfahrten (Wochenende) und zu begleiteten Ferienfahrten. Auch generationenübergreifende Angebote sind dabei zu berücksichtigen (z.B. Oma/Opa und Enkelkinder). Grundsätzlich sind vom Verein angemessene und auf die Zielgruppe ausgerichtete Anerkennungsformen für das Engagement zu realisieren.⁴⁴

Derzeitiger Sachstand der Qualifizierung im Bereich Sport der Älteren

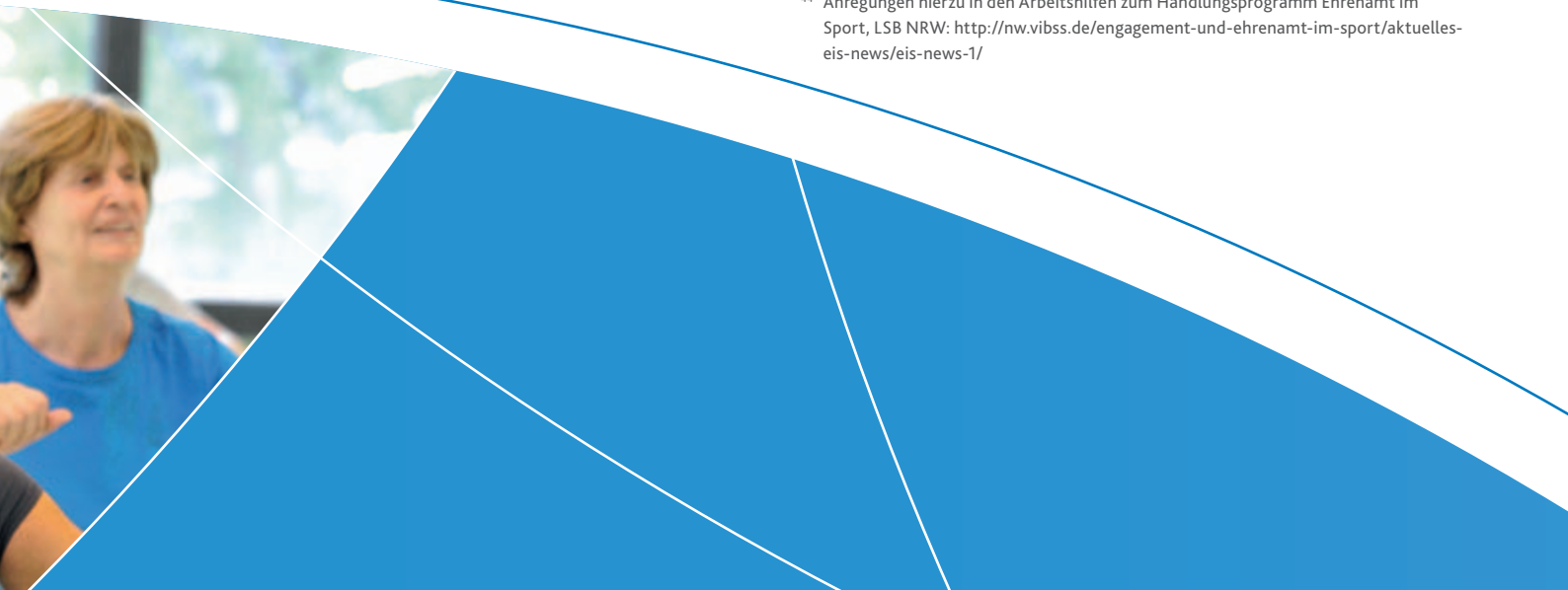
Die Grundlagenqualifikation für eine Übungsleiter/innen-Tätigkeit im Bereich des Breitensports und damit auch für die Leitung von Angeboten für Ältere erhalten Übungsleiter/innen in der ÜL-C-Ausbildung (Umfang 120 Lerneinheiten). Hier ist es für Veranstalter (Qualifizierungszentren, Stadt- und Kreissportbünde, Fachverbände) laut Rahmenrichtlinien für die Qualifizierung im Bereich des Deutschen Olympischen Sportbundes möglich, eine Ausrichtung auf die Zielgruppe der Erwachsenen/Älteren vorzunehmen. Mit Blick auf die Zielgruppe der Älteren, ihre große Heterogenität und die Besonderheiten in der Arbeit mit Älteren, ist dies aber eine Basisqualifikation, wobei eine weitere, spezifische Ausbildung auf der zweiten Lizenzstufe empfohlen wird.

Mit der Ausbildung „Sport der Älteren“ auf der zweiten Lizenzstufe und der Qualifikation im Bereich der Prävention „Gesundheitstraining für Ältere“ sowie den ebenfalls auf der zweiten Lizenzstufe angesiedelten Qualifikationen im Bereich der Prävention und Rehabilitation und den vielfältigen themen- und zielgruppenbezogenen Fortbildungen stehen hochwertige Qualifizierungsmöglichkeiten zur Verfügung, welche den Absolventen eine qualifizierte Ausbildung und den Vereinen eine hervorragende Stellung im Markt sichern. Auch verschiedene Fachverbände, wie z.B. die Turnerbünde und der Behindertensportverband NRW, bieten Qualifizierungsmaßnahmen und Fortbildungen für die Arbeit im Sport der Älteren an.

Über das Bildungswerk des Landessportbundes stehen zusätzlich die Lehrtrainer-Ausbildungen „Lehrtrainer Wellness“ und „Lehrtrainer Fitness“ als Qualifikation auch für die Arbeit mit Älteren zur Verfügung. Insgesamt besteht also ein umfassendes Qualifikationsangebot im organisierten Sport in NRW, das auch im Bundesvergleich eine herausragende Stellung besitzt.

In der Umsetzung zeigt sich jedoch in den vergangenen Jahren, dass dieser hohe Qualitätsstandard und Qualifizierungsgrad für eine überschaubare Zahl von Teilnehmenden zwar eine qualitativ hochwertige Voraussetzung für die Tätigkeit ergibt, jedoch die gewünschte und erstrebte Anzahl von Teilnehmenden mit dem Angebot nicht erreicht werden konnte. Es kann nicht zufriedenstellen, wenn bezüglich der Größe der Zielgruppe der Älteren landesweit nur ca. 200 Übungsleiter/innen pro Jahr eine spezifische Ausbildung in diesem Themenfeld auf der zweiten Lizenzstufe absolvieren und mit der Lizenz auf der zweiten Lizenzstufe abschließen.

⁴⁴ Anregungen hierzu in den Arbeitshilfen zum Handlungsprogramm Ehrenamt im Sport, LSB NRW: <http://nw.vibss.de/engagement-und-ehrenamt-im-sport/aktuelles-eis-news/eis-news-1/>



Im Bereich Vereinsmanagement wurden in den vergangenen Jahren durch die Konzipierung und Veranstaltung von KURZ UND GUT-Seminaren mit dem Titel „Sport der Älteren“ Vereinsvorstandsmitarbeiter/innen auf die Bedeutung der Zielgruppe hingewiesen und ihre Kompetenz zur Berücksichtigung spezifischer Angebote des Vereins entwickelt. Auch hier ist die individuelle Teilnahme erfreulich, aber die Gesamtzahlen der Qualifizierung können nicht zufriedenstellen. Pro Jahr sind hier in der Regel nicht mehr als 100 Teilnehmer/innen zu verzeichnen.

Anforderungen an ein zukunftsweisend ausgerichtetes Qualifizierungssystem für den Sport der Älteren

- Durch das Qualifizierungssystem müssen deutlich mehr Personen angesprochen werden, als dies bisher der Fall ist. Dabei soll bis zum 31.12.2013 die Anzahl der Teilnehmenden im Schulungsbereich verdoppelt werden (Vergleich der Teilnehmer/innen-Zahlen 2010 und 2013).
 - Zu prüfen ist, ob eine explizite Ausrichtung von ÜL-C-Ausbildungen mit dem Schwerpunkt „Sport der Älteren“ (ggf. ergänzt um die Zielgruppe der Hochaltrigen) erfolgen kann. Hierzu ist eine entsprechende Konzeption zu entwickeln.
 - Das Qualifizierungssystem gemäß DOSB-Rahmenrichtlinien auf der zweiten Lizenzstufe soll mit der Ausbildung ÜL-B Prävention, Gesundheitstraining für Ältere weiterhin angeboten und hierfür umfassend geworben werden. Die Nachfrage hierzu ergibt sich u. a. durch die Bedeutung im Rahmen des Qualitätssiegels Sport pro Gesundheit. Sollte die o. g. spezifische ÜL-C-Ausbildung umgesetzt werden, kann zukünftig auf die bisherige ÜL-B-Ausbildung „Sport der Älteren“ verzichtet werden.
 - Vor allem für die Zielgruppe der älteren Teilnehmenden an Qualifizierungsangeboten für den Sport der Älteren sind Maßnahmen zu konzipieren, die die spezifischen Voraussetzungen der Zielgruppe berücksichtigen. Unter Umständen sind Qualitätseinbußen durch kürzere Qualifizierungsumfänge im Vergleich zu den Lizenzausbildungen zugunsten eines größeren Verbreitungsgrades durch höhere Teilnehmer/innen-Zahlen in Kauf zu nehmen. Zu berücksichtigen sind hier Schnuppermaßnahmen, niederschwellige Einstiegsmaßnahmen, kurze, ortsnahe Qualifizierungsformen mit überschaubarem Zeitaufwand, Motivationsmaßnahmen als Einstieg und eine verwertungsorientierte Grundausrichtung in Hinblick auf die Handlungskompetenz.
 - Auch sind angemessene Formen zu finden, um die erforderlichen Lernerfolgskontrollen durchzuführen. Gerade hier sind o. g. Ängste älterer Mitbürger/innen zu berücksichtigen.
 - Im (Berufs-) Leben erworbene Kompetenzen sind adäquat zu berücksichtigen: Lebenserfahrungen, Führungserfahrungen, Erfahrungen im Umgang mit Menschen, Organisationserfahrungen, Aufsichts- und Sorgfaltserfahrungen und Erfahrungen aus der Familienarbeit bieten eine gute Basis, auf die aufgebaut werden kann und die sowohl für die weitere Qualifizierung und besonders für die zukünftige Tätigkeit genutzt werden können.
 - Im Informationsbereich müssen die Angebote in Bezug auf Aspekte des Vereinsmanagements mit Blick auf den Sport der Älteren ausgeweitet werden. Dabei müssen altersspezifische Nutzungsformen des Internets Berücksichtigung finden und eine einfache Orientierung und Handhabung umgesetzt werden.
- 

- Über die Durchführung von KURZ UND GUT-Seminaren hinaus muss das Beratungsangebot für Vereine, die sich intensiver mit der Zielgruppe der Älteren beschäftigen wollen, ausgeweitet werden. Hier sind sowohl Fachberatungen anzubieten als auch Sportvereinsentwicklungsberatungen, die den gesamten Verein so aufstellen, dass er zukünftig den Anforderungen auch des Sports der Älteren gerecht werden kann.
- Alle Präsenzangebote müssen ortsnahe sein, leicht erreichbar, in sauberen Räumlichkeiten durchgeführt werden.
- Für die Gewinnung von Mitarbeitenden aus der Zielgruppe heraus sind Motivationsmaßnahmen zur Übernahme des Amtes bewusst zu planen. Zu fördern ist eine „Selbsthilfe“ aus der Gruppe heraus, wenn beispielsweise eine Betreuung ausfällt und ihre Aufgabe nicht mehr erfüllen kann. Es darf nicht zu der Situation kommen, dass sich diejenigen, die bereit sind, die Betreuungsaufgabe zu übernehmen und sich zu qualifizieren, als „die Dummen“ gesehen werden. Eine Möglichkeit ist es beispielsweise, Teams der Betreuung zu formen. Diese Teams könnten dann auch gemeinsam Qualifikationsmaßnahmen absolvieren und so die Last der Verantwortung und der Tätigkeit auf mehrere Personen verteilen. Hierzu bedarf es allerdings entsprechender Werbemaßnahmen und einer zustimmenden Einstellung des Vereinsvorstandes. Auch ist zu vermeiden, dass sich eine Person, die sich zu der Aufgabe bereit erklärt, auf ewig verantwortlich fühlen muss. Sollte dies Eindruck und gelebte Praxis im Verein sein, sind die Voraussetzungen zur Motivation neuer Mitarbeiter/innen denkbar schlecht.
- Es muss geprüft werden, inwiefern der Wunsch nach generationsübergreifenden Angeboten zur Qualifizierung aufgegriffen werden und systematisch verfolgt werden kann.
- Kurzqualifikationen (s. o.) können ein guter Einstieg sein, die die Basis darstellen. Dieser Einstieg muss jedoch darauf ausgerichtet sein, dass „nichts falsch“ gemacht wird und bei eventuellen Zwischenfällen Handlungskompetenz und Handlungssicherheit gegeben sind. Weitergehende pädagogische Ansprüche können dann in folgenden Maßnahmen umgesetzt werden. Dabei können auch Spezialangebote für „Silver Surfer“, die durchaus eine Rolle spielen (Lernprogramme online), als „blended learning“ angeboten werden.
- Letztlich soll geprüft werden, inwiefern vereinsinterne „Patenschaften“, bei denen ältere Personen, die sich für eine Mitarbeit interessieren, von jüngeren, dafür aber erfahreneren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Vereins begleitet werden und dies zu einem generationsübergreifenden Austausch von Erfahrungen und Wissen kommen kann.





Bildung im und durch Sport der Älteren

Dass Bildung lebenslang sinnvoll ist, setzt sich als Auffassung in der Bevölkerung immer stärker durch. Es liegt auf der Hand, dass durch systematische Qualifizierungsmaßnahmen Bildungsprozesse ausgelöst werden. Diese nun einzuordnen als Möglichkeit der individuellen Weiterentwicklung – auch in der nachberuflichen Phase – ist eine Aufgabe der Sportorganisationen. Darin ist auch die Chance zu sehen, nicht „aufs Abstellgleis“ geschoben zu werden, sondern weiterhin mit den erworbenen Kompetenzen wichtige Aufgaben in der Zivilgesellschaft übernehmen zu können. Der Möglichkeitsrahmen einer Beteiligung ist für jede Person individuell auszuloten. Neben den zielgerichteten, auf den Sport der Älteren ausgerichteten Formen der Kompetenzaneignung gehen mit den Qualifizierungsprozessen jedoch auch allgemeine Bildungsprozesse einher, die zur weiteren Lebensbewältigung beitragen und auch die Kompetenz zur emanzipierten Teilhabe am Gesellschaftsleben beinhalten können. Zu nennen ist beispielhaft die Medienkompetenz durch den Umgang mit den Möglichkeiten des Internets, die in Zusammenhang mit Qualifizierung beiläufig oder auch gezielt entwickelt sowie in anderen sportfernen Zusammenhängen später eingesetzt werden kann.

Die Bildungseffekte beziehen sich allerdings nicht nur auf die zu qualifizierenden Bildungsempfänger, sondern auch auf die potenziellen Bildungsgeber, die Mitarbeiter/innen im Sport. Diese müssen das Bewusstsein, aber auch entsprechende Kompetenzen erlangen, um im Sportverein Bildungsbegleiter und Impulsgeber für die Bildungsempfänger zu sein. Dies erfordert auch die Ausweitung eines u. U. eingegrenzten Verständnisses der Aufgaben und Zielrichtungen von Vereinstätigkeit in Bezug auf die Zielgruppe der Älteren. Die o. g. Möglichkeiten der Gestaltung eines umfassenden, übergreifenden Angebotes für Ältere erfordern entsprechende, zu entwickelnde fachbezogene und personale Kompetenzen.

5.2.2 Ziele

Gesellschaftspolitisches Ziel

Durch adäquat qualifizierte und motivierte Mitarbeiter/innen gelingt es, im Sportverein hochwertige Angebote für Ältere zu verwirklichen. Sie garantieren (1) angemessene Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote, Autonomie im Sinne von selbstständiger Bewältigung von Lebensaufgaben, die Alltagsouveränität, stabilisieren den Gesundheitszustand und fördern die Fähigkeit, dass Ältere weiterhin am sozialen Leben teilnehmen können. (2) Darüber hinaus fördern sie soziale Kontakte und das Wohlbefinden, „begleiten“ lebensumfänglich Mitglieder, bieten Gelegenheit für Engagement sowie für eine sinnvolle Tätigkeit und tragen zur Verminderung von Vereinsamung, Ausgeschlossenheit und Pflegebedürftigkeit bei.

Teilziele

- 60 % der Angebote von Sportvereinen im Sport der Älteren werden von hierfür speziell qualifizierten Personen geleitet (Umfrage/Analyse entsprechender Fragen des Sportentwicklungsberichtes).
- 80 % der Qualifizierungszentren der Stadt-/Kreissportbünde bieten Schnuppermaßnahmen für die Zielgruppe der Älteren, um sie für weitere Qualifizierungen zu motivieren.
- 70 % der Qualifizierungszentren der Stadt-/Kreissportbünde bieten Schulungsangebote für Vereinsvorstände zur Entwicklung eines zielgruppenfreundlichen Angebotes für Ältere im Verein.
- Bis zum 31.12.2013 existiert ein Qualifizierungsangebot für Personen mit beruflichen Qualifikationen zum Aufbau von Kompetenzen im Sport der Älteren. Hierbei werden die vorhandenen Kompetenzen berücksichtigt und darauf aufgebaut.
- Die Mitgliedsorganisationen sorgen bei ihren Beauftragten „Sport der Älteren“ für ein adäquates Qualitätsniveau.

Sportpolitisches Ziel

Die Sportvereine haben jederzeit eine ausreichende Zahl qualifizierter und motivierter Mitarbeiter/innen mit dem Profil „Sport der Älteren“ für die Umsetzung und Schaffung der organisatorischen Voraussetzungen. Die Partner im Verbundsystem bieten eine ausreichende Zahl von Qualifizierungsgelegenheiten, die auf der Basis nachfrage- und bedarfsgerechter Steuerung dazu beitragen, für ältere Menschen ein bewegungs-, gesundheits- und kontaktorientiertes Angebot im Rahmen einer sinnvollen Betätigung in ihrem Lebensumfeld wahrzunehmen und mitzugestalten.

Teilziele

- Ab dem Jahr 2013 nehmen 2000 Personen pro Jahr an Qualifizierungsmaßnahmen des Landessportbundes für die Gestaltung von Angeboten für Ältere im Sportverein teil.
- Bis zum 31.12.2012 berücksichtigen Qualifizierungsangebote des Verbundsystems Nachfrageaspekte der Teilnehmenden unter inhaltlichen, organisatorischen und räumlichen Kriterien (80 % der regionalen Qualifizierungszentren bieten Qualifizierungsangebote für Ältere im Sport).
- Bis zum 31.12.2012 sind Beratungsangebote (Fachberatungen, Vereinsentwicklungsberatungen) für Vereine vorhanden, die sich stärker auf den Bereich Sport der Älteren ausrichten wollen.
- Die Mehrzahl der Sportvereine ist sich der Bedeutung der Zielgruppe bewusst und hat ausdrückliche Angebote für die Zielgruppe der Älteren.
- Sportvereine haben darüber hinaus generationsübergreifende Angebote, die auf Basis des Entwicklungsalters und der spezifischen Leistungsfähigkeit das erforderliche Maß an Homogenität erreichen.
- Sportvereine haben sich ein zukunftsorientiertes Profil als generationenübergreifender Lebensort gegeben und bieten neben sportlichen auch gesellige oder freizeitorientierte Angebote.
- Sportvereine haben spezielle Ansprechpartner/innen für ältere Personen, die sich in der Vereinsarbeit engagieren wollen.
- Sportvereine haben Konzepte und Fördersysteme für die Einbindung von Älteren in die Gestaltung des Vereinsangebotes.



5.2.3 Maßnahmen

- Konzipierung und Durchführung von zweistündigen Infoveranstaltungen für die Mitarbeit im Sportverein (Durchführung in Vereinen/mit Hilfe bzw. selbstständig).
- Berücksichtigung vorhandener Erfahrungen und Kompetenzen bei allen Qualifizierungsformen (Entwicklung eines Systems zur Überprüfung und Anerkennung von in beruflichen Zusammenhängen erworbenen Kompetenzen).
- Qualifizierungsformen für „Lebense erfahrene“ (System der Wertschätzung und gezielten Berücksichtigung von Lebens erfahrungen im Kontext von Lernsituationen).
- Konzipierung von Schnuppertagen „Ich gestalte Angebote für andere“ für die Zielgruppe der Älteren.
- Konzipierung eines niederschweligen Basismoduls „Sport der Älteren“ ohne formale Einstiegs Voraussetzung im Umfang von 30 Lerneinheiten.
- Umgestaltung der Lernplattform „Sport der Älteren“ auf seniorengerechte Nutzung (Schriftgröße, Übersichtlichkeit, Handhabung).
- Ausweitung der VIBSS-Angebote zu den Themen: „Praxishilfen zu Angeboten für Ältere im Sport(verein)“ und „Vereinsentwicklung zum Programm „Bewegt älter werden in NRW“.
- Konzipierung und Veranstaltung von fachlichen Modulen zum Kompetenzerwerb in Bewegungsformen (z. B. Tanzen, Walking, Gymnastik) als Tagesveranstaltungen.
- Entwicklung von Angeboten der Fachberatung und Vereinsentwicklungsberatung für die stärkere Positionierung von Angeboten für Ältere im Sport(verein).
- Qualifizierung für Mehrgenerationenangebote.
- Einrichtung von Beratungsgelegenheiten der Stadt- und Kreissportbünde oder Qualifizierungszentren mit gezielter Ansprache und gezieltem Beratungsangebot für Ältere.
- Optimierung der Anerkennungssysteme mit angemessenen Anerkennungs-/Wertschätzungsformen.

- Gewinnung von weiteren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern zur Leitung der Qualifizierungsmaßnahmen.
- Spezielle Programme und Fördermaßnahmen im „Europäischen Jahr für aktives Altern 2012⁴⁵“.

Anmerkung:

Nach Konkretisierung der o. g. Zielstellungen sind die vorgeschlagenen Maßnahmen zu überprüfen und ggf. anzupassen.

5.3 Schwerpunkt III: Generationenbeziehungen, Integration und Engagement

5.3.1 Generationenbeziehungen – Begründung und Sachstand

Während es in der Familie, als wichtigstes Bindeglied zwischen den Generationen, noch selbstverständlich ist, dass die Generationen einander unterstützen und helfen, ist der Zusammenhalt von Jung und Alt in der Gesellschaft keineswegs mehr so natürlich gegeben. Die zunehmende Ausdifferenzierung der unterschiedlichen Lebensformen und -stile bringt es mit sich, dass ältere und jüngere Menschen nicht mehr auf so selbstverständliche Weise wie früher miteinander im Dialog und in Verbindung stehen.

Gerade die ältere Generation beklagt diesen Umstand und wünscht sich mehr Kontakt zu den Jüngeren, um ihr Erfahrungswissen, ihre Unterstützung und Zeit weitergeben zu können. Darüber hinaus zeigen die Prognosen, dass im Jahr 2020 ca. ein Drittel der über 65-Jährigen keine Kinder oder Enkelkinder mehr haben wird⁴⁶ und sich langfristig das Verhältnis zwischen den Generationen verschiebt. Hier besteht steigender Handlungsbedarf.

Vor dem Hintergrund dieser Entwicklungen wird bereits im politischen und gesellschaftlichen Raum intensiv diskutiert, wie mehr Generationengerechtigkeit, Interessensausgleich und das Miteinander der Generationen bei wechselseitiger Wertschätzung und Unterstützung zwischen Jung und Alt gelingen kann. Neben den erforderlichen Weichenstellungen im politischen Raum treten zahlreiche Institutionen für die Förderung des Kontakts zwischen Jung und Alt und ein verbessertes Miteinander der Generationen ein. Im seniorenpolitischen Raum sind zahlreiche Initiativen und Projekte entstanden, die alle zum Ziel haben, der Vereinsamung älterer Menschen entgegenzuwirken und den alltäglichen Kontakt der Generationen zu fördern. Mehrgenerationenhäuser, Generationenspielflächen, Generationentreffs und -netzwerke sind gelungene Ansätze dafür, wie auf kommunaler Ebene die Beziehungen zwischen Jung und Alt verbessert werden können. Hinzu kommen zahlreiche kulturelle und sportliche Veranstaltungen, die sich an Menschen aller Generationen und Familien von Jung bis Alt richten. Diese generationenübergreifenden Projekte bringen Menschen aus verschiedenen Generationen zusammen und bieten vielfältige Gelegenheiten zum gegenseitigen Lernen, Teilen von freudvollen Momenten sowie der erfolgreichen Bewältigung alltäglicher Probleme.

Ausschlaggebend für den Erfolg dieser Projekte ist das gegenseitige und respektvolle Verständnis von Jung und Alt für die jeweiligen Erfahrungen, Kompetenzen und Potenziale sowie die Wünsche und Probleme. Beispielsweise können Kinder und Jugendliche von den Erfahrungen und dem Wissen der Älteren bezüglich des eigenen Lebensweges und späteren Alterungsprozesses profitieren und die Älteren gewinnen von der Spontaneität, Kreativität und dem aktuellen Technikwissen der Jugend.

Langfristig leisten diese Projekte und das freiwillige Engagement einen wesentlichen Beitrag zur Förderung des generationenübergreifenden Miteinanders und helfen dabei, die Herausforderungen des demographischen Wandels zu meistern.⁴⁷

Dem organisierten Sport bzw. den Sportvereinen kommt hierbei eine besondere Bedeutung zu.

⁴⁵ Zielrichtung des Europäischen Jahr für aktives Altern: Durch aktives Altern erhalten die Generation der geburtenstarken Jahrgänge und die älteren Erwachsenen von morgen die Chance,

- länger im Erwerbsleben zu bleiben und ihre Erfahrungen weiterzugeben,
- sich weiter aktiv am gesellschaftlichen Leben zu beteiligen und
- ein möglichst gesundes und erfülltes Leben zu leben.

⁴⁶ Ministerium für Generationen, Familie, Frauen und Integration des Landes Nordrhein-Westfalen (Hrsg.) (2007): Generationenübergreifende Projekte. Beispiele aus der Praxis für die Praxis. Düsseldorf.

⁴⁷ vgl. ebd.

Sportvereine sind Bindeglieder der Generationen

Sportvereine verstehen sich traditionell als Bindeglieder der Generationen. In kaum einer anderen gesellschaftlichen Institution sind Menschen aller Generationen vertreten und kommen auf so selbstverständliche Weise wie über den Sport miteinander in Kontakt. Oftmals erwachsen aus diesen Kontakten lebenslange Verbindungen und Freundschaften über alle Altersgruppen hinweg. In Sportvereinen werden Beziehungen zwischen den Generationen bewusst gefördert, zum einen über den Sport selbst, aber natürlich auch über das soziale Miteinander im Vereinsleben und die Übungs- und Trainingsgruppen, welche durch Jüngere und Ältere in ihren jeweiligen Funktionen angeleitet werden. „Im regelmäßigen Umgang miteinander können Generationen einen Blick für die Stärken des Anderen entwickeln. Nicht die Schwächen und Defizite werden hervorgehoben, sondern das, was die unterschiedlichen Lebensalter an Ressourcen einzubringen vermögen. Bei gemeinsamen Aktivitäten können Großeltern und Eltern für Kinder zu Vorbildern werden“⁴⁸. Partnerschaft, Rücksichtnahme, Offenheit und Toleranz sind zentrale Werte im Sportverein. Hier wird gelingendes soziales Miteinander gelernt und gelebt. „Wo sonst können Generationen so ungezwungen und scheinbar nebenbei lernen, ohne den moralischen Zeigefinger zu erheben?“⁴⁹

⁴⁸ vgl. Deutscher Olympischer SportBund (Hrsg.) (2010): Sport stärkt Familien. Frankfurt: Eigenverlag.

⁴⁹ vgl. ebd.

⁵⁰ vgl. Ministerium für Generationen, Familie, Frauen und Integration des Landes Nordrhein-Westfalen. (2007) (Hrsg.): Generationenübergreifende Projekte. Beispiele aus der Praxis für die Praxis. Düsseldorf.

Ausbau der Generationenbeziehungen – ein zentraler Schwerpunkt des Landessportbundes

Die Stärkung und der Ausbau der Generationenbeziehungen sind ebenso zentrale Schwerpunkte in dem vom Landessportbund NRW von Oktober 2010 bis November 2011 laufenden Projekt „Jung und Alt – gemeinsam sportlich aktiv“. Eingebunden als Teilprojekt in das vom Deutschen Olympischen Sportbund initiierten und vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend geförderten Projekts „Bewegungsnetzwerk 50 plus“ sollen der generationsübergreifende und solidarische Charakter des Sports hervorgehoben, Generationen zusammengeführt, gemeinsame Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote initiiert sowie neue Aktivitäts- und Tätigkeitsfelder im Sport für Kinder, Jugendliche und Ältere aufgezeigt werden.

In der Zusammenarbeit ausgewählter Sportfachverbände, Sportvereine und kommunaler Kooperations-/Netzwerkpartner werden generationenübergreifende Vereinsangebote initiiert und so neue Ideen für Generationenprojekte, Zugangswege, Inhalte und Angebote im Sport für Jung und Alt erprobt sowie Ressourcen der Netzwerkarbeit erschlossen. Potenzielle kommunale Netzwerkpartner können aus den Bereichen der Kommunalpolitik (z. B. Stadtverwaltung, Seniorenbeauftragte, lokale Bündnisse für Familie, Familienzentren, Mehrgenerationenhäuser), der Senioreneinrichtungen (z. B. Seniorenbegegnungsstätten und -heime, Seniorenbüros), der Wohlfahrtsverbände, dem Gesundheitssystem (z. B. Krankenkassen), der Bildungsträger (z. B. Kindertagesstätten, Schulen) oder aus der Wirtschaft bzw. anderen gesellschaftlichen Sektoren kommen.



Win-Win-Situationen für alle Beteiligten

Generationenübergreifende Sport- und Bewegungsangebote bzw. Projekte bieten Win-Win-Situationen für alle beteiligten sportinternen und -externen Akteure und Teilnehmer/innen. Beispielhaft lässt sich hierfür anführen:

- die Chance für den dauerhaften Ausbau von generationenübergreifenden Angeboten
- die Weiterentwicklung von Sportvereinen
- die gemeinsame Nutzung neu geschaffener „Bewegungsräume für Generationen“
- die Entwicklung generationenübergreifender Sozialkompetenz
- die Gewinnung neuer Vereinsmitglieder
- das spielerische Erwerben neuer Kompetenzen, von Wissen und Sportarten
- Imageverbesserung aller Akteure.

Damit der organisierte Sport und die Sportvereine auch zukünftig für alle Generationen eine attraktive Anlaufstelle für die persönliche Freizeitgestaltung bleiben und zur Erhöhung von Lebensqualität beitragen kann, werden die Förderung gemeinsamer sportlicher Aktivität und eines generationenübergreifenden Dialoges zu zentralen Schwerpunktaufgaben. Gemeinsames Kommunizieren, Handeln und Bewegen bieten Chancen⁵⁰ und tragen zur umfassenden Förderung von körperlicher, geistiger und sozialer Gesundheit und der Lebensqualität aller Altersgruppen bei.

5.3.1.1 Ziele

Entsprechend der aktuellen Situation und der erwarteten Entwicklungen, bedarf es einer festen und langfristigen Verankerung generationenübergreifender Handlungsansätze auf gesellschaftlicher Ebene im Rahmen einer gezielten Förderung gemeinsamer Aktivitäten von Jung und Alt. Daraus lässt sich folgendes gesellschaftspolitische Ziel ableiten:

Gesellschaftspolitisches Ziel

Der organisierte Sport in Nordrhein-Westfalen fördert in Zusammenarbeit mit kommunalen Partnern gezielt die Beziehungen und den Dialog der Generationen im Rahmen gemeinsam initiiierter generationenübergreifender Bewegungs- Spiel- und Sportangebote sowie die Förderung vielfältiger weiterer Lebensanlässe außerhalb sportlicher Aktivitäten von Jung und Alt.

Teilziele

- Der organisierte Sport ist Kompetenzträger für die Förderung der Generationenbeziehungen, generationenübergreifende und -bezogene Themen.
- Die Sportvereine und kommunalen Kooperationspartner aus dem Senioren-, Familien-, Bildungs- und Sozialbereich sind für die Bedeutung von Generationenprojekten/-angeboten sensibilisiert und für Aktivitäten gewonnen.



- Der organisierte Sport ist mit sportinternen und -externen Kooperationspartnern vernetzt. Die Vernetzungsstrukturen werden mit einem Gewinn für alle Beteiligten aktiv zum Erreichen der Zielgruppen genutzt.
- Sportinterne und -externe Netzwerkstrukturen sind die Plattform für die Abstimmung gemeinsamer Strategien und bieten Wissens- und Erfahrungstransfer zum Handlungsfeld Generationenbeziehungen.
- Sportvereine sind mit ihren Generationenangeboten/-projekten in relevanten Lebenswelten aktiv.
- Der organisierte Sport und die kommunalen Kooperationspartner kommunizieren die generationenübergreifenden Angebote/Themen in allen relevanten Lebenswelten und -bereichen und gewinnen ehrenamtliche Mitarbeiter/innen aller Altersgruppen.

Für die langfristige Förderung der Generationenbeziehungen und Verbesserung der Kommunikation zwischen den Generationen und für die damit verbundene Erreichung des gesellschaftspolitischen Ziels bedarf es einer Weiterentwicklung und Sicherung sportpolitischer Strukturen. Daraus leitet sich das folgende sportpolitische Ziel ab:

Sportpolitisches Ziel

Der organisierte Sport in Nordrhein-Westfalen wirkt für ein Zusammenführen der Generationen und macht den generationenübergreifenden Charakter des Sports in vielfältigen Bezügen deutlich. Er fördert die Beziehungen der Generationen durch gemeinschaftliche Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote und schafft gemeinsame Erfahrungs- und Erlebnisräume für Jung und Alt über den sportaktiven Angebotsbereich hinaus.

Teilziele

- Generationenübergreifende Angebote und Themen werden unter Berücksichtigung der unterschiedlichen regionalen Voraussetzungen und Entwicklungsstände fest in die Strukturen der Sportvereine bzw. in den Bereich Sport der Älteren verankert.
- Die Sportvereine bieten Kindern/Jugendlichen und Älteren sowie der Zielgruppe Familie durch Schaffung entsprechender Rahmenbedingungen ausreichend Raum und vielfältige Gelegenheiten für gemeinsame sportliche und außersportliche Aktivitäten zur Förderung des generationenübergreifenden Dialoges.
- Die Sportvereine bieten generationenübergreifende Angebote an und garantieren deren kontinuierliche Weiterentwicklung von Quantität und Qualität.
- Der organisierte Sport verfügt im Bereich generationenübergreifender Angebote über kompetente und qualifizierte ehrenamtliche Mitarbeiter/innen aller Altersgruppen und fördert deren weitere Qualifizierung.
- Der organisierte Sport nutzt interne und externe Netzwerkstrukturen zur Gestaltung und Kommunikation generationenübergreifender Angebote und Themen für die Gewinnung der Zielgruppen und neuer Partner.

5.3.1.2 Maßnahmen

Der Landessportbund Nordrhein-Westfalen

- entwickelt auf Grundlage der Ergebnisse des Projektes „Jung und Alt – gemeinsam sportlich aktiv“ Handlungsempfehlungen und Arbeitshilfen für die Initiierung gemeinsamer Bewegungs- und Sportangebote.
- evaluiert die Erfahrungen und nachhaltige Entwicklungen aus dem Projekt „Jung und Alt – gemeinsam sportlich aktiv“.
- arbeitet mit Fachverbänden, Kreis- und Stadtsportbünden zur Gewinnung weiterer interessierter Sportvereine für Generationenprojekte/-angebote zusammen, z. B. über zentrale Erfahrungsaustausche.
- sensibilisiert die Kreis-/Stadtsportbünde, Fachverbände und Sportvereine für generationenbezogene Themen/Generationenprojekte und informiert regelmäßig z. B. über Treffen, Anschreiben, Info-Briefe, Projektausschreibungen.
- initiiert und führt eigene generationenübergreifende Modellprojekte durch.
- fördert die Strukturen und schafft konzeptionelle Grundlagen zur Verankerung generationenübergreifender Themen und Einrichtung zukünftiger Generationenprojekte und -angebote in den Kommunen und Sportvereinen.
- fördert die Durchführung von Aktionstagen/-wochen, Zukunftswerkstätten, Kurs- und Dauerangeboten für Jung und Alt auf kommunaler Ebene.
- arbeitet mit sportinternen und -externen Kooperations-/Netzwerkpartnern bei generationenbezogenen Themen/Projekten zusammen bzw. beteiligt sich in bereits bestehenden kommunalen Netzwerken.
- begleitet, berät und unterstützt Sportvereine und kommunale Partner bei der Entwicklung sowie Einrichtung generationenübergreifender Bewegungsangebote und Aktivitäten, z. B. über VIBSS-Beratungsangebote.
- entwickelt Materialien für Jung und Alt-Projekte und bietet zentrale/dezentrale Qualifizierungsmaßnahmen (Aus-, Fort- und Weiterbildungen) für Mitarbeiter/innen im organisierten Sport an, z. B. Profil für ÜL-C Breitensport, Schulung der Vereinsvorstände.
- sammelt und bereitet die Erfahrungen der Sportvereine, Kreis- und Stadtsportbünde, Best-Practice-Beispiele auf, z. B. Handlungsleitfaden, Veröffentlichung in der „Wir im Sport“.
- erstellt ein zentrales Angebotsverzeichnis (Internet/Wegweiser) zur Erfassung aller Jung-und-Alt-Angebote in NRW mit Präsentationsmöglichkeit für die Angebote der Sportvereine.
- unterstützt die Öffentlichkeitsarbeit der Kreis-/Stadtsportbünde, Fachverbände und Sportvereine bei Generationenprojekten/-angeboten, z. B. Bereitstellung von Kommunikationsmitteln, Veröffentlichungen in Print- und elektronischen Medien.
- begleitet die Arbeit im Schwerpunkt durch eine für das Programm „Bewegt älter werden in NRW“ beauftragte Person und sichert deren Unterstützung durch geeignete Strukturen ab (z. B. Team, Ausschuss, Beirat, Kommission, Steuerungsgruppe).

Die Stadt-/Kreissportbünde und Fachverbände

- arbeiten mit dem Landessportbund zusammen und unterstützen bei der Umsetzung von Generationenprojekten/-angeboten auf kommunaler Ebene/in den Sportvereinen.
- integrieren die Generationenbeziehungen/Generationenprojekte als festes Handlungsfeld in den Bereich „Ältere im Sport“/in die Koordinierungsstellen.
- sensibilisieren und gewinnen Sportvereine/Vereinsvorstände für die Initiierung von Generationenprojekten/-angeboten.

- qualifizieren in Zusammenarbeit mit dem Landessportbund die Vereinsvorstände in generationenbezogenen Themen.
- begleiten, unterstützen und beraten Sportvereine bei der Durchführung generationenübergreifender Projekte, Aktionstage, Bewegungsangebote, Kurse, Zukunftswerkstätten unter Berücksichtigung der Voraussetzungen jedes Sportvereins, z. B. über die Nutzung von VIBSS-Beratungsangeboten, Best-Practice-Beispielen.
- ermöglichen Erfahrungsaustausche von Sportvereinen mit Generationenprojekten/-angeboten, z. B. über regelmäßige Beratungen/Treffen.
- führen dezentrale Aus- und Fortbildungen bzw. Qualifizierungsmaßnahmen zu generationsübergreifenden Themen durch.
- verbreiten und nutzen die vom Landessportbund erstellten Arbeitsmaterialien, z. B. Materialien für die Entwicklung und Umsetzung von Generationenprojekten, Qualifizierung von Übungsleiterinnen und Übungsleitern.
- unterstützen die Öffentlichkeitsarbeit der Vereine für die generationenübergreifenden Projekte/-angebote.
- sammeln und evaluieren die Erfahrungen und gute Praxisbeispiele der Sportvereine, bereiten diese auf und kommunizieren diese an den Landessportbund (Angebotsverzeichnis) und an andere Sportvereine.
- arbeiten mit anderen Stadt-/Kreissportbünden und Fachverbänden zusammen.
- gewinnen sportinterne und -externe Kooperations-/Netzwerkpartner für Generationenthemen/-projekte bzw. beteiligen sich in bestehenden kommunalen Netzwerken über z. B. regelmäßige Kontakte/Beratungen und Kooperationsvereinbarungen.
- begleiten die Arbeit im Schwerpunkt durch eine für das Programm „Bewegt älter werden in NRW“ beauftragte Person und sichern deren Unterstützung durch geeignete Strukturen ab (z. B. Team, Ausschuss, Beirat, Kommission, Steuerungsgruppe).
- führen generationenübergreifende Vereinsprojekte/-angebote durch und integrieren Jung-und-Alt-Angebote in das Sportangebot des Vereins, z. B. Aktionstage, Zukunftswerkstätten, Schnupperangebote, Kurs- und Dauerangebote.
- gewinnen Kinder/Jugendliche und Ältere u. a. als Übungsleiter/innen und weitere ehrenamtliche Tätigkeiten im Verein und ermöglichen die Nutzung von zentralen/dezentralen Qualifizierungsangeboten.
- präsentieren ihre Generationenprojekte/-angebote/ Best-Practice-Beispiele auf Kreis-/Fachverbands- und Landesebene, z. B. Veröffentlichungen in Print- und elektronischen Medien, „Wir im Sport“, Internet, zentrales Angebotsverzeichnis.
- kommunizieren ihre Generationenangebote/-projekte öffentlichkeitswirksam über Stadt-/Kreissportbünde, Fachverbände, Landessportbund und Kooperations-/Netzwerkpartner zum Erreichen der Zielgruppen, z. B. über Internet, Printmedien...
- nutzen die vom Landessportbund, den Fachverbänden erstellten Beratungsangebote, Arbeitshilfen und Materialien für Generationenprojekte/zur Umsetzung von Jung-und-Alt-Angeboten.
- arbeiten mit anderen Sportvereinen, den Stadt-/Kreissportbünden sowie Fachverbänden zusammen.
- arbeiten mit kommunalen Kooperations- und Netzwerkpartnern zusammen, z. B. gemeinsame Umsetzung von Generationenprojekten, regelmäßige Beratungen und gemeinsame Kooperationsvereinbarungen.
- nutzen die Erfahrungen der Projektpartnervereine aus dem Projekt „Jung und Alt – gemeinsam sportlich aktiv“ bzw. anderer Sportvereine, stimmen ihre Strategien ab und stellen die Erfahrungen für andere Vereine zur Verfügung.
- stellen den Stadt-/Kreissportbünden, Fachverbänden und dem Landessportbund Ergebnisse/Daten für die Evaluation und Weiterentwicklung des Generationenthemas zur Verfügung.
- begleiten die Arbeit im Schwerpunkt durch eine für das Programm „Bewegt älter werden in NRW“ beauftragte Person und sichern deren Unterstützung durch geeignete Strukturen ab (z. B. Team, Ausschuss, Beirat, Kommission, Steuerungsgruppe).

Die Sportvereine

- verankern, entsprechend der individuellen Voraussetzungen, die Förderung der Generationenbeziehungen als Handlungsfeld in die Vereinsarbeit bzw. den Sport der Älteren, z. B. über ein Vereiskonzept.
- motivieren und binden Jüngere und Ältere, Vereins- und Nichtvereinsmitglieder für Generationenprojekte/-angebote, die Förderung der Generationenbeziehungen z. B. über Anerkennung, Honorierung.

5.3.1.3 Verfahrensmodell (u. a. Vorgehen, Querschnitts- funktionen, Indikatoren)

Die Förderung der Generationenbeziehungen im Sport ist eine gesellschaftlich wichtige Aufgabe und wird für den zukunftsfähigen Sportverein zunehmend an Bedeutung gewinnen.

Das Thema „Generationenbeziehungen“ wird über das Verbundsystem des Sports in den jeweiligen Bezügen kommuniziert, gefördert und bearbeitet.

Eine wesentliche Bedingung für die erfolgreiche Umsetzung von Generationenprojekten in den Sportvereinen und der langfristigen Verankerung generationenübergreifender und -bezogener Themen im organisierten Sport ist die Berücksichtigung der unterschiedlichen strukturellen Voraussetzungen und regionalen Gegebenheiten. Wichtige Arbeitsschwerpunkte liegen insbesondere in den Bereichen Angebots- und Personalentwicklung, Öffentlichkeitsarbeit sowie Kooperation und Vernetzung.

Querschnittsfunktionen ergeben sich insbesondere zu den Bereichen Qualifizierung, Integration, Sporträume sowie zum Programm „NRW bewegt seine Kinder“.

Mögliche Indikatoren für die Erreichung der Ziele/Teilziele

- Zahl der Sportvereine, die generationenübergreifende Projekte/Angebote umsetzen bzw. Generationengruppen haben/Best-Practice-Beispiele.
- Zahl der bestehenden Jung-und-Alt-Angebote/Generationenprojekte der Sportvereine in NRW – Angebotsverzeichnis, Best-Practice-Beispiele.
- Teilnehmezahl bei den Jung-und-Alt-Angeboten der Sportvereine in NRW.
- Anzahl an zentralen/dezentralen Aus-/Fort- und Weiterbildungen für Übungsleiter/innen mit generationenübergreifendem Bezug, Schulungen der Vereinsvorstände.
- Anzahl der Teilnehmer/innen und Übungsleiter/innen bei den angebotenen Aus-/Fort- und Weiterbildungen.



- Art und Anzahl der Kooperations- und Netzwerkpartner
- Anzahl der Kontakte/Beratungen und Kooperationsvereinbarungen mit sportinternen und -externen Kooperationspartnern, der bestehenden Netzwerke
- Zahl der genutzten VIBSS-Beratungen durch die Sportvereine
- Anzahl der gemeinsamen Treffen, Erfahrungsaustausche, Info-Briefe, Telefonkontakte mit Vereinen und Kooperationspartnern
- Anzahl der genutzten Arbeitsmaterialien, bestellten Broschüren vom Landessportbund
- Zahl der Veröffentlichungen von Generationenprojekten/-angeboten in der „Wir im Sport“, auf den Internetseiten des Landessportbundes, der Kreis-/Stadt sportbünde, Fachverbände, Sportvereine und Kooperationspartner
- Strukturelle Etablierung des Themas
- Zahl der für das Programm „Bewegt älter werden in NRW“ eingesetzten Beauftragten bzw. begleitenden Strukturen (z. B. Team, Ausschuss, Beirat, Kommission, Steuerungsgruppe)

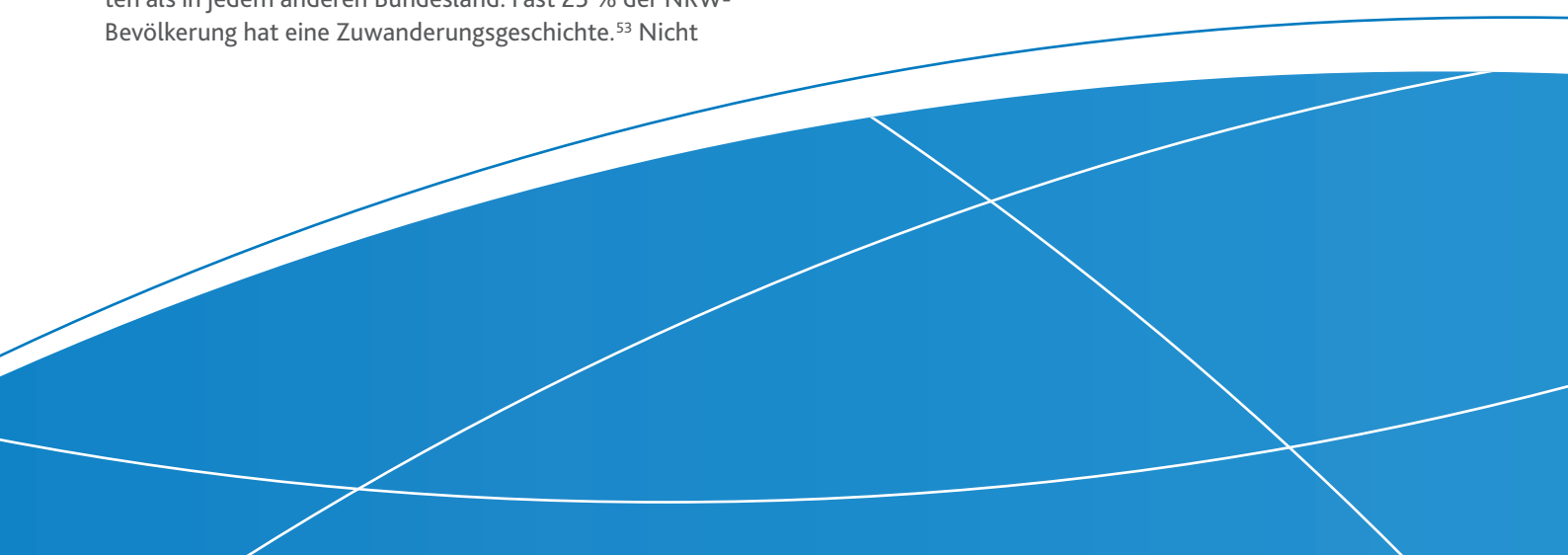
5.3.2 Integration – Begründung und Sachstand

„Migration und Integration sind zentrale Herausforderungen für Politik und Gesellschaft. Ihre Bewältigung kann nur im Miteinander aller Beteiligten gelingen.“⁵¹ Ebenso wie für andere gesellschaftliche und politische Akteure stellt Integration eine der zentralen Herausforderungen für den organisierten Sport dar. Der Anteil der Menschen mit Migrationshintergrund beträgt zurzeit 19,2 % der Gesamtbevölkerung der BRD – Tendenz steigend. Nach Aussage des NRW-Landesamtes für Statistik, hatte 2009 jeder vierte Einwohner des Landes einen Migrationshintergrund.⁵² In Nordrhein-Westfalen leben mehr Migrantinnen und Migranten als in jedem anderen Bundesland. Fast 25 % der NRW-Bevölkerung hat eine Zuwanderungsgeschichte.⁵³ Nicht

zuletzt auch vor dem Hintergrund dieser demografischen Entwicklung betrachtet der Landesportbund NRW die Integration von Männern und Frauen mit Zuwanderungsgeschichte in und durch den Sport als eine bedeutende gesellschaftspolitische Aufgabe und gleichzeitig als einen existenziell wichtigen Beitrag zur Zukunftssicherung der Sportvereinsentwicklung in Nordrhein-Westfalen. Integration gilt dabei als Querschnittsaufgabe, welche in allen Handlungsfeldern und Programmen der Sportorganisationen einen besonderen Stellenwert erhalten muss. Dabei stellt die interkulturelle Öffnung des Sports eine zentrale Aufgabe dar, bei der die Anerkennung, Partizipation und gleichberechtigte Teilhabe der Menschen mit Zuwanderungsgeschichte wichtige Aspekte des Integrationsverständnisses des organisierten Sports sind.

„Die Integration von Menschen mit Zuwanderungsgeschichte im und durch den Sport sehen wir auch als Möglichkeit zur sportlichen, sozialen und kulturellen Bereicherung des organisierten Sports in Nordrhein-Westfalen.“⁵⁴

In der BRD leben derzeit 1.463.000 Menschen mit Zuwanderungsgeschichte, die älter als 65 Jahre sind.⁵⁵ Genaue Zahlen für NRW liegen derzeit nicht vor. Der Anteil der älteren Migrantinnen und Migranten wird sich jedoch in Zukunft erheblich erhöhen, wenn erst die jetzt noch jüngeren Menschen mit Zuwanderungsgeschichte in den nächsten 10 bis 20 Jahren ins höhere Lebensalter kommen. Zu beachten ist dabei jedoch eine regional sehr unterschiedliche Verteilung. Während bereits heute in immer mehr Ballungszentren der Anteil von Personen mit Zuwanderungsgeschichte weit über 50 % beträgt, sind in einigen ländlichen Regionen kaum Migrantinnen und Migranten anzutreffen.



In der aktuellen politischen Debatte wird Zuwanderung als Chance zur „Abmilderung“ der Überalterung der deutschen Bevölkerung gesehen. Dem Mikrozensus 2009 zur Folge sind die Migrantinnen und Migranten deutlich jünger als die deutsche Bevölkerung. Der Altersaufbau der Bevölkerung in Deutschland zeigt, dass der Anteil der Personen mit Zuwanderungsgeschichte in den jüngeren Jahrgängen am größten ist. Dem „Migrationsbericht 2009“ nach sind 9,4 % der Migrantinnen und Migranten älter als 65 Jahre und 21,7 % der Deutschen sind über 65 Jahre alt.⁵⁶ Derzeit lässt sich deutlich voraussehen, dass der Anteil der in Deutschland lebenden älteren Migrantenbevölkerung kontinuierlich steigen wird.

Für die Gewinnung von Vereinsmitgliedern wird somit auch diese Zielgruppe eine zunehmende Bedeutung spielen. Für die Zukunft gilt es, dieser bisher eher sportorganisationsfernen Zielgruppe den Zugang zu Sport und körperlicher Aktivität zu erleichtern und dabei gleichzeitig deren Integration zu unterstützen. Durch gemeinsame sportliche Aktivitäten wird der Austausch von Menschen mit und ohne Zuwanderungsgeschichte angeregt. Die bisherigen Erkenntnisse aus dem Programm „Integration durch Sport“ zeigen jedoch, dass den älteren Menschen mit Zuwanderungsgeschichte der Zugang zum Sport und insbesondere zum organisierten Sport gemeinhin schwer fällt⁵⁷. Um die vor allem kulturell bedingten Zugangsbarrieren zu überwinden, ist eine Verankerung der Sportvereinsarbeit in lokale und kommunale Netzwerke unabdingbar. Wichtige Kooperationspartner für den organisierten Sport in diesem Bereich sind die Selbstorganisationen der Migrantinnen und Migranten, örtliche Integrationsnetzwerke und lokale Koordinierungsstellen der Integrationsarbeit. Die Zusammenarbeit erfordert einerseits eine interkulturelle Öffnung der Sportvereine und die Bereitschaft der

Menschen mit Zuwanderungsgeschichte, auch ihrerseits aktiv zu werden und andererseits eine gezielte und direkte Ansprache der älteren Menschen mit Zuwanderungsgeschichte über Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und Muttersprachler/innen.⁵⁸

Die Integration in den Sport kann zudem dazu beitragen, den besorgniserregenden Gesundheitszustand der älteren Menschen mit Zuwanderungsgeschichte zu verbessern. Trotz unzureichender Forschungsergebnisse schätzen Experten, dass im Vergleich zur gleichaltrigen deutschen Bevölkerung die gesundheitliche Lage der älteren Zuwanderer schlechter ist. Ein Grund dafür ist ihre überwiegende Zugehörigkeit zur einkommensschwachen und bildungsfernen Schicht. Erschwert wird diese Situation durch weitere gesundheitliche Belastungsfaktoren wie z. B. Schichtarbeit oder körperlich schwere Arbeit. Außerdem verfügen die älteren Zuwanderinnen und Zuwanderer meist über einen schlechten Zugang zu den deutschen Sozial- und Versorgungssystemen sowie zu den Gesundheitsleistungen.⁵⁹

⁵¹ Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen, Jugend (Hrsg.) (2006): Fünfter Bericht zur Lage der älteren Generation in Bundesrepublik Deutschland, S. 48

⁵² Bundesministerium des Inneren (Hrsg.) (2009): Migrationsbericht 2009, S. 216
⁵³ Mikrozensus 2005

⁵⁴ Sportjugend NRW: Grundsatzpapier Sport und Integration (2010), S. 22

⁵⁵ Mikrozensus 2009, Bevölkerung mit Migrationshintergrund, S. 32

⁵⁶ BMI, Migrationsbericht 2009, S. 207

⁵⁷ Bauer, J. (2009): Evaluation des Programms Integration durch Sport, S. 291

⁵⁸ Schopf, C./Naegel, G.: Alter und Migration – Ein Überblick, in: Zeitschrift für Gerontologie 38/2004

⁵⁹ Statistisches Bundesamt: Datenreport 2006. Zahlen und Fakten über Bundesrepublik Deutschland, S. 572

Der organisierte Sport trägt zur Integration bei

Der organisierte Sport kann durch eine spezielle Ansprache sowie durch zielgruppenorientierte Projekte und Präventionsangebote zur Gesundheitsfürsorge der älteren Menschen mit Zuwanderungsgeschichte beitragen. Dabei ist jedoch die große Heterogenität der Zielgruppe zu berücksichtigen. Unterschiedliche sozioökonomische Faktoren, Bildungsstände, kulturelle Zugehörigkeit oder jeweils unterschiedliche Migrationshintergründe erfordern oft ein differenziertes Vorgehen. „Die Integrationsprozesse zeigen, dass Zuwanderinnen und Zuwanderer sehr unterschiedliche Voraussetzungen mitbringen und ihnen die Gesellschaft unterschiedliche Möglichkeiten bietet, in Deutschland, anzukommen.“⁶⁰

Der Integrationsansatz des organisierten Sports muss die unterschiedlichen Lebenslagen der älteren Zuwanderinnen und Zuwanderer berücksichtigen. Insbesondere der Beachtung des geschlechtsspezifischen Ansatzes kommt eine besondere Bedeutung zu.

Bisherige gesammelte erfolgreiche Erfahrungen des Projektes „spin – sport interkulturell“ der Sportjugend NRW, des Programms „Integration durch Sport“ und der Stiftung Mercator zur Integration von Mädchen und jungen Frauen mit Zuwanderungsgeschichte zeigen, dass gezielte geschlechtergetrennte Angebote unter Leitung von Übungsleiterinnen und Übungsleitern mit Zuwanderungsgeschichte auch eine Heranführung der älteren Migrantinnen und Migranten an den organisierten Sport ermöglicht.⁶¹

Ein Engagement der Sportvereine zur Integration von älteren Menschen mit Zuwanderungsgeschichte beinhaltet auch ein großes Potenzial, aus dieser Zielgruppe künftige neue ehrenamtliche Vereinsmitarbeiter/innen auf allen Ebenen zu gewinnen und zu qualifizieren.

Das freiwillige Engagement der älteren Menschen mit Zuwanderungsgeschichte kann einen wesentlichen Beitrag zur Förderung des generationenübergreifenden Miteinanders der unterschiedlichen Kulturen leisten, die Vereine langfristig interkulturell öffnen und auf die Herausforderungen der Migrationsentwicklung vorbereiten. „Die Förderung des Dialogs und der Beteiligungsmöglichkeiten, die Entwicklung gegenseitiger Akzeptanz sowie die Verhinderung sowie der Abbau der Diskriminierung und Fremdenfeindlichkeit werden im Zentrum des zukünftigen Engagements stehen.“

5.3.2.1 Ziele

Aufgrund des demografischen Wandels und der Migrationsentwicklung ist die Verankerung der Handlungsansätze auf gesellschaftlicher Ebene im Rahmen einer gezielten Förderung der älteren Zuwanderinnen und Zuwanderer und gemeinsamer Aktivitäten von Älteren mit und ohne Zuwanderungsgeschichte notwendig. Daraus lässt sich folgendes gesellschaftspolitisches Ziel ableiten:

⁶⁰ Braun, S./Finke, S. (2010): Integrationsmotor Sportverein. Ergebnisse zum Modellprojekt „spin-sport interkulturell“

⁶¹ Landessportbund NRW (Hrsg.) (2010): Positionspapier – Sport und Zuwanderung, S. 5



Gesellschaftspolitisches Ziel

Der organisierte Sport in Nordrhein-Westfalen fördert in Zusammenarbeit mit kommunalen Partnern gezielt die Integration älterer Zuwanderinnen und Zuwanderer im Rahmen gemeinsam initiiertter Bewegungs-, Sport- und Freizeitangebote und unterstützt das Miteinander von Menschen mit und ohne Zuwanderungsgeschichte.

Teilziele

- Der organisierte Sport ist Kompetenzträger für die Förderung von Maßnahmen der Integration.
- Der organisierte Sport handelt auf der Grundlage der Vorgaben des Programms „Bewegt älter werden in NRW“.
- Der organisierte Sport ist mit lokalen Integrationsnetzwerken und Migrantenvereinigungen (z. B. Kulturvereinen) vernetzt.
- Die Sportvereine und kommunalen Kooperationspartner aus dem Integrations-, Bildungs-, und Sozialbereich sind für die Bedeutung von Gesundheitsprojekten und Bewegungsangeboten für ältere Menschen und insbesondere für ältere Migrantinnen und Migranten sensibilisiert und initiieren entsprechende Aktivitäten.
- Sportinterne und -externe Netzwerkstrukturen sind die Plattform für die Abstimmung gemeinsamer Strategien und bieten Wissens- und Erfahrungstransfer zum Handlungsfeld „Ältere Menschen mit Zuwanderungsgeschichte im Sport“.

- Der organisierte Sport und die kommunalen Kooperationspartner kommunizieren die integrativen Angebote und Themen für Ältere mit Zuwanderungsgeschichte in allen relevanten Lebenswelten und -bereichen unter Berücksichtigung von möglichen Sprachbarrieren und gewinnen auch ehrenamtliche Mitarbeiter/innen mit Zuwanderungsgeschichte.

Zur Erreichung des gesellschaftspolitischen Ziels durch langfristige Förderung der Integration älterer Zuwanderinnen und Zuwanderer und durch die Verbesserung des Dialogs zwischen Menschen mit Zuwanderungsgeschichte bedarf es ebenso einer Weiterentwicklung und Sicherung sportpolitischer Strukturen. Daraus ergibt sich das folgende sportpolitische Ziel:

Sportpolitisches Ziel

Der organisierte Sport in Nordrhein-Westfalen setzt sich für ein Zusammenführen der Menschen mit und ohne Zuwanderungsgeschichte ein und hebt den integrativen Charakter des Sports bewusst hervor. Er fördert die Einbindung älterer Zuwanderinnen und Zuwanderer in den organisierten Sport durch zielgruppenorientierte Bewegungs-, Sport-, und Freizeitangebote.

Teilziele

- Angebote für ältere Zuwanderinnen und Zuwanderer werden unter Berücksichtigung der zielgruppenspezifischen kulturellen Bedürfnisse und Interessen fest in die Strukturen der Sportvereine bzw. in den Bereich „Sport der Älteren“ verankert.

- Die Sportvereine bieten Älteren mit und ohne Zuwanderungsgeschichte durch Schaffung entsprechender Rahmenbedingungen ausreichend Raum, Zeit und vielfältige Gelegenheiten für gemeinsame sportliche und außersportliche Aktivitäten zur Förderung der Kommunikation und sozialen Zugehörigkeit.
- Bewegungs-, Sport- und Freizeitangebote sind in den Sportvereinen aufgebaut und werden in Quantität und Qualität kontinuierlich weiterentwickelt.
- Der organisierte Sport verfügt im Bereich der Gewinnung besonders älterer Migrantinnen und Migranten auch über kompetente und qualifizierte ehrenamtliche Mitarbeiter/innen mit Zuwanderungsgeschichte und fördert deren weitere Qualifizierung.
- Der organisierte Sport nutzt interne und externe Netzwerkstrukturen zur Gestaltung und Kommunikation der Angebote für ältere Menschen mit Zuwanderungsgeschichte und für Integrationsthemen zur Gewinnung der Zielgruppe älterer Zuwanderinnen und Zuwanderer und neuer Partner aus den Integrationsbereichen.

5.3.2.2 Maßnahmen

Der Landessportbund ist viel stärker als bisher gefordert, die Stadt- und Kreissportbünde, die Fachverbände und die Sportvereine im Bereich der Integration durch Handlungsempfehlungen und Qualifizierungsangebote zu unterstützen. Auf der Ebene der Stadt- und Kreissportbünde sind die notwendigen Schritte sowohl die Vernetzung mit Migrantenvereinigungen und Integrationsnetzwerken als auch die Förderung und die Weiterbildung der Übungsleiter/innen mit Zuwanderungsgeschichte. Die Initiierung der zielgruppenorientierten Angebote und der Öffentlichkeitsarbeit in Kooperation mit Multiplikatorinnen und Multiplikatoren stellt bei der Gewinnung der älteren Zuwanderinnen und Zuwanderer als Vereinsmitglieder und als ehrenamtliche Akteurinnen/Akteure die Hauptaufgaben der Vereine dar.

Der Landessportbund Nordrhein-Westfalen

- entwickelt auf Grundlage des Positionspapiers und der Ergebnisse der Integrationsprojekte „Integration durch Sport (IdS)“ und „Sport interkulturell (spin)“ ein Konzept mit Handlungsempfehlungen und Arbeitshilfen für die Gewinnung der älteren Zuwanderinnen und Zuwanderer in den organisierten Sport.
- entwickelt Handlungsgrundlagen für die Einbindung älterer Migrantinnen und Migranten in die ehrenamtliche Arbeit im Verein.
- sensibilisiert Kreis- und Stadtsportbünde, Fachverbände und Sportvereine für die Integration älterer Zuwanderinnen und Zuwanderer und informiert regelmäßig z. B. über Treffen, Anschreiben, Info-Briefe, Projektausschreibungen.
- fördert Strukturen und schafft konzeptionelle Grundlagen zur Verankerung des Integrationsthemas und Einrichtung zukünftiger Projekte und Angebote für ältere Zuwanderinnen und Zuwanderer in den Kommunen und Sportvereinen.
- arbeitet mit sportinternen und -externen Kooperations- und Netzwerkpartnern im Bereich Integration zusammen bzw. beteiligt sich in bereits bestehenden kommunalen Netzwerken.
- arbeitet mit Fachverbänden, Kreis- und Stadtsportbünden zur Gewinnung weiterer interessierter Sportvereine für die Integration der älteren Migrantinnen und Migranten zusammen, z. B. über zentrale Erfahrungsaustausche.
- fördert die Durchführung gemeinsamer Aktionen und Dauerangebote für Ältere mit und ohne Zuwanderungsgeschichte auf kommunaler Ebene.
- begleitet, berät und unterstützt Sportvereine und kommunale Partner bei der Entwicklung sowie Einrichtung gemeinsamer Bewegungsangebote und Aktivitäten für Ältere mit und ohne Zuwanderungsgeschichte, z. B. über VIBSS-Beratungsangebote.

- entwickelt Materialien für „Ältere Migranten im Sport“-Projekte und bietet zentrale und dezentrale Qualifizierungsmaßnahmen (Aus-, Fort- und Weiterbildungen) für Mitarbeiter/innen im organisierten Sport an, z. B. Profil für ÜL-C Breitensport, Schulung der Vereinsvorstände.
- sammelt und bereitet die Erfahrungen der Sportvereine, Kreis- und Stadtsportbünde, Best-Practice-Beispiele auf, z. B. Handlungsleitfaden, Veröffentlichungen in der „Wir im Sport“.
- unterstützt die Öffentlichkeitsarbeit der Kreis- und Stadtsportbünde, Fachverbände und Sportvereine bei Generationenprojekten/-angeboten, z. B. Bereitstellung von Kommunikationsmitteln, Veröffentlichungen in Print- und elektronischen Medien.
- qualifiziert die Akteurinnen/Akteure der Kreis- und Stadtsportbünde, Fachverbände und Sportvereine.
- entwickelt konkrete Maßnahmen zu den Teilzielen in enger Kooperation mit Stadt- und Kreissportbünden, Fachverbänden und Sportvereinen, z. B. Mitarbeit in Netzwerken im Bereich der Integration.
- koordiniert den Austausch und die Zusammenarbeit zwischen Stadt- und Kreissportbünden, Fachverbänden und Sportvereinen durch Regionalkonferenzen zum Thema „Ältere Migranten im Sport“.
- evaluiert die Erfahrungen aus den Stadt- und Kreissportbünden, Fachverbänden und Sportvereinen.
- begleitet die Arbeit im Schwerpunkt durch eine für das Programm „Bewegt älter werden in NRW“ beauftragte Person und sichert deren Unterstützung durch geeignete Strukturen ab (z. B. Team, Ausschuss, Beirat, Kommission, Steuerungsgruppe).

Die Stadt-/Kreissportbünde und Fachverbände

- arbeiten mit dem Landessportbund zusammen und unterstützen die Umsetzung von Projekten und Angeboten für und mit älteren Migrantinnen und Migranten auf kommunaler Ebene und in den Sportvereinen.
- integrieren das Thema „Ältere Migranten im Sport“ als festes Handlungsfeld in den Bereich „Ältere im Sport“.
- sensibilisieren und gewinnen Sportvereine und Vereinsvorstände für die Initiierung von Projekten und Angeboten zur Gewinnung älterer Menschen mit Zuwanderungsgeschichte.
- qualifizieren in Zusammenarbeit mit dem Landessportbund die Vereinsvorstände zum Thema Integration älterer Migrantinnen und Migranten.
- begleiten, unterstützen und beraten Sportvereine bei der Durchführung der Projekte, Aktionstage, Bewegungsangebote, Kurse, Zukunftswerkstätten für Integration der älteren Migrantinnen und Migranten unter Berücksichtigung der Voraussetzungen jedes Sportvereins, z. B. über die Nutzung von VIBSS-Beratungsangeboten, Best-Practice-Beispielen.
- ermöglichen Erfahrungsaustausche von Sportvereinen mit Integrationsprojekten und -angeboten, z. B. über regelmäßige Beratungen und Treffen.
- führen dezentrale Aus- und Fortbildungen bzw. Qualifizierungsmaßnahmen zu Integrationsthemen insbesondere mit dem Schwerpunkt der Gewinnung älterer Migrantinnen und Migranten durch.
- verbreiten und nutzen die vom Landessportbund erstellten Arbeitsmaterialien, z. B. Materialien für die Entwicklung und Umsetzung von Integrationsprojekten, Qualifizierung von Übungsleiterinnen und Übungsleitern.
- sammeln gute Praxisbeispiele aus ihren Sportvereinen und pflegen sie in den Pool des Landessportbundes ein.
- bieten Beratungs- und Qualifizierungsmaßnahmen für die Mitarbeiter/innen der Mitgliedsvereine an und nutzen selbst Beratungsmaßnahmen, die z. B. über VIBSS angeboten werden.
- sind auf kommunaler Ebene Akteure im Handlungsfeld „Ältere Migranten im Sport“.
- begleiten die Arbeit im Schwerpunkt durch eine für das Programm „Bewegt älter werden in NRW“ beauftragte Person und sichert deren Unterstützung durch geeignete Strukturen ab (z. B. Team, Ausschuss, Beirat, Kommission, Steuerungsgruppe).

Die Sportvereine

- verankern, entsprechend der individuellen Voraussetzungen, die Förderung der Integration der älteren Migrantinnen und Migranten als Handlungsfeld in die Vereinsarbeit bzw. den Sport der Älteren, z. B. über ein Vereinskzept.
- vernetzen sich mit Migrantenvereinigungen und lokalen Organisationen im Bereich der Integration, z. B. gemeinsame Umsetzung von Integrationsprojekten.
- nehmen die Qualifizierungsangebote zum Thema „Interkulturelle Öffnung“ wahr, z. B. Fortbildung „Sport Interkulturell“.
- gewinnen Personen mit Zuwanderungsgeschichte u. a. als Übungsleiter/innen und für weitere ehrenamtliche Tätigkeiten im Verein und ermöglichen die Nutzung von zentralen und dezentralen Qualifizierungsangeboten.
- fördern die Durchführung gemeinsamer Aktionen und Dauerangebote für Ältere ohne und mit Zuwanderungsgeschichte.
- implementieren Bewegungs- und Sportangebote für ältere Frauen mit und ohne Zuwanderungsgeschichte.
- gewinnen und qualifizieren insbesondere Frauen mit Zuwanderungsgeschichte.
- binden jüngere Vereinsmitglieder mit Zuwanderungsgeschichte als Multiplikatorinnen/Multiplikatoren bei der Gewinnung älterer Migrantinnen/Migranten mit ein.
- nutzen die vom Landessportbund erstellten Arbeitshilfen und die Angebotsdatenbank.
- präsentieren ihre Best-Practice-Beispiele für Ältere mit Zuwanderungsgeschichte auf Kreis-, Fachverbands- und Landesebene, z. B. Veröffentlichungen in Print- und elektronischen Medien, „Wir im Sport“, Internet, zentrales Angebotsverzeichnis.
- begleiten die Arbeit im Schwerpunkt durch eine für das Programm „Bewegt älter werden in NRW“ beauftragte Person und sichert deren Unterstützung durch geeignete Strukturen ab (z. B. Team, Ausschuss, Beirat, Kommission, Steuerungsgruppe).

5.3.2.3 Verfahrensmodell (u. a. Vorgehen, Querschnittsfunktionen, Indikatoren)

Mögliche Indikatoren für die Erreichung der Ziele/Teilziele

- Zahl der Sportvereine, die Angebote mit Einbindung der Menschen mit Zuwanderungsgeschichte umsetzen (Best-Practice-Beispiele)
- Zahl der bestehenden Angebote der Sportvereine in NRW mit Einbindung der Migrantinnen und Migranten, z. B. Angebotsverzeichnis, gute Praxis-Beispiele
- Teilnehmerzahl bei den Angeboten für Ältere mit Zuwanderungsgeschichte der Sportvereine in NRW
- Anzahl an Aus-/Fort- und Weiterbildungen für Übungsleiter/innen mit Zuwanderungsgeschichte mit generationenübergreifenden Bezug
- Anzahl an Schulungen und Infoveranstaltungen für die Vereinsvorstände zum Thema der Einbindung Älterer mit Zuwanderungsgeschichte in Vereinssport und Vereinsleben
- Art und Anzahl der Kooperations- und Netzwerkpartner mit dem Schwerpunkt Integration
- Zahl der genutzten VIBSS-Beratungen durch die Sportvereine zum Thema „Gewinnung älterer Menschen mit Zuwanderungsgeschichte.“
- Anzahl der genutzten Arbeitsmaterialien, bestellten Broschüren vom Landessportbund zum Thema Integration und spezielle Einbindung der älteren Zuwanderer
- Zahl der Veröffentlichungen von Projekten für und mit Älteren mit Zuwanderungsgeschichte in der „Wir im Sport“, Internetseiten des Landessportbundes, der Kreis- und Stadtsportbünde, Fachverbände, Sportvereine und Kooperationspartner



- Anzahl der Stadt- und Kreissportbünde, die regelmäßige Kontakte zu den kommunalen Migrantenvertretungen und Integrationsverbänden unterhalten
- Anzahl der eingesetzten Beauftragten bzw. begleitender Strukturen (z. B. Team, Ausschuss, Beirat, Kommission, Steuerungsgruppe).

5.3.3 Engagement – Begründung und Sachstand

(Bürgerschaftliches) Engagement ist ein freiwilliges, nicht auf materiellen Gewinn gerichtetes, auf das Gemeinwohl bezogenes, öffentliches und gemeinschaftliches individuelles Handeln. Voraussetzungen für das Engagement sind neben der Motivation des Einzelnen das Vorhandensein materieller Ressourcen, verfügbare Zeit und eine Engagement fördernde soziale Infrastruktur.⁶²

Aktuelle Studien belegen, dass sich ältere Menschen nach wie vor am häufigsten im Bereich Sport/Bewegung engagieren.⁶³

Im 3. Freiwilligensurvey, im Sportentwicklungsbericht⁶⁴ und im Monitor-Engagement des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen, Jugend (BMFSFJ) werden zudem folgende zentrale Erkenntnisse dokumentiert:⁶⁵

- Das Engagementpotenzial ist über alle Altersphasen hinweg seit 1999 gestiegen – es schlägt sich aber nicht in tatsächliches Engagement nieder: In NRW engagieren sich ca. 6 Millionen Menschen freiwillig, über 500.000 im Sport:

fast 188.000 als Trainer/innen und Übungsleiter/innen, annähernd 178.000 auf der Vorstandsebene und über 135.000 als zusätzliche Helfer/innen ohne Amt/Funktion; aber: von 2004 bis 2009 wurden es im Sport 65.000 weniger und engagierte Ältere sind insgesamt unterrepräsentiert.

- Die Bereitschaft der bisher Nichtengagierten, eine Engagementtätigkeit aufzunehmen, ist ebenfalls gestiegen: über 5 Mill. Menschen in NRW (1/3 der Bevölkerung) wären bereit sich zu engagieren und ehrenamtliche/freiwillige Arbeit zu leisten; aber
 - immer weniger in „Ehrenämtern“ (gewählt, langfristig)
 - zunehmend befristet und auf konkrete Aufgaben bezogen (Projekte) und
 - unter „passenden Voraussetzungen“. Das gilt auch für Ältere.
- Bürgerschaftliches Engagement wirkt sich positiv auf das Gesundheitsempfinden aus. Engagierte schätzen ihren Gesundheitszustand besser ein als Nichtengagierte.
- Ältere Menschen engagieren sich vielfach für ältere Menschen, aber auch generationsübergreifend in erheblichem Umfang für Kinder und Jugendliche.
- Beim Engagement hat das Vereinswesen einen hohen Stellenwert.

⁶² Deutscher Bundestag (2002) Bericht der Enquete-Kommission „Zukunft des Bürgerschaftlichen Engagements“. Bürgerschaftliches Engagement: auf dem Weg in eine zukunftsfähige Bürgergesellschaft. Bundestags-Drucksache 14/8900 und Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen, Jugend (2011) (Hrsg.): Monitor Engagement, Ausgabe Nr. 4, Berlin

⁶³ 3. Freiwilligensurvey der Bundesregierung: <http://www.bmfsfj.de/BMFSFJ/Service/Publikationen/publikationen,did=165004.html> und siehe dazu auch Kapitel 5.2.1

⁶⁴ Breuer (2011): Sportentwicklungsbericht des DOSBs 2009/2010 für NRW

⁶⁵ Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen, Jugend (2011) (Hrsg.): Monitor Engagement: Ausgabe Nr. 4, Berlin





- Gemeinwohlorientierte Ansprüche und Erwartungen stehen für ältere Menschen im Vordergrund, aber auch Spaß und sympathische Menschen kennen lernen zu wollen, sind wichtige Motive.
- Männer engagieren sich noch immer stärker als Frauen.

Unter dem Aspekt der vier Anspruchsbereiche wird deutlich, welche Chancen Sportvereine in der Zukunft haben, um ältere Menschen für ein Mittun zu begeistern:

- Wir ermöglichen lebensbegleitendes Sporttreiben.
- Wir tragen zu einem gelingenden sozialen Miteinander bei.
- Wir gewährleisten individuelle Entwicklung und Förderung in allen Lebensphasen.
- Wir übernehmen gesellschaftliche Verantwortung.

Sportvereine sind ideale Partner für ältere Frauen und Männer, die sich engagieren wollen!

Voraussetzung für Engagement und Ehrenamt

Die neu erschienene sportspezifische Auswertung des Freiwilligensurveys macht deutlich, dass das Engagement und die Bereitschaft zur Übernahme von Aufgaben und Ämtern im Verein in den letzten Jahren deutlich zurückgegangen ist: Bundesweit engagieren ca. 500.000 Personen weniger als vor fünf Jahren im Sport. Aber der Sportentwicklungsbericht und andere Untersuchungen belegen, dass

- die Engagementquote bei jungen Älteren (50-64 Jahre) mit 37 % überdurchschnittlich hoch ist,
- bei jungen Älteren eine hohe Bereitschaft zur Ausdehnung des Engagements vorhanden ist: 20 % sind nach expliziter Aussage bereit, sich mehr zu engagieren, 44 % vielleicht; auch diejenigen, die bisher noch gar nicht engagiert sind, zeigen großes Interesse: 20 % sind zur Neuaufnahme einer Tätigkeit bereit; 41 % vielleicht,⁶⁶
- bei Engagierten der Bildungsgrad höher ist als in der Gesamtbevölkerung: höher Gebildete engagieren mehr als weniger Gebildete.

Die positiven Wirkungen beziehen sich beim Engagement nicht nur auf andere Personen oder Institutionen. Engagement kann auch positive Wirkungen auf die eigene Person haben: Nachweislich führt Engagement zu einem besseren Gesundheitsempfinden. Jedoch gilt auch, dass bei einem besseren Gesundheitsempfinden die Bereitschaft größer ist, sich zu engagieren.

⁶⁶ Braun, Sebastian (2011): Ehrenamtliches und freiwilliges Engagement im Sport. Köln. (sportspezifische Auswertung des Freiwilligensurveys)

Sport, der bevorzugte Ort für ein Engagement

Der Freiwilligensurvey zeigt, dass Sport mit 26 % das bevorzugte Feld des Engagements ist. Differenzierungen zeigen sich bzgl. der Zielgruppe, der das Engagement von Älteren zugute kommen soll: Während junge Ältere eher Aktivitäten mit generationsübergreifender Wirkung anstreben, findet man das gewünschte Engagement für die eigene Zielgruppe besonders bei Älteren (65-74 Jahre).

Befragt nach ihren Motiven für das Engagement nennen Ältere folgende Gründe:

- Spaß haben (4,4 Zustimmungsggrad bei Skala 1-5)
- anderen Menschen helfen (4,2)
- Menschen anderer Generationen kennen lernen (4,1)

Älteren geht es mehr darum, ihre Erfahrungen und ihr Wissen weiter zu geben, als Neues zu lernen⁶⁷. Deshalb sollten auf der Basis und unter Berücksichtigung und Anerkennung des Vorhandenen weitere Kompetenzen und Lebensqualitäten entwickelt werden können, die einen effektiven, zielgerichteten und wirksamen Einsatz der eigenen Zeit und Kraft ermöglichen.

Weitere wissenschaftliche Erkenntnisse und Erfahrungen

- Ältere „sind häufig mehr daran interessiert, Wissen weiterzugeben, als selbst eine umfangreiche Weiterbildung zu erhalten... deshalb sind für sie klare, abgegrenzte Aufgabenstellungen und die Akzeptanz von Rücktrittsoptionen, die u. a. kurzfristig durch Veränderungen des Gesundheitszustandes relevant werden können, von zentraler Bedeutung.“⁶⁸
- „Eine engagementfreundliche Infrastruktur ist eine wesentliche Voraussetzung für alle Engagierten (vgl. Kocka/Staudinger 2009). Hierzu gehört u. a. die Schaffung passender Gelegenheitsstrukturen, die auch älteren Menschen ohne bisherige Engagementerfahrungen die Option zur freiwilligen Tätigkeit bieten. Konkrete Beispiele sind etwa Stammtischrunden 55plus, die zu einem Austausch älterer Menschen untereinander einladen, oder monatliche Aktionen von Vereinen, bei denen Vereinsmitglieder gezielt Bekannte um Unterstützung bitten und so ihr Netzwerk erweitern. Auf welche Art und Weise diese Gelegenheitsstrukturen zu gestalten sind, muss sich am sozialen und kulturellen Lebensraum der älteren Menschen orientieren.“⁶⁹

- Erfahrungen zum Engagement Älterer wurden bereits im Rahmen des Programms „Ältere im Sport/Sportverein“ und eines Projektes „Seniores“ im Bereich „Bürgerschaftliches Engagement“ gesammelt⁷⁰.
- Der Bundesfreiwilligendienst ist ein Angebot an Frauen und Männer aller Generationen, sich außerhalb von Beruf und Schule für das Allgemeinwohl zu engagieren.⁷¹ Der im Sommer 2011 neu eingerichtete Dienst kann auch von älteren Menschen genutzt werden.
- Nach Erfahrungen der „Bundesarbeitsgemeinschaft der Freiwilligenagenturen“ (bagfa) erscheinen den Engagementwilligen die Sportvereine oft als „verstaubt und verschlossen“⁷² – über dieses Image sollte nachgedacht werden.

5.3.3.1 Ziele

Das Wissen der Sportvereine nutzen

Die Sportvereine in Nordrhein-Westfalen verfügen über einen immensen Erfahrungsschatz. Die Herausforderung, immer wieder (ältere) Menschen für ein Engagement zu gewinnen, zu qualifizieren und zu binden, wurde in den letzten Generationen durch unsere Sportvereine auf vielfältigste Art und Weise erfolgreich gelöst. Nicht umsonst sind wir für die Menschen nach wie vor der beliebteste „Ort“ für Engagement in unserem Gemeinwesen. Diesen immensen und vielfältigen Erfahrungsschatz gilt es zu beschreiben und zu nutzen. Ebenso sollte der Erfahrungsschatz, den die Sportvereine in NRW – bezogen auf Ältere – innerhalb der vier Anspruchsbereiche haben, intensiver kommuniziert werden.

Mit den Sportvereinen gemeinsam Lösungen für neue Herausforderungen entwickeln

Die Sportvereine verfügen über enormes kreatives Potenzial. Viele Führungskräfte in den Sportvereinen zählen auch in anderen Lebensbereichen zu den Gestaltern und Stützen unserer Gesellschaft. Dieses Know-how gilt es zusammenzuführen und für die Verwirklichung des Programms „Bewegt älter werden in NRW“ zu nutzen.

⁶⁷ Braun (2011)

⁶⁸ Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen, Jugend (Hrsg.) (2011): Monitor Engagement: Ausgabe Nr. 4. Berlin.

⁶⁹ BMFSFJ (2011)

⁷⁰ siehe: www.vibss.de; Beispiel: <http://www.vibss.de/engagement-und-ehrenamt-im-sport/engagement-im-sportverein/gute-beispiele/aktiv-aeltere-zur-mitarbeit-gewinnen/>

⁷¹ <http://www.bundesfreiwilligendienst.de>

⁷² so benannt bei der Tagung des DOSB und der bagfa am 2011-09-20 in Frankfurt zum Thema: „Neue Wege in der Engagementpolitik – welche Möglichkeiten bieten sich in der Zusammenarbeit von Freiwilligenagenturen mit dem Sport?“

Gesellschaftspolitisches Ziel

Das in der älteren Generation schlummernde Potenzial für bürgerschaftliches Engagement wird zum Wohle der Sportvereine und deren Umfeld noch besser ausgeschöpft. Die Sportvereine in NRW bauen Quantität und Qualität ihrer Zugangsmöglichkeiten für ältere Menschen aus.

Teilziele

- Die erfolgreichen Erfahrungen von NRW-Sportvereinen bei der Gestaltung von Zugangsmöglichkeiten für ältere Menschen sind ermittelt und kommuniziert.
- Unter Beteiligung eines repräsentativen Querschnitts von Vereinsführungskräften wurden Strategien und Maßnahmen zur Fortentwicklung von Zugangsmöglichkeiten für ältere Menschen in den NRW-Sportvereinen entwickelt.
- Es bestehen Netzwerke mit Freiwilligenorganisationen (z. B. Freiwilligenagenturen, Seniorenbüros).
- Die dem Engagement im Sport zugeschriebenen gesundheitlichen Effekte sind wissenschaftlich evaluiert.
- Die in Sportvereinen freiwillig Tätigen werden durch zusätzliche hauptberufliche Mitarbeiter/innen unterstützt. Kommunen und Sportvereine sowie lokale Sportorganisationen schließen Leistungsvereinbarungen zur Finanzierung hauptberuflicher Mitarbeiter/innen. Diese hauptberuflichen Mitarbeiter/innen helfen, die gesellschaftspolitische Kraft des Sports noch wirksamer als bisher zu entfalten.

Sportpolitisches Ziel

Die Engagementquote der älteren Menschen in Sportvereinen von NRW erhöht sich jedes Jahr um 1 %.

Teilziele

- Ab dem Jahr 2013 nehmen jedes Jahr 200 Vereine VIBSS-Vereinsentwicklungsberatungen⁷³ in Anspruch.
- Die Bindungsquote der älteren Menschen hat sich erhöht.
- Das Erfahrungswissen der älteren Menschen wird genutzt.
- Das Erfahrungswissen erfolgreicher älterer Leistungssportler/innen wurde bei der Beratung, Begleitung und Unterstützung von jungen Spitzenathletinnen und -athleten genutzt.

⁷³ Derartige Vereinsentwicklungsberatungen sollten die vier Anspruchsbereiche mit einbeziehen. Weiterführende Informationen zum Thema siehe: <http://www.vibss.de>



5.3.3.2 Maßnahmen

Im Verbundsystem des organisierten Sports setzen der Landessportbund NRW, die Stadt- und Kreissportbünde mit den ihnen angeschlossenen Stadt- und Gemeindesportverbänden, die Fachverbände und die Sportvereine in einem internen Netzwerk die Maßnahmen des Schwerpunktes gemeinsam um.

Der Landessportbund Nordrhein-Westfalen

- organisiert und gestaltet Veranstaltungen, die dazu dienen, im System der NRW-Sportvereine vorhandenes Wissen sichtbar und nutzbar zu machen.
- beauftragt ein wissenschaftliches Institut, um die gesundheitlichen Effekte freiwilligen Engagements genauer zu untersuchen (z. B. gezielt bei den Freiwilligen, die im Programmverlauf neu gewonnen wurden).
- organisiert und evaluiert in Zusammenarbeit mit Verbänden und Bündnis VIBSS-Vereinsentwicklungsberatungen.
- begleitet die Arbeit im Schwerpunkt durch eine für das Programm „Bewegt älter werden in NRW“ beauftragte Person und sichert deren Unterstützung durch geeignete Strukturen ab (z. B. Team, Ausschuss, Beirat, Kommission, Steuerungsgruppe).
- kooperiert mit Freiwilligenorganisationen.

Die Stadt-/Kreissportbünde und Fachverbände

- organisieren und gestalten Veranstaltungen, die dazu dienen, das im System der NRW-Sportvereine vorhandene Wissen sichtbar und nutzbar zu machen.

- verhandeln gemeinsam mit Sportvereinen und den kommunalen Entscheidungsgremien Leistungsvereinbarungen zur Refinanzierung von hauptberuflichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern.
- organisieren und evaluieren in Zusammenarbeit mit dem Landessportbund NRW-VIBSS Vereinsentwicklungsberatungen.
- bauen einen Pool von älteren Leistungssportlerinnen und -sportlern auf, die ihr Wissen bei der Beratung, Begleitung und Unterstützung von jungen Spitzenathletinnen und -athleten weitergeben.
- unterstützen die Vereine dabei, die Engagementquote vor Ort zu messen und zu erhöhen.
- begleiten die Arbeit im Schwerpunkt durch eine für das Programm „Bewegt älter werden in NRW“ beauftragte Person und sichern deren Unterstützung durch geeignete Strukturen ab (z. B. Team, Ausschuss, Beirat, Kommission, Steuerungsgruppe).
- arbeiten mit Freiwilligenagenturen und Seniorenbüros vor Ort zusammen.

Die Sportvereine

- nutzen die VIBSS-Vereinsentwicklungsberatungen.
- beteiligen sich an den diversen dialogorientierten Veranstaltungen.
- probieren neue und alte bzw. bewährte Strategien aus, um ältere Menschen für die Arbeit rund um den Sportverein zu gewinnen und zu binden.
- messen die Engagementquote in ihrem Verein.
- begleiten die Arbeit im Schwerpunkt durch eine/n für das Programm „Bewegt älter werden in NRW“ Beauftragte/n und sichern deren/dessen Unterstützung durch geeignete Strukturen ab (z. B. Team, Ausschuss, Beirat, Kommission, Steuerungsgruppe).
- vernetzen sich mit Freiwilligenagenturen und Seniorenbüros vor Ort.



5.3.3.3 Verfahrensmodell (u. a. Vorgehen, Querschnittsfunktionen, Indikatoren)

Grundannahmen⁷⁴

Die vorgenannten Ausführungen basieren auf diesen Grundannahmen:

1. Das Wissen liegt im System des Sports/der Sportvereine.
2. Menschen möchten Verantwortung übernehmen und etwas Sinnvolles tun.
3. Das, worauf wir unsere Beobachtungen richten, wird unsere Realität.

Sie bieten einen fortwährenden Orientierungspunkt für das weitere Vorgehen und für „kontinuierliche Verbesserungsprozesse“ mit spezifischen Handlungsschwerpunkten im Landesportbund, den einzelnen Verbänden, Bünden und Vereinen.

Mögliche Indikatoren für die Erreichung der Ziele/Teilziele

- Engagementquote und Bindungsquote der älteren Menschen in Sportvereinen
- Anzahl der zusätzlichen hauptberuflichen/bezahlten Mitarbeiter/innen
- Anzahl der im Beratungspool tätigen älteren Leistungssportler/innen
- Anzahl von neuen älteren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in den Sportvereinen
- Anzahl der Patenschaften in den Sportvereinen
- Anzahl der lokalen Vernetzungen und dialogorientierten Veranstaltungen
- Anzahl der Teilnehmenden an den Veranstaltungen

- systematisches Qualitätsmanagement mit Bewertung der Angebote für Ältere (EFQM) und der Zufriedenheit der Teilnehmenden an Veranstaltungen
- Vorliegen eines Untersuchungsberichtes zur Evaluation der gesundheitlichen Effekte eines Engagements im Sport
- Evaluationsberichte zu den Vereinsentwicklungsberatungen
- Zahl der eingegangenen Kooperationen
- Anzahl der Beauftragten bzw. begleitenden Strukturen (z. B. Team, Ausschuss, Beirat, Kommission, Steuerungsgruppe).

5.4 Schwerpunkt IV: Kommunales Netzwerkmanagement, Kooperationen und Partnerschaften

5.4.1 Begründung und Sachstand

„Netzwerke agieren heute weltweit und vor der eigenen Haustür, im sozialen Leben, in der Wirtschaft, in der Politik und auch im Sport.“ „Netzwerke sind auch im Sport etabliert: In Mannschaftssportarten wie Fußball, Volleyball oder Rugby sind nicht nur Technik und Taktik spielentscheidend, sondern auch Abstimmung. Um ein Team zum Erfolg zu führen, ist es wichtig, die Stärken der einzelnen Spieler zu bündeln. Im Umkehrschluss bedeutet das: Der persönliche Erfolg hängt von der Qualität der Kooperation der Mitspieler/innen ab. Jeder bringt seine Fähigkeiten und Kompetenzen für das gemeinsame Ziel ein, um den Mehrwert, den Erfolg, für das ganze Team, zu gewährleisten. Alleingänge sind tabu, denn niemand kann alles allein.“⁷⁵ „Teamwork und Gemeinschaft sind zentrale Aspekte des Sports und auch im Prozess der



Vernetzung wichtige Voraussetzungen. Netzwerkarbeit offenbart viele Chancen für Sportvereine und deren Partner. Gerade in Zeiten knapper Ressourcen, der Neupositionierung gegenüber Zielgruppen und rückläufiger Förderung aus öffentlichen Mitteln. Mit Kooperationen und Vernetzungen werden die Stärken aller Partner gebündelt und somit wertvolle Synergien erzeugt. Durch die Beteiligung in kommunalen oder regionalen Netzwerken kann ein Sportverein sein vielseitiges Angebot präsentieren und seine soziale und politische Bedeutung in der Kommune behaupten und stärken. „Allgemein betrachtet, ist ein Netzwerk ein System aus mehreren Elementen, die untereinander Verbindungen aufweisen und einen Austausch z. B. von Informationen, Material, Dienstleistungen oder Wissen durchführen. Sich zu vernetzen geht immer mit dem Aufbau eines Beziehungsnetzes mit unterschiedlichen Personen, Institutionen, Organisationen oder Unternehmen einher. Sie stellen die Knotenpunkte im Netzwerk dar und bilden über Linien bzw. Verbindungen ein Geflecht aus Beziehungen.“⁷⁶

Sportvereine bringen in die Partnerschaften ihr Kooperationsprofil ein, wie z. B. eine klare Position zur Zielgruppe, ein erkennbares Bekenntnis zum Sportverein als Lebensort für Ältere und ihre Absicht zur Mitgestaltung und Bearbeitung gesellschaftlicher Herausforderungen. Sportvereine gehen Kooperationen und Netzwerkverbünde mit dem Anspruch ein, verlässliche und kompetente Kooperationspartner zu sein (Passfähigkeit, klare Zielvereinbarungen, verlässliche Absprachen, kompetente Mitarbeiter/innen).

Die Generation 50plus ist eine bedeutende Gruppe in unserer Gesellschaft, die ihre Interessen formuliert und sich in den sozialen Netzwerken immer stärker positioniert. Der

Landessportbund NRW arbeitet bereits in einigen Netzwerken mit und initiierte in zehn Stadt- und Kreissportbünden Koordinierungsstellen, die zum Ziel haben, die Lebenswelt der Älteren zu verbessern und neue Akzente zu setzen.

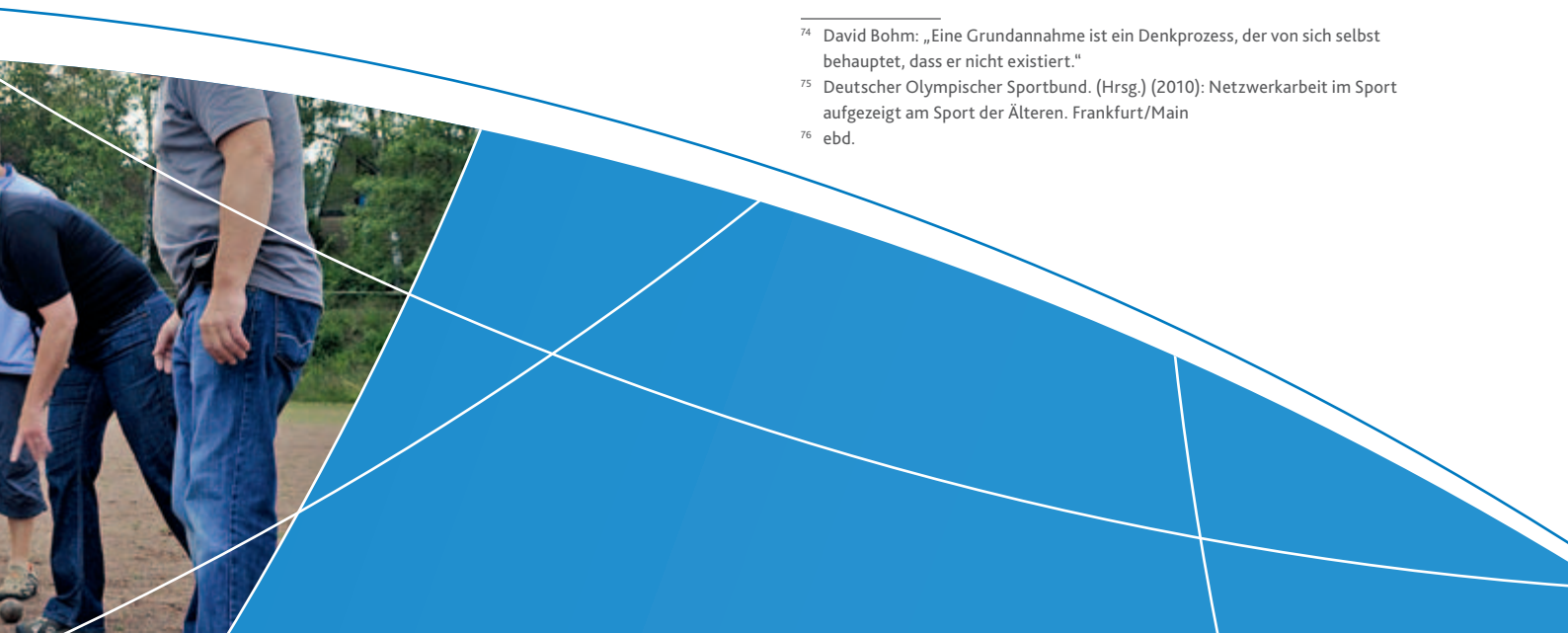
Die vorliegenden Berichte aus den Koordinierungsstellen zeigen, dass sich diese sehr unterschiedlich entwickelt haben. Positive Ergebnisse sind in der Regel mit einem entsprechenden Engagement und der Kompetenz der eingesetzten Leitung gekoppelt. Insbesondere die Netzwerkarbeit und gute Kontakte zur politischen Ebene sind entscheidend für den Erfolg. Dort, wo diese Kontakte fehlen oder nicht stringent an den Zielen gearbeitet wird, bleibt die Zielerreichung unbefriedigend. Vor diesem Hintergrund ist ein kontinuierliches und umfassendes Coaching der Koordinierungsstellen erforderlich. Im Rahmen von wissenschaftlichen Modellprojekten wurden bereits neue Ansätze für die Vernetzung in unterschiedlichen Standorten (Köln, Oberhausen, Rhein-Kreis Neuss) über die Deutsche Sporthochschule Köln entwickelt und erprobt. Nach Abschluss soll dem Verbundsystem des organisierten Sports ein entsprechendes Instrumentarium für die landesweite Umsetzung zur Verfügung stehen.

Der Landessportbund und die Partner des Verbundsystems arbeiten darüber hinaus bereits seit vielen Jahren mit maßgeblichen Organisationen und Institutionen zusammen. Die Landesseniorenvertretung NRW (LSV) ist ein wichtiger Kooperationspartner auf der Landesebene, der sich für die aktive Teilhabe älterer Menschen an der Gesellschaft und deren Gestaltung einsetzt. Sie unterstützt die kommunalen Seniorenvertretungen durch Qualifikation, Beratung und Information und stellt die Vertretung auf landespolitischer Ebene, u. a. durch Stellungnahmen und Gremienarbeit, sicher.

⁷⁴ David Bohm: „Eine Grundannahme ist ein Denkprozess, der von sich selbst behauptet, dass er nicht existiert.“

⁷⁵ Deutscher Olympischer Sportbund. (Hrsg.) (2010): Netzwerkarbeit im Sport aufgezeigt am Sport der Älteren. Frankfurt/Main

⁷⁶ ebd.





Kontakte bestehen auch zum Netzwerk mit der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen (BAGSO), die über 100 Seniorenverbände vereinigt, genauso wie zum Landesinstitut für Gesundheit und Arbeit des Landes Nordrhein-Westfalen (LIGA NRW). Das Landesinstitut berät und unterstützt die Landesregierung, die Behörden und Einrichtungen sowie Kommunen in NRW in Fragen der Gesundheit, der Gesundheitspolitik sowie der Sicherheit und des Gesundheitsschutzes in der Arbeitswelt. Die Aufgabenfelder reichen von der Gesundheitspolitik über Prävention und Gesundheitsförderung, Förderung von Innovation im Gesundheitswesen, vom betrieblichen Gesundheitsmanagement und von der gesunden Gestaltung von Arbeitsbedingungen bis hin zu Arzneimittelsicherheit, Infektionsschutz und Hygiene.

Das LIGA NRW ist Träger des „Regionalen Knotens Nordrhein-Westfalen“, der paritätisch unterstützt wird vom Land Nordrhein-Westfalen und von einigen Krankenkassen. Schwerpunkte der Arbeit sind die Themen „Gesundheitsförderung und Arbeitslosigkeit“ sowie „Gesundheitsförderung im Stadtteil.“

Das Zentrum für Bewegungsförderung Nordrhein-Westfalen ist ein Modellprojekt im Rahmen des nationalen Aktionsplans „IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung“. Träger des Zentrums ist auch das LIGA NRW und es ist inhaltlich angebunden an den „Regionalen Knoten Nordrhein-Westfalen“. Als zentrale Fachstelle in NRW wurde das Zentrum für Bewegungsförderung eingerichtet, um Bewegungsressourcen, insbesondere für ältere Menschen ab 60, zu analysieren und nachhaltig zu stärken. Ziel ist es, einen Beitrag zur Bewegungsförderung im Lebensalltag von Menschen zu leisten und regelmäßige gesundheitsförderliche Bewegung und körperliche Aktivität als Teil eines gesunden Lebensstils zu unterstützen. Dabei kommt es darauf an, etwas mehr Bewegung in den Alltag einzubauen und jeden Tag etwas für die Gesundheit zu tun (z. B. zum Einkaufen zu Fuß gehen oder die Treppe statt den Aufzug nehmen).

Der Landessportbund wird seine Netzwerkarbeit im Rahmen des Programms „Bewegt älter werden in NRW“ auf der Landesebene intensivieren und die Mitgliedsorganisationen bei der Initiierung kommunaler Netzwerke unterstützen. Der organisierte Sport versteht sich im kommunalen Netzwerk der Seniorenarbeit als Anbieter eines vielfältigen und an den Bedürfnissen der Menschen orientierten Sport- und Bewegungsprogramms und als Träger der sportbezogenen Seniorenarbeit.

Netzwerkpartner des organisierten Sports auf kommunaler Ebene können sein:

- Kommunale Gremien und politische Entscheidungsträger
- Kommunale Verwaltung (z. B. Sport-, Sozial-, Gesundheitsamt)
- Kirchengemeinden
- Wohlfahrtsverbände (z. B. AWO, Diakonie, Caritas)
- Krankenkassen
- Gesundheitseinrichtungen und -Institutionen, Ärzteschaft
- Pflege- und Betreuungseinrichtungen
- Kommunale Seniorenvertretungen
- Seniorenbüros, Seniorennetzwerke
- Sportvereine/Sportverbände
- Kulturzentren/Gemeindezentren
- Intergenerative Einrichtungen/Institutionen (Familienzentren)
- Wohnungsbaugesellschaften
- Partner aus der Wirtschaft/Einzelhandel
- Tourismusorganisationen
- Migrantenvereinigungen
- Zentren für bürgerschaftliches/ehrenamtliches Engagement, Freiwilligenagenturen, Seniorenbüros

5.4.2 Ziele

Im Bereich „Kommunales Netzwerkmanagement, Kooperationen und Partnerschaften“ soll sich der organisierte Sport im Feld der Bewegungsförderung auf allen Organisationsebenen zu einem kompetenten und aktiven Partner der Seniorenarbeit in der Zusammenarbeit mit den verschiedenen Akteuren des Gesundheits-, Bildungs-, Arbeits- und Sozialsektors entwickeln.

Gesellschaftspolitisches Ziel

„Der organisierte Sport in Nordrhein-Westfalen ist im Zusammenwirken mit den Akteuren des Senioren-, Gesundheits-, Bildungs-, Arbeits- und Sozialsektors ein zuverlässiger, dynamischer und flexibler Netzwerkpartner für die umfassende Bewegungsförderung der älteren Generation.“⁷⁷

Teilziele

- Der organisierte Sport ist Kompetenzträger im Handlungsfeld „Ältere im Sport“.
- Der organisierte Sport handelt auf der Grundlage der Vorgaben des Programms „Bewegt älter werden in NRW“.
- Der organisierte Sport ist mit lokalen Seniorenvertretungen oder Senioreneinrichtungen vernetzt.
- Alle Netzwerkpartner arbeiten in allen gemeinsam entwickelten Projekten eng zusammen.

Zur Erreichung des oben formulierten gesellschaftspolitischen Ziels ist es erforderlich, die sportpolitischen Strukturen und Arbeitsweisen zu systematisieren bzw. weiterzuentwickeln.

Sportpolitisches Ziel

Der organisierte Sport in Nordrhein-Westfalen fördert die sportinterne Vernetzung und bringt sich mit seiner Kompetenz in relevante externe Netzwerke ein. Er pflegt Partnerschaften und Kooperationen und tritt für eine generationen- und bewegungsgerechte Stadtentwicklung und die umfassende Bewegungsförderung bis ins hohe Alter ein.

Teilziele

- Der organisierte Sport verfügt auf allen Ebenen für das Handlungsfeld „Ältere im Sport“ über zuständige kompetente ehrenamtliche Funktionsträger/innen und auch über möglichst hauptberufliche Mitarbeiter/innen.
- Der organisierte Sport verfügt über die notwendigen Netzwerkstrukturen und -kompetenzen.
- Die internen Netzwerke des organisierten Sports sind die Plattform für die Abstimmung gemeinsamer Strategien, die auch den Wissens- und Erfahrungstransfer zum Handlungsfeld „Ältere im Sport“ bieten.
- Die internen Strukturen des organisierten Sports werden in Bezug auf ihre Netzwerkfähigkeit regelmäßig analysiert, weiterentwickelt und professionell begleitet (Coaching und Weiterbildung).
- Der organisierte Sport ist anerkannter Partner für externe Netzwerke und in externe Netzwerkarbeit eingebunden.
- Relevante externe Netzwerkstrukturen auf regionaler und kommunaler Ebene werden regelmäßig durch die Akteure des organisierten Sports analysiert und zielgerichtet genutzt.

⁷⁷ vgl. Landessportbund NRW (Hrsg.) (2011): Sport bewegt NRW. Bewegt gesund bleiben in NRW. Duisburg: Eigenverlag.

5.4.3 Maßnahmen

Im Verbundsystem des organisierten Sports setzen der Landessportbund NRW, die Stadt- und Kreissportbünde mit den ihnen angeschlossenen Stadt- und Gemeindesportverbänden, die Fachverbände und die Sportvereine in einem internen Netzwerk die Maßnahmen des Schwerpunktes gemeinsam um.

Der Landessportbund Nordrhein-Westfalen

- entwickelt konkrete Maßnahmen zu den Teilzielen in enger Kooperation mit Stadt- und Kreissportbünden, Fachverbänden und Sportvereinen; z. B. Mitarbeit in Netzwerken im Handlungsfeld „Ältere im Sport“ auf Landes-, regionaler sowie kommunaler Ebene.
- setzt sich für die Implementierung der Vorstandsfunktion eines Beauftragten für das Handlungsfeld „Ältere im Sport“ bei den Stadt- und Kreissportbünden und Fachverbänden ein und formuliert ein entsprechendes Aufgabenprofil.
- fördert die Einrichtung weiterer Koordinierungsstellen bei den Stadt- und Kreissportbünden.
- ermöglicht die strukturelle Stärkung bereits tätiger Koordinierungsstellen.
- ermöglicht einen regelmäßigen Informations- und Erfahrungsaustausch der Koordinierungsstellen.
- erstellt auf dieser Grundlage Arbeitshilfen für Stadt- und Kreissportbünde, Fachverbände und Sportvereine, z. B. Arbeitshilfen für Entwicklung und Steuerung von Netzwerken, Kooperationen und Partnerschaften.
- sammelt und bereitet gute Praxisbeispiele aus den Stadt- und Kreissportbünden, Fachverbänden und Sportvereinen auf, z. B. Herausgabe eines Angebotsverzeichnisses, Durchführung eines Verbandsforums „Sport der Älteren“, Umsetzung einer Zukunftswerkstatt.

- stellt den Sportvereinen für die Präsentation der eigenen Angebote eine neue landesweite Angebotsdatenbank zur Verfügung.
- legt ein Förderprogramm zum Schwerpunkt „Netzwerkarbeit“ auf.
- evaluiert die Erfahrungen der Stadt- und Kreissportbünde aus der Projektphase der Initiative „Zukunft gestalten – aktiv und gesund älter werden in Nordrhein-Westfalen“.
- koordiniert die Zusammenarbeit zwischen Stadt- und Kreissportbünden, Fachverbänden und Sportvereinen durch interne Netzwerke und Foren (Regionalkonferenzen).
- evaluiert die Erfahrungen aus den Stadt- und Kreissportbünden, Fachverbänden und Sportvereinen.
- bietet mit Unterstützung durch VIBSS Beratungs- und Qualifizierungsmaßnahmen für Stadt- und Kreissportbünde, Fachverbände und Sportvereine an, z. B. Entwicklung eines Informations- und Beratungsinstruments zur Erhöhung der Netzwerkfähigkeit.
- begleitet die Arbeit im Schwerpunkt durch eine für das Programm „Bewegt älter werden in NRW“ beauftragte Person und sichert deren Unterstützung durch geeignete Strukturen ab (z. B. Team, Ausschuss, Beirat, Kommission, Steuerungsgruppe).

Die Stadt-/Kreisportbünde und Fachverbände

- unterstützen den Landessportbund bei der Entwicklung konkreter Maßnahmen zu den Teilzielen, z. B. Mitarbeit in Netzwerken im Handlungsfeld „Ältere im Sport“ auf Landes-, regionaler sowie kommunaler Ebene.
- koordinieren die Arbeit im Handlungsfeld „Ältere im Sport“ unter der Federführung einer für diesen Aufgabenbereich verantwortlichen Person, z. B. einer/eines Beauftragten für das Handlungsfeld „Ältere im Sport“.
- verbreiten und nutzen die vom Landessportbund erstellten Arbeitshilfen, z. B. Arbeitshilfen für die Entwicklung und Steuerung von Netzwerken, Kooperationen und Partnerschaften.
- sammeln gute Praxisbeispiele aus ihren Sportvereinen und pflegen sie in den Pool des Landessportbundes ein.
- führen auf der Grundlage des seit Jahren bewährten Konzeptes Aktions- und Informationstage durch.
- evaluieren die Erfahrungen aus der Projektphase der Initiative „Zukunft gestalten – aktiv und gesund älter werden in Nordrhein-Westfalen“.
- arbeiten mit anderen Stadt- und Kreisportbünden und Fachverbänden zusammen.
- bauen ein Netzwerk „Ältere im Sport“ im Einzugsbereich auf und unterstützen die Mitgliedsvereine bei der Planung und der Umsetzung von Projekten, u. a. mit Partnern außerhalb des Sports.
- bieten Beratungs- und Qualifizierungsmaßnahmen für die Mitarbeiter/innen der Mitgliedsvereine an und nutzen selbst Beratungsmaßnahmen, die z. B. über VIBSS angeboten werden.
- stellen dem Landessportbund in regelmäßigen Abständen eine Auswertung der Kooperationen zur Verfügung.
- stimmen ihre Strategien und ihr Handeln mit dem Landessportbund, anderen Stadt- und Kreisportbünden sowie Fachverbänden ab.

- sind auf kommunaler Ebene Akteure im Handlungsfeld „Ältere im Sport“.
- beziehen eine Position im regionalen Bezug zum Thema.
- begleiten die Arbeit im Schwerpunkt durch eine für das Programm „Bewegt älter werden in NRW“ beauftragte Person und sichern deren Unterstützung durch geeignete Strukturen ab (z. B. Team, Ausschuss, Beirat, Kommission, Steuerungsgruppe).

Die Sportvereine

- sind offen für Vernetzung und beteiligen sich an Modellprojekten im Bereich Vernetzung.
- entwickeln ggf. ein Vereinskzept für das Handlungsfeld „Ältere im Sport“.
- präsentieren ihre Best-Practice-Modelle.
- nutzen die vom Landessportbund erstellten Arbeitshilfen.
- nutzen die vom Landessportbund zur Verfügung gestellte Angebotsdatenbank.
- stimmen ihre Strategien und ihr Handeln mit anderen Sportvereinen ab und stellen ihre Erfahrungen zur Verfügung, z. B. im Rahmen interner Netzwerkstrukturen.
- arbeiten mit ihren Stadt- und Kreisportbünden sowie Fachverbänden zusammen, z. B. im Rahmen interner Netzwerkstrukturen.
- stellen dem Landessportbund Daten für die Evaluation zur Verfügung.
- nutzen Beratungsmaßnahmen und Qualifizierungsmaßnahmen, z. B. zur Verbesserung der Netzwerkfähigkeit.
- begleiten die Arbeit im Schwerpunkt durch eine für das Programm „Bewegt älter werden in NRW“ beauftragte Person und sichern deren Unterstützung durch geeignete Strukturen ab (z. B. Team, Ausschuss, Beirat, Kommission, Steuerungsgruppe).

5.4.4 Die Vorgehensweise

Eine zentrale Aufgabe für den organisierten Sport wird es sein, auf allen Ebenen neue Kooperationsmöglichkeiten anzustreben und belastungsfähige Netzwerkstrukturen, insbesondere auf kommunaler Ebene, zu schaffen. Viele Projekte werden sich zukünftig nur im gemeinschaftlichen Wirken aller an einem Thema interessierten Organisationen realisieren lassen. Der Landessportbund ist gefordert, viel stärker als bisher z. B. mit der Landesseniorenvertretung zusammen zu arbeiten, um somit den Bündeln den Weg zu mehr Netzwerkarbeit auf der kommunalen Ebene zu ebnen.

Mögliche Indikatoren für die Erreichung der Ziele

- Anzahl der Stadt- und Kreissportbünde und Fachverbände, die eine/n Beauftragte/n für das Programm „Bewegt älter werden in NRW“ installiert haben und Gremienstrukturen vorhalten.
 - Anzahl der Stadt- und Kreissportbünde, die Beratungsangebote (ggf. mit Unterstützung von VIBSS) zum Handlungsfeld „Ältere im Sport“ für ihre Mitgliedsvereine bereithalten und Anzahl der teilnehmenden Mitgliedsvereine.
 - Anzahl der Stadt- und Kreissportbünde und Fachverbände, die regelmäßig Verbandsforen mit der Möglichkeit des Informations- und Erfahrungsaustausches durchführen.
 - Anzahl der Stadt- und Kreissportbünde und Fachverbände, die die Angebote der Sportvereine veröffentlichen (z. B. im Angebotskalender).
-
- Anzahl der Stadt- und Kreissportbünde und Fachverbände, die die Netzwerkstrukturen „Ältere im Sport“ in ihrem Einzugsbereich analysiert haben und eine Position haben.
 - Anzahl der Stadt- und Kreissportbünde, die regelmäßige Kontakte zu den kommunalen Seniorenvertretungen unterhalten und Anzahl der Kontakte.
 - Anzahl der Stadt- und Kreissportbünde und Fachverbände, die Kooperationsvereinbarungen mit Netzwerkpartnern geschlossen haben und Anzahl der Kooperationsvereinbarungen.



Landessportbund Nordrhein-Westfalen e.V.

Friedrich-Alfred-Straße 25
47055 Duisburg

Tel. 0203 7381-0

Fax 0203 7381-616

E-Mail: Info@lsb-nrw.de

www.lsb-nrw.de



Impressum

Herausgeber

Landessportbund Nordrhein-Westfalen e.V.
Friedrich-Alfred-Straße 25
47055 Duisburg
www.lsb-nrw.de

Verantwortlich

Präsidialausschuss „Breitensport/Sporträume“

Redaktion

Michaela Adams
Anke Borhof
Claudia Geidel
Michael Heise
Dirk Hoffmeier

Inhalt

Siggi Blum, Anke Borhof, Anna Braun,
Dirk Engelhard, Claudia Geidel, Dirk Hoffmeier,
Holger Vetter, Claus Weingärtner

Mitarbeit

Dr. Klaus Balster, Ute Blessing-Kapelke,
Anne-Juliane Hannß, Dorota Sahle, Ulrike Tischer

Gestaltung/Druck

schmitzdruck&medien

Ausgabe

Januar 2012

