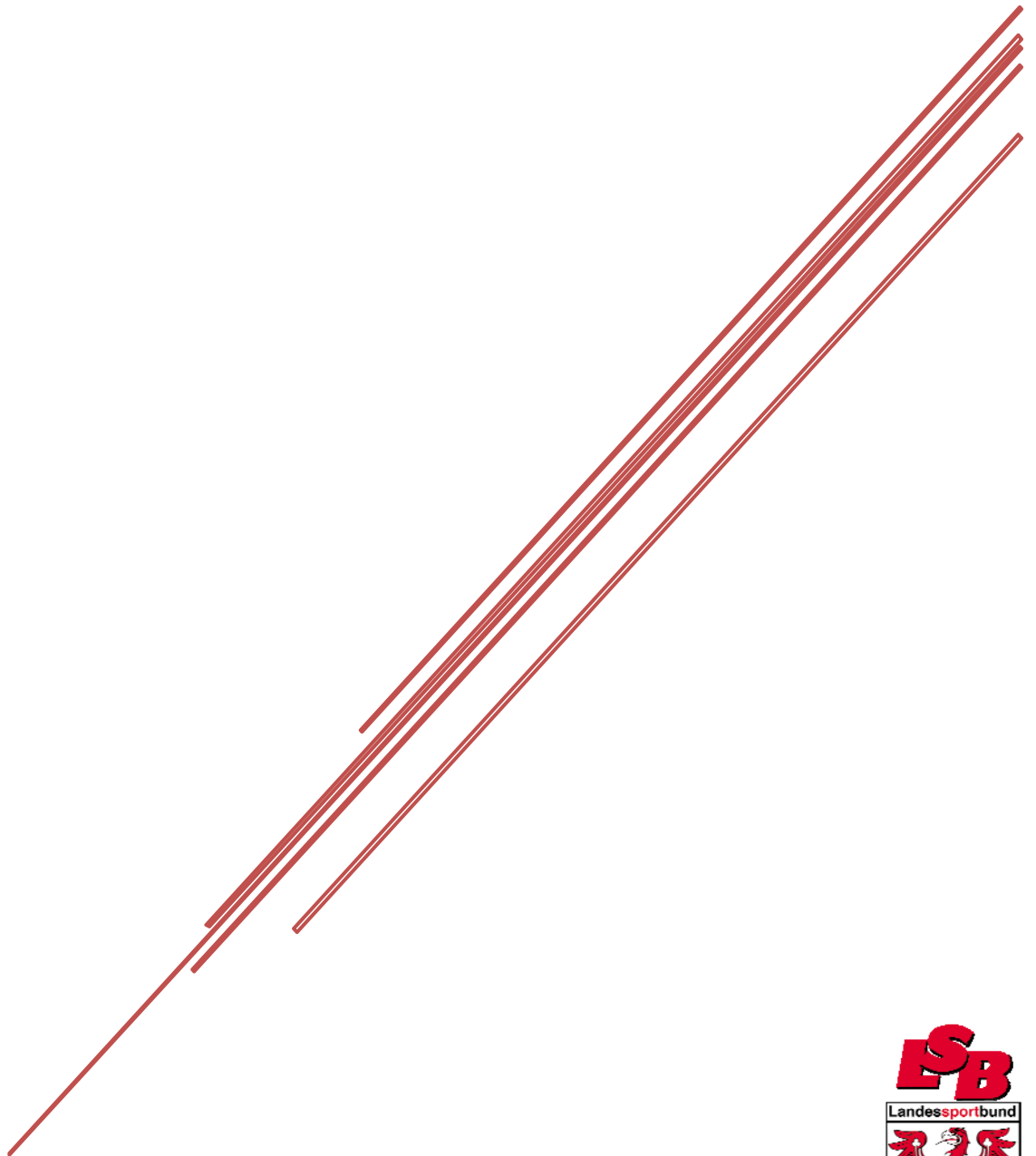


„MEIN VEREIN 2020“



RATGEBER
GESUNDHEITSSPORT IM SPORTVEREIN



Landessportbund Brandenburg e.V.
Referat Sportentwicklung – Bereich Sport und Gesundheit



Impressum:

Herausgeber Landessportbund Brandenburg e.V.
Geschäftsbereich Sportentwicklung – Sport und Gesundheit –
Schopenhauerstraße 34, 14467 Potsdam
Tel.: 03319719871 Fax: 0331-9719834
Web: www.lsb-brandenburg.de
Redaktion: Dr. G. Schneider, Maria Fürstenberg

Wir bedanken uns bei allen Ehrenamtlichen, die uns bei der Erstellung des Ratgebers mit ihren Praxiserfahrungen unterstützt haben.

Inhaltsverzeichnis

| | |
|---|----|
| ANLIEGEN | 3 |
| WICHTIGE BEGRIFFE KURZ ERKLÄRT: DAS GLOSSAR | 4 |
| TEIL 1 DER HANDLUNGSRAHMEN FÜR DEN GESUNDHEITSSPORT IM SPORTVEREIN..... | 8 |
| GESUNDHEITSFÖRDERUNG DURCH SPORT - NEUE ANFORDERUNGEN UND CHANCEN..... | 8 |
| WARUM GESUNDHEITSSPORT IM VEREIN ANBIETEN | 8 |
| MOTIVE FÜRS SPORTTREIBEN IM WANDEL | 9 |
| PRÄVENTIONSGESETZ GIBT NEUEN RAHMEN VOR | 10 |
| DER SPORTVEREIN ALS GESUNDHEITSPARTNER IM LAND BRANDENBURG | 11 |
| TEIL 2 GESUNDHEITSSPORT IM VEREIN – WIE ORGANISIEREN? VIER TRAININGSEINHEITEN | 13 |
| GESUNDHEITSSPORT IM SPORTVEREIN- NUR VIER „TRAININGSEINHEITEN“ ENTFERNT | |
| RICHTIG VORBEREITET: LEITBILD UND ANALYSE (TRAININGSEINHEIT NR. 1) | 13 |
| <i>Die Ideenfindung - Checkliste mit elf Leitfragen</i> | 13 |
| <i>Gut zu wissen: Kernziele für den Gesundheitssport</i> | 14 |
| <i>Umfeldanalyse und Vereinsanalyse</i> | 15 |
| <i>Leitbild entwerfen und Ziele formulieren</i> | 20 |
| RICHTIG AUSGERICHTET: ANGEBOT UND ZIELGRUPPE (TRAININGSEINHEIT NR. 2) | 22 |
| ANGEBOTSFORMEN..... | 22 |
| RÄUME, GERÄTE UND MATERIALIEN | 22 |
| ABTEILUNGS- VS. VEREINSGRÜNDUNG | 23 |
| FINANZIELLE VORAUSSETZUNGEN..... | 23 |
| STEUERLICHE ASPEKTE..... | 25 |
| VERSICHERUNGSFRAGEN | 25 |
| RICHTIG AUFGESTELLT: ÜBUNGSLEITER UND FINANZEN (TRAININGSEINHEIT NR. 3)..... | 27 |
| <i>Personalbedarf feststellen, Suche und Gewinnung von Mitarbeitern</i> | 27 |
| <i>Qualifizierung von Mitarbeitern</i> | 28 |
| <i>Leitung von Gesundheitskursen im Bereich Prävention nach §20 SGBV</i> | 28 |
| <i>Qualifikationsanforderungen- Rehabilitationssport §§ 44 SGB IX</i> | 29 |
| <i>Anerkennungskultur im Verein pflegen</i> | 31 |
| RICHTIG WAHRGENOMMEN: MARKETING UND KOOPERATIONEN (TRAININGSEINHEIT NR. 4) | 32 |
| <i>Das Qualitätssiegel des organisierten Sports – SPORT PRO GESUNDHEIT</i> | 32 |
| <i>Vereinseigene Gesundheits- und Fitness-Studios und das Qualitätssiegel SPORT PRO FITNESS</i> | 36 |
| <i>Anregungen für Öffentlichkeitsarbeit und Marketing</i> | 37 |
| TEIL 3 GESUNDHEITSSPORT IN PARTNERSCHAFT MIT ANDEREN GESUNDHEITSAKTEUREN | 40 |
| VERNETZUNG | 40 |
| GESUNDHEITSKAMPAGNEN UND -KOOPERATIONEN | 41 |
| <i>Das „Rezept für Bewegung“</i> | 41 |
| <i>Betriebliche Gesundheitsförderung</i> | 41 |
| <i>Sportverein-KiTa</i> | 41 |
| ANHANG | 42 |
| KONTAKTE, ADRESSEN, ANSPRECHPARTNER..... | 42 |
| VERWENDETE UND WEITERFÜHRENDE LITERATUR..... | 43 |
| LINKS, DATENBANKEN UND PORTALE | 44 |

Anliegen

Der Ratgeber „Gesundheitssport im Sportverein“ ist für alle Sportvereine als „Kompass“ oder „Navigator“ gedacht, um sich in dem dynamisch verändernden Handlungsfeld Gesundheit besser orientieren und positionieren zu können. Er vermittelt den Vereinen Entwicklungsimpulse zu einem gesundheitsorientierten Vereinsprofil. Die Autoren wollen damit Vereinsführungen, ehrenamtliche und hauptamtliche Mitarbeiter ermutigen, die Chancen einer gesundheitsorientierten, präventiven und rehabilitativen Profilierung der Sport- und Bewegungsangebote im Verein zu erkennen und praktisch umzusetzen.

In diesem Sinne finden sich hier Anregungen zu Vorgehensweisen und Methoden, um ein qualitätsbewusstes Angebot an Gesundheitssport im Verein für die Vereinsmitglieder und Interessierte aus der Kommune oder Region als Dienstleistung auf- und auszubauen.

Der Ratgeber beginnt mit einem Glossar, indem zentrale Begriffe erklärt werden und gliedert sich im Folgenden in drei Teile:

Der **erste Teil** des Ratgebers skizziert den gesellschaftlichen Rahmen, gesetzliche Grundlagen und die sportpolitischen Gesichtspunkte für die Entwicklung von Gesundheitsportangeboten im Sportverein.

Der **zweite Teil** gibt Anregungen für die Vorgehensweise zur Entwicklung des Gesundheitssports im Verein in den Bereichen der:

- Vereinsstrategie
- Angebotsimplementierung
- Personalentwicklung sowie
- bei der Schaffung materieller und finanzieller Voraussetzungen

Hier finden sich auch Hinweise bezüglich Markt- und Kundenorientierung, Dienstleistung und Leistungserbringung als Anstoß zur Erarbeitung eines Selbstverständnisses von Gesundheitssport im Verein.

Im **dritten Teil** finden sich Anregungen für die Gesundheitssportverantwortlichen in den Vereinen zur Vernetzung und Gemeinwesenarbeit, um als Sportverein gemeinsam und vernetzt mit Verantwortungsträgern aus dem Gesundheitswesen am Aufbau eines Netzes bedarfsorientierter und qualitätsgerechter Sport- und Bewegungsangebote mitzuwirken.

Eine Übersicht wichtiger Adressen, weiterführender Literatur sowie Informationsquellen im Internet findet sich in der Anlage.

Die Autoren haben in einigen Passagen des Ratgebers „das Rad nicht noch einmal neu erfunden“, sondern auf den kollegialen Austausch und Vorarbeiten in der Familie der Landessportbünde zurückgegriffen. Die Autoren haben insbesondere beim „Beratungsleitfaden Gesundheitssport für Sportvereine des Landessportbund Hessen e.V.“ Inspiration in Herangehensweise und Argumentation gefunden. Vielen Dank für die freundliche Genehmigung, aus diesem Leitfaden schöpfen zu dürfen.

Viele der hier aufgeführten Informationen werden aufgrund sich ändernder (gesetzlicher) Rahmenbedingungen regelmäßig überarbeitet und auf der Internetplattform des Landessportbundes Brandenburg aktualisiert.

Wichtige Begriffe kurz erklärt: Das Glossar

(alphabetisch geordnet)

Zum Themenbereich „Gesundheitsorientierte Sportangebote im Verein“ im weiteren Sinne gehören unendlich viele Fachbegriffe. Zum Einlesen steht dieses Glossar bewusst am Anfang des Ratgebers.¹

A

Allgemein gesundheitsfördernder Sport

Unter allgemein gesundheitsförderndem Sport sind sportartübergreifende Bewegungsangebote (Ausdauer-, Kraft-, Beweglichkeits-, Koordinationstraining sowie Entspannungs- und Körperwahrnehmungstraining) im Breitensport zu verstehen, die hauptsächlich der allgemeinen körperlichen Fitness (Leistungsfähigkeit), dem Ausgleich von Bewegungsmangel (Erhalten der Funktionsfähigkeit) sowie dem Spaß an der Bewegung dienen und damit die individuelle Gesundheit in körperlicher, seelischer und sozialer Hinsicht (Gestaltungsfähigkeit/Gesundheitsressourcen) anstreben. NICHT darunter fallen sportartspezifische Angebote, bei denen das Erlernen einer Sportart im Vordergrund steht und/oder wettkampforientierter trainingsintensiver Leistungssport. Qualifizierte Leitung durch Übungsleiter, die mindestens über eine Qualifikation auf der 1. Lizenzstufe im Breitensport, nach Möglichkeit im Bereich Sport in der Prävention (2. Lizenzstufe) verfügen.

B

Behindertensport

Bezeichnet die den Bedürfnissen angepasste sportliche Betätigung von Personen mit körperlichen und geistigen Beeinträchtigungen. Ziel ist die Verbesserung oder die Erhaltung der körperlichen Leistungsfähigkeit, die Stärkung des Selbstwertgefühls, die Erweiterung sozialer Kontakte und die Verbesserung der Lebensqualität. Organisiert ist der Behindertensport in Deutschen Behindertensportverband e.V..

Betriebliche Gesundheitsförderung

Umfasst gesundheitsfördernde Programme, die den Bedürfnissen aller Mitarbeiter entsprechen und der Verbesserung der Gesundheit, dem Erhalt der Arbeitskraft, der Senkung des Krankenstandes, der Stärkung der Arbeitszufriedenheit, der Steigerung der Arbeitsmotivation bzw. des Wohlbefindens und der Verbesserung des Betriebsklimas dienen. Besonders im Bereich Bewegung/Sport sind sie den betrieblichen Bedürfnissen sowie den betriebsinternen Gegebenheiten angepasst und stellen einen sinnvollen Ausgleich zur beruflichen Belastung dar.

F

Fitnessstraining

Ist ein planmäßiger Übungsprozess mit dem Ziel, die motorische Fitness zu verbessern oder zu erhalten. Beim Fitnessstraining beschränkt man sich im Vergleich zum allg. Konditionstraining meist auf die Förderung bzw. gleichmäßige Entwicklung /Erhalt der Komponenten Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit. Das angestrebte Leistungsniveau ist relativ niedrig.

¹ Mehr Informationen unter <http://www.sportprogesundheit.de/de/sport-und-gesundheit/lexikon>

G

Gesundheitsförderung

Gesundheitsförderung orientiert sich dagegen an den Ressourcen, über die Menschen verfügen. Sie sollten ihre Bedürfnisse wahrnehmen, Lebensumstände verändern und ihnen helfen, ihre Gesundheit zu stärken (vgl. BZgA Qualitätsmanagement in Gesundheitsförderung und Prävention 2001)

Gesundheitssport

„Ist der Prozess, der mit den Mitteln des Sports das Ziel verfolgt, Menschen ein höheres Maß an Selbstbestimmung über ihre eigene Gesundheit zu ermöglichen und sie damit zur Stärkung ihrer Gesundheit zu befähigen“ (DOSB 2011; Sport und Gesundheit Strategiekonzept für Mitgliedsorganisationen).

P

Prävention

Prävention bezeichnet das Ergreifen von Maßnahmen zur Verhinderung von Verletzungen beziehungsweise Erkrankungen mit dem Ziel der Gesundheitsförderung. Unter Prävention versteht man die Verhütung von Krankheiten. Das Ziel ist einerseits, Krankheiten so früh wie möglich zu erkennen und schnell wirksam zu behandeln. Andererseits soll die Gesundheit erhalten und so gefördert werden, dass Krankheiten gar nicht erst entstehen können. Eine Dreiteilung in primäre, sekundäre und tertiäre Prävention ist üblich.

Primäre Prävention

Die primäre Prävention, also die Krankheitsverhütung, soll bereits dann wirksam werden, wenn noch keine Krankheit aufgetreten ist. Die primäre Prävention umfasst die Förderung der Gesundheit und Verhütung von Krankheit durch Beseitigung der ursächlichen Faktoren (z. B. durch Abbau verhaltensbedingter Risikofaktoren, durch Erhöhung der organischen Widerstandsfähigkeit über Gesundheitstraining).

Sekundäre Prävention

Die sekundäre Prävention, die Krankheitsfrüherkennung, hat zum Ziel, Krankheiten und Risikofaktoren möglichst früh zu erkennen und früh zu therapieren beziehungsweise zu beseitigen. Bei identifizierten „Risikoträgern“ werden Verhaltens- und Lebensstiländerungen zum Abbau der Risikofaktoren eingeleitet.

Tertiäre Prävention

Die tertiäre Prävention, die Verhütung der Krankheitsverschlechterung, richtet sich an Patientinnen und Patienten, bei denen bereits eine Krankheit oder ein Leiden manifest ist und behandelt wird. Hier ist das Ziel die Verhinderung von Folgeerkrankungen beziehungsweise die Verhütung von Rückfällen. Tertiäre Prävention und Rehabilitation überschneiden sich teilweise. Während Maßnahmen der tertiären Prävention rein krankheitsorientiert sind, zielt die Rehabilitation darauf ab, Kranke zu einem Leben mit Krankheit oder Behinderung zu befähigen („bedingtes Gesundsein“).

Präventionsgesetz

Das neue Präventionsgesetz ist seit 01.01.2016 in Kraft. Es sieht die verstärkte Bezuschussung von Gesundheitsförderung und Prävention insbesondere in den Lebenswelten Kita, Schule, Betrieb, Senioren- und Pflegeeinrichtungen (Settings) vor.

Präventionssport

Beinhaltet gesundheitsorientierte Sport/Bewegungsangebote, die der Wiederherstellung, Erhaltung und Verbesserung der organischen Funktionsfähigkeit(Prävention) dienen. Neben sportpraktischen Inhalten (Ausdauer--, Kraft-, Beweglichkeits-, Koordinationstraining) wird darüber hinaus theoretisches Hintergrundwissen zur Stärkung der individuellen Gesundheitsressourcen und psychosozialen Einflussfaktoren vermittelt.

Q

Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT

Der Deutsche Olympische Sportbund hat in Zusammenarbeit mit der Bundesärztekammer für spezielle Gesundheitsprogramme im Sportverein das Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT entwickelt. Mit diesem Siegel verpflichten sich die Vereine und Verbände, die hohe Qualität ihrer Gesundheitsangebote nach gemeinsamen verbindlichen Grundsätzen sicherzustellen. Inhaltlich werden die Bereiche "Herz-Kreislauf", "Muskel-Skelettsystem", "Stressreduktion/Entspannung" aufgegriffen. Zielsetzung der Maßnahmen ist neben der Vermittlung von gesundheitsgerechtem Bewegungsverhalten, der Verminderung von Risikofaktoren auch der Aufbau einer längerfristigen Motivation für regelmäßige sportliche Aktivität.

R

Regeneration

Regeneration umfasst die auf den gesamten Organismus oder einzelne Organe bezogene Wiederherstellung der normalen Leistungsfähigkeit nach Ermüdung oder Schädigung. Sie bezeichnet einen Prozess der Wiederherstellung der vollen physischen und psychischen Leistungsfähigkeit nach körperlicher oder geistiger Belastung. Die Dauer der Wiederherstellung richtet sich nach dem vorliegenden Grad der Ermüdung oder Erschöpfung der, abhängig ist von der Belastungsdauer, Belastungsintensität, dem Trainingszustand und dem Allgemeinzustand.

Rehabilitation

Rehabilitation bezeichnet die Zeitspanne zwischen ausgesprochenem Kranksein und der Erlangung der bestmöglichen Leistungsfähigkeit und umfasst das Begrenzen und Ausgleichen von Krankheitsfolgen mit dem Ziel, den betroffenen Menschen gesundheitlich, sozial, wirtschaftlich und beruflich wieder in die Gesellschaft einzugliedern.

Rehabilitationssport

Der Rehabilitationssport ist eine der Säulen des Gesundheitssports. Er zielt auf die Verbesserung und Stabilisierung der körperlichen Fähigkeiten, auf die Hilfe zur Selbsthilfe, die Heranführung zum lebenslangen Sporttreiben, sowie eine dauerhafte Eingliederung in die Gesellschaft und das Arbeitsleben. Die Verantwortlichkeit für die eigene Gesundheit soll gestärkt werden. Besonders für Menschen mit oder mit drohender Behinderung oder chronisch kranke, aber vor allem für Menschen im Heilungsprozess nach operativen Eingriffen oder Erkrankungen ist der Rehabilitationssport von enormer Bedeutung. Rehabilitationssport wird ärztlich verordnet und von anerkannten Gruppen angeboten, die in den Vereinen des Deutschen Behindertensportverbandes (DBS) oder der Landessportbünde organisiert sind. Auch andere Organisationen wie z.B. die Fachverbände des LSB, die Mitglieder der Landesorganisationen der Deutschen Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislauferkrankungen (DGPR) können Rehabilitationssport durchführen. Die Qualität wird durch die betreuenden Ärzte und qualifizierten Übungsleiter sichergestellt. Die Art und Intensität des Rehabilitationssport- Angebots wird anhand der Rehasportverordnungen (2.4.1.) in enger Abstimmung miteinander festgelegt.

S

Setting (Der Lebenswelt-Ansatz in der Gesundheitsförderung)

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) beschreibt gesundheitsfördernde Settings als „Orte sozialer Kontexte“ im Lebensalltag von Menschen, deren innerer Beschaffenheit sowie Organisation mit den Personen, die sie aufsuchen und nutzen, in Wechselwirkung stehen und auf deren Gesundheit und Wohlbefinden einwirken. (WHO1998)

T

Training

Sportliches Training zielt auf eine systematische Verbesserung des Leistungsvermögens und der Leistungsbereitschaft hin. Im Gesundheitssport stehen dabei die Wiederherstellung, die Stabilisierung und/oder die Optimierung der Leistungsfähigkeit im Vordergrund, während im Spitzensport die individuelle Best- oder absolute Höchstleistung angestrebt wird. Trainingseffekte werden durch die Anpassung des Organismus an Belastungsreize erreicht. Ausdauernde Belastungen führen zur Ermüdung und zu einer Verringerung der Leistungsfähigkeit. Der Organismus besitzt jedoch die Fähigkeit zur Regeneration in der Weise; dass die Leistungsfähigkeit nach einer Erholungsphase nicht nur in die Ausgangslage zurückpendelt, sondern sogar ansteigt (Superkompensation).

Teil 1 Der Handlungsrahmen für den Gesundheitssport im Sportverein

Gesundheitsförderung durch Sport - neue Anforderungen und Chancen

Die Turn- und Sportvereine als die wichtigsten Träger des organisierten Sports in Deutschland und im Land Brandenburg haben sich in den zurückliegenden Jahren zu einem bedeutenden Laienhilfssystem in der Gesundheitsförderung entwickelt.² Dahinter steht die Tatsache, dass sich die Motive für das Sporttreiben, das Freizeit- und Sportverhalten besonders bei jungen Erwachsenen (20-40 Jahre) grundsätzlich verändert haben. Vor dem Hintergrund der demografischen Entwicklung steigt das Gesundheitsbewusstsein in der Bevölkerung. Stichworte für diese demografischen Herausforderungen sind: die Bevölkerung wird immer älter, die Geburtenrate sinkt. Das bedingt auch durch Abwanderungsbewegungen junger Menschen aus dem Land Brandenburg hat enorme Auswirkungen auf die räumlichen Strukturen, Potenziale, Standorte und Netze der Infrastruktur des Landes Brandenburg. Zugenommen hat die Verbreitung chronischer Krankheiten, teils bedingt durch die Alterung der Bevölkerung.

Diese Entwicklung ist mit gravierenden Auswirkungen in allen gesellschaftlichen Bereichen verbunden, auch für die Turn- und Sportvereine in Brandenburg. Mitgliederzahlen stagnieren oder sinken. Die Altersstrukturen in den Vereinen verändern sich entsprechend. Sportvereine sind mit neuen Anforderungen in ihrer Organisation und Angebotsgestaltung konfrontiert. Das birgt auch Chancen für die Vereinsentwicklung, Bevölkerungsschichten und -gruppen zu erreichen, die traditionell nicht oder nicht mehr im Sportverein aktiv Sporttreiben.

Es liegt also auf der Hand, dass die Bedeutung von Prävention und Rehabilitation wächst. Vor allem in einem großen Flächenland wie Brandenburg müssen die regional unterschiedlichen Ausmaße dieser Entwicklungen berücksichtigt werden.

Der LSB Brandenburg e.V. als Dachverband hat sich zum Ziel gesetzt, die damit einhergehenden Prozesse zu begleiten und die durch die Bevölkerungsentwicklung wachsenden Unterschiede zwischen den verschiedenen (berlinnahen und peripheren) Regionen des Landes in allen seinen Handlungsfeldern verstärkt zu berücksichtigen.³

Warum Gesundheitssport im Verein anbieten

Bei der Angebotsentwicklung werden sich die Sportvereine in Brandenburg verstärkt darum bemühen müssen, auf Veränderungen in der Bevölkerungsstruktur (wie die rückläufige Zahl von Kindern und den Zuwachs an Personen im Rentenalter) und die sich wandelnden Sport- und Freizeitinteressen angemessen zu reagieren.⁴

Hier sollen nur kurz Eckdaten der demografischen Herausforderungen skizziert werden. Für mehr Informationen wird auf die ausführliche Darstellung der Bevölkerungsprognose für das Land Brandenburg „2014 bis 2040. A | 8 – 15“, herausgegeben vom Amt für Statistik Berlin-Brandenburg, Potsdam 2015 verwiesen.

Auf Basis der Daten des Zensus 2011 wurde erstmalig für den Zeitraum bis 2040 eine Prognose zur Bevölkerungsentwicklung im Land Brandenburg vorgenommen. Die Annahme geht davon aus, dass mit einem Rückgang der Bevölkerungszahl Brandenburgs bis zum Jahr 2040 gegenüber 2013 um ca. 282.000 Personen (11,5 %) zu rechnen ist. 2040 wird die Bevölkerung Brandenburgs einen Stand von 2,17 Millionen Menschen erreichen.

² vgl. TUdD Institut für Sportwissenschaft Elke Opper „Der Sportverein als Setting für Gesundheitsförderung“ S. 20

³ vgl. Sportland Brandenburg 2020 5. Fassung S. 8

⁴ vgl. Sportland Brandenburg 2020 5. Fassung vom 18.09.2014, S. 2

Bevölkerungsentwicklung im Land Brandenburg

| Gebiet | 2013 | 2020 | 2030 | 2040 | Entwicklung 2040 gegenüber 2010 | | 2014 bis 2040 | |
|--------------------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|---------------------------------|----------------|-------------------|-----------------|
| | | | | | | | natürlicher Saldo | Wanderungssaldo |
| | 1 000 Personen | | | | % | 1 000 Personen | | |
| Berliner Umland..... | 916,8 | 968,9 | 973,8 | 973,6 | 56,8 | + 6,2 | -142,7 | 199,6 |
| weiterer Metropolitanraum..... | 1 532,4 | 1 484,7 | 1 340,0 | 1 193,7 | -338,7 | -22,1 | -373,9 | 35,2 |
| Land Brandenburg | 2 449,2 | 2 453,6 | 2 313,8 | 2 167,3 | -281,9 | -11,5 | -516,6 | 234,8 |

Quelle: Statistischer Bericht A I 8 – 15, Amt für Statistik, Berlin-Brandenburg, Potsdam, 2015, S. 12

Weitere wichtige Ergebnisse sind⁵:

- Es gibt eine unverändert anhaltende Verschiebung der Bevölkerungsproportionen zugunsten des Berliner Umlandes.
- Die Alterung der Bevölkerung hält an, so dass im Jahr 2030 bereits mehr als ein Drittel der Bevölkerung 65 Jahre oder älter sein wird.
- Die prognostizierten Altersstrukturverschiebungen, die in allen Regionen Brandenburgs bemerkbar sind, führen zu einem veränderten Bedarf bei altersspezifischer Infrastruktur wie Bildung, Gesundheitsversorgung und Pflegedienstleistungen.
- Die Anzahl der Personen, die im Jahre 2040 im Erwerbsleben stehen werden, wird um voraussichtlich 28 % abnehmen, was Einkommen und Steuereinnahmen betreffen wird.
- Die zur Verfügung stehenden Prognosen enthalten bisher keine Aussagen über die Auswirkungen der internationalen Migration.

Motive fürs Sporttreiben im Wandel - Fazit für den organisierten Sport!

Die Bedeutung gesundheitsbezogener Motive für die Sportbeteiligung wird aller Voraussicht nach weiter zunehmen. Den Daten der GEDA-Studie (Gesundheit in Deutschland aktuell)⁶ zufolge nehmen die Sportaktivitäten der Bevölkerung seit 2003 insgesamt zu. 35 Prozent der Frauen und 43 Prozent der Männer machen mindestens 2,5 Stunden Sport pro Woche. Dies betrifft die Regelangebote des Breitensports genauso wie Präventions- und Rehabilitationssport im engeren Sinne.

Die Entwicklung der letzten Jahre hat gezeigt, dass sich aus dem Breitensport verschiedene gesundheitsbezogene Bewegungs- und Sportmotive ausdifferenziert haben.

Es lassen sich beobachten:

- gesundheitsorientiertes Sporttreiben mit den Motiven Wellness, Fitness und Geselligkeit, was bevorzugt von Frauen aller Altersgruppen betrieben wird.
- Bewegung und Sport aus gesundheitsfördernden (präventiven) Motiven heraus zu betreiben, was bevorzugt von Männern und Frauen mit gesundheitlichen Einschränkungen nachgefragt wird.

⁵ Vgl. Statistischer Bericht A I 8 – 15, Amt für Statistik, Berlin-Brandenburg, Potsdam, 2015

⁶ Robert Koch-Institut (Hrsg.) (2014) Daten und Fakten: Ergebnisse der Studie »Gesundheit in Deutschland aktuell 2012«. Beiträge zur Gesundheitsberichterstattung des Bundes. RKI, Berlin

- Körperliche Aktivität zur Erhaltung und Förderung der Handlungskompetenz und Selbstständigkeit im Alltag nach Krankheit und operativen Eingriffen.

Der Verein muss diese Entwicklungen ernstnehmen, die richtigen Angebote und Angebotsformate finden, um diesen Motivlagen gerecht zu werden. Nur so wird sich der organisierte Sport in den nächsten Jahren als fester Bestandteil des Gesundheitssystems positionieren und seine Kooperationsbeziehungen im Gesundheitsbereich ausbauen.

Präventionsgesetz gibt neuen Rahmen vor

Seit mehr als zehn Jahren wurden Schritt für Schritt politische Entscheidungen getroffen und Voraussetzungen geschaffen, um Prävention und Gesundheitsförderung zukünftig ein stärkeres Gewicht zu geben. Beleg dafür ist das, in seinen wesentlichen Teilen am 25. Juli 2015 in Kraft getretene, Gesetz zur Stärkung der Gesundheitsförderung und Prävention, welches ausdrücklich den Sport als Partner im Gesundheitswesen würdigt.

Der deutsche Sport wird durch das Gesetz als professioneller, verlässlicher und anerkannter Partner für das Gesundheitssystem anerkannt. Damit ist ein Handlungsrahmen fixiert, der auch sichergestellt, dass die Krankenkassen ihren Versicherten zukünftig Boni für die Teilnahme an praxisbewährten gesundheitsförderlichen Angeboten der Sportvereine (z.B. das Ablegen des Deutschen Sportabzeichens oder qualitätsgesicherte Bewegungsangebote in vereinseigenen Fitnessstudios) leisten können, ohne dass diese Angebote nach § 20 Absatz 5 zertifiziert sein müssen.

Im Begründungsteil des Gesetzes finden die Maßnahmen des organisierten Sportes wie SPORT PRO GESUNDHEIT und das REZEPT FÜR BEWEGUNG als gesundheitspezifische Kampagnen zur Förderung eines gesunden Lebensstiles Erwähnung.

Die Prävention von lebensstilbedingten Volkskrankheiten wie Diabetes, Bluthochdruck, Adipositas oder Herz-Kreislauf-Schwächen soll gestärkt werden. Menschen sollen durch das Gesetz zu einem gesunden Lebensstil mit ausreichend Bewegung aktiviert werden. Das Gesetz gibt aber auch einen Handlungsrahmen vor, damit Prävention und Gesundheitsförderung in jedem Lebensalter und in allen Lebensbereichen als gemeinsame Aufgabe aller Sozialversicherungsträger und aller relevanten Akteure auf Landes- und kommunaler Ebene ausgestaltet wird.

Als gesetzliche Grundlage für den Präventionssport dient der § 20 SGB V, Abs. 1 und 2.⁷

Auszug aus § 20 SGB V Primäre Prävention und Gesundheitsförderung

(1) Die Krankenkasse sieht in der Satzung Leistungen zur Verhinderung und Verminderung von Krankheitsrisiken (primäre Prävention) sowie zur Förderung des selbstbestimmten gesundheitsorientierten Handelns der Versicherten (Gesundheitsförderung) vor. Die Leistungen sollen insbesondere zur Verminderung sozial bedingter sowie geschlechtsbezogener Ungleichheit von Gesundheitschancen beitragen. Die Krankenkasse legt dabei die Handlungsfelder und Kriterien nach Absatz 2 zugrunde.

(2) Der Spitzenverband Bund der Krankenkassen legt unter Einbeziehung unabhängigen, insbesondere gesundheitswissenschaftlichen, ärztlichen, arbeitsmedizinischen, psychotherapeutischen, psychologischen, pflegerischen, ernährungs-, sport-, sucht-, erziehungs- und sozialwissenschaftlichen Sachverständes sowie des Sachverständes der Menschen mit Behinderung einheitliche Handlungsfelder und Kriterien für die Leistungen nach Absatz 1 fest, insbesondere hinsichtlich Bedarf, Zielgruppen, Zugangswegen, Inhalt, Methodik, Qualität, intersektoraler Zusammenarbeit, wissenschaftlicher Evaluation und der Messung der Erreichung der mit den Leistungen verfolgten Ziele. Er bestimmt außerdem die Anforderungen und ein einheitliches Verfahren für die Zertifizierung von Leistungsangeboten durch die Krankenkassen, um insbesondere die einheitliche Qualität von Leistungen nach Absatz 4 Nummer 1 und 3 sicherzustellen. Der Spitzenverband Bund der Krankenkassen stellt sicher, dass seine Festlegungen nach den Sätzen 1 und 2 sowie eine Übersicht der nach Satz 2 zertifizierten Leistungen der Krankenkassen auf seiner Internetseite veröffentlicht werden. Die Krankenkassen erteilen dem Spitzenverband Bund der Krankenkassen hierfür sowie für den nach § 20d Absatz 2 Nummer 2 zu erstellenden Bericht die erforderlichen Auskünfte und übermitteln ihm nicht versichertenbezogen die erforderlichen Daten.

Umsetzung des Präventionsgesetzes im Land Brandenburg

Der Entwurf der Sozialversicherungsträger für eine Landesrahmenvereinbarung wurde von allen beteiligten Landesressorts abgestimmt. Die Vereinbarung orientiert sich an den Brandenburger Gesundheitszielen und hat vor allem zum Inhalt, Kooperationen der beteiligten Partner zu befördern („Umsetzungsverordnung“ für SGB V § 20, wie GKV/Land/ggf. Kommunen und Weitere zueinander verhalten sollen). Anfang 2017 soll die Unterzeichnung der Landesrahmenvereinbarung durch die Gesundheitsministerin vorliegen.

Der Sportverein als Gesundheitspartner im Land Brandenburg

Ein Leben in (physischer) Bewegung ist ein wichtiger Indikator für Gesundheit und Lebensqualität. Der Sport unterstützt diese Lebensweise in den verschiedenen Altersbereichen sehr nachhaltig. Immer mehr Menschen haben ein Interesse daran, durch Bewegung und Sport ihre Gesundheit zu erhalten und zu verbessern. Mit einem vielfältigen Programm von allgemein gesundheitsfördernden, präventiven und rehabilitativen Kurs- bzw. Dauerangeboten sollen Sportvereine in Brandenburg weiterhin und zukünftig verstärkt als kompetente Gesundheitspartner vor Ort einen wichtigen Beitrag zur Gesunderhaltung der Bevölkerung leisten.

Drei Säulen des Gesundheitssports im Sportverein

Der Gesundheitssport im Sportverein im Land Brandenburg basiert auf folgenden drei Angebotssäulen: allgemein gesundheitsfördernder Sport, Präventionssport und Rehabilitationssport. Hinsichtlich Zielgruppe, Zielsetzung und gesetzlichen Grundlagen wird damit eine qualitative Vielfalt an Angeboten erreicht. Ein Teil der gesundheitssportlichen Angebote sind auch verbunden mit zielgruppenspezifischen Angebots- und Dienstleistungsformen: z.B. gesunde KITA, Sport für Ältere, betriebliche Gesundheitsförderung.

Gesundheitssport als Motor der Vereinsentwicklung

Die Erweiterung der Angebotspalette um attraktive Angebote mit explizitem Gesundheitsbezug bietet den Vereinen vielfältige Zugewinne und Vorteile. Es werden nicht nur mehr Menschen als bisher angesprochen, sondern es dient auch der Mitgliederbindung und der eigenen Vereinsentwicklung. Dazu gibt es bereits gute Beispiele, die es gilt zu verbreiten und für die Sportentwicklung nutzbar zu machen. Deshalb ist der Dialog zwischen den Mitgliedern des LSB zu diesem Thema und das Voneinander lernen ein wichtiger Beitrag zur Unterstützung der Vereinsentwicklung als Hilfe zur Selbsthilfe.

Der Qualitätsvorteil des organisierten Sports

Der Verein ist ein Ort sozialer Kommunikation und Interaktion und realisiert damit ein auf den Menschen als psycho- und physiosoziales Wesen ausgerichtetes ganzheitliches Gesundheitsangebot. Darin liegt sein besonderer gesellschaftlicher Wert. Mit den Handlungsprinzipien von Wertschätzung und Respekt, Familienfreundlichkeit, Solidarität, Inklusion und Sozialverträglichkeit verfügt der Sport über ein soziales Kapital, das gegenüber anderen, gewinnorientierten Gesundheitsanbietern einen Qualitäts- und Wettbewerbsvorteil darstellt. So trägt er dazu bei, Freude und Spaß an Sport zu vermitteln und die Bindung an lebenslangen und lebensbegleitenden Sporttreiben zu erreichen.

Initiativen wie das Qualitätssiegel „Sport pro Gesundheit“ und „Rezept für Bewegung“ sind für unsere Vereine ein wichtiges Instrument, um die Qualitätsentwicklung der Angebote im Blick zu haben. Damit empfehlen sich die Vereine auch als Gesundheitspartner für die Krankenkassen und offerieren den interessierten Bürgerinnen und Bürgern ein qualitativ hochwertiges Kursangebot zur Gesundheitsprävention (weiterführende Informationen, siehe S. 32 ff.).

Qualifizierte Übungsleiter und Mitarbeiter gewinnen und fördern

Um ein Gesundheitssportangebot im Verein mit Qualität und entsprechenden Inhalten umsetzen zu können, bedarf es spezieller Kenntnisse im sportpraktischen und -theoretischen Bereich sowie Wissen über sportmedizinische und präventive Zusammenhänge und Wirkmechanismen. Grundlage für vielfältige Bewegungsangebote im Gesundheitssport ist ein auf das Engagement und die Kompetenz der ehren- und hauptamtlichen Mitarbeiter/innen aufgebauter moderner Verein, ob als reine Solidargemeinschaft organisiert oder mit einem Dienstleistungsverständnis agierend. Der Landessportbund und die Europäische Sportakademie bieten dabei attraktive, anerkannte und kostengünstige Qualifizierungsperspektiven für all diejenigen, die ihre sportbezogene Qualifikation ausbauen und sich in einem Sportverein engagieren möchten.

Der Sportverein im Netzwerk des Gesundheitswesens

Bei dem Anliegen, die Bevölkerung gesund zu erhalten und deren Wohlbefinden zu verbessern sind die Sportvereine nicht allein. Unterschiedliche Akteure im Gesundheitswesen ziehen gemeinsam mit dem organisierten Sport an einem Strang. Sportverein als Vertreter für Sport und Bewegung nehmen dabei eine wesentliche Rolle ein. Der LSB Brandenburg empfiehlt den Sportvereinen sich sowohl mit sportinternen als auch sportexternen Partnern zu vernetzen und ein gemeinsames Vorgehen vor Ort zu mit zu gestalten. Die Partner können je nach den Bedingungen vor Ort variieren.

Teil 2 Gesundheitssport im Verein – wie organisieren?

Gesundheitssport im Sportverein- Nur vier „Trainingseinheiten“ entfernt

Viele Sportvereine im Land Brandenburg haben bereits auf den gewachsenen Bedarf an gesundheitsorientierten Angeboten reagiert und gestalten entsprechende Angebote. Dabei wird aufgrund der veränderten gesellschaftlichen Veränderungen noch mehr Bedarf an qualifizierten gesundheitssportorientierten Programmen entstehen. Es bleibt somit eine Zukunftsaufgabe, der sich Vereine in ihrer Entwicklung widmen müssen.

Eine Hilfestellung für die Vereinsentwicklung kann folgendes vierstufiges Vorgehen zum Gesundheitssport geben. Dieses kann wie vier Trainingseinheiten angesehen werden, die den Sportverein fit machen auf dem Weg zu einem eigenen Gesundheitssportangebot unterstützen:

1. Strategieentwicklung und Leitbild Gesundheitssport
2. Planung und Organisation des Angebotsprogramms
3. Personalentwicklung in den Blick nehmen und gestalten
4. Qualitätsmanagement und Marketing

Richtig vorbereitet: Leitbild und Analyse (Trainingseinheit Nr. 1)

Am Anfang jeder Veränderung steht eine Idee, sei sie im Brainstorming des Vorstandes, sei sie in einer Mitgliederbefragung oder in der Anfrage eines Mitgliedes an den Vorstand entstanden. Um den Weg zum Gesundheitssport im Verein zu gehen, werden folgende Anregungen als Hilfestellung gegeben. Am Ende könnte ein Leitbild für die Entwicklung des Gesundheitssportangebotes des Vereins stehen.

Die Ideenfindung - Checkliste mit elf Leitfragen

Diese Checkliste kann von engagierten und interessierten Mitgliedern, dem Vorstand aber auch im Rahmen eines Brainstormings während einer Mitgliederversammlung genutzt werden. Zeigt die Auswertung der Antworten, dass sich hier Entwicklungstendenzen, Potentiale und Kapazitäten für die Innovationen im Verein aufzeigen, dann kann das Ergebnis zum Ausgangspunkt für eine strategische Planung und Neuausrichtung eines Geschäftsfeldes Gesundheitssport im Verein genutzt werden.

1. Welche gesundheitssportlichen Wünsche und Interessen haben die Mitglieder meines Vereins?
2. Gibt es Anfragen aus der Bevölkerung nach gesundheitsorientierten Angeboten und Kursen an den Verein?
3. Haben Sie Kontakt zu den Hausärzten im Einzugsbereich des Vereins aufgenommen und sind sie im Gespräch mit ihnen über gesundheitsbezogene Bedarfe?
4. Was ergibt die Analyse der Mitgliederentwicklung und deren Altersstruktur?
5. Wie sieht die Personalstruktur des Vereins aus? Gibt es Übungsleiter mit speziellen gesundheitssportbezogenen Qualifikationen und Interessen?
6. Welche Kooperationsstrukturen mit anderen Vereinen, Institutionen und Partnern aus dem Gemeinwesen hat der Verein? Haben externe Organisationen und Institutionen Anfragen zur Kooperation in Gesundheitsfragen gestellt?
7. Wie sieht die Situation der von den Mitgliedern genutzten Sportstätten aus? Gibt es Investitionsbedarf? Wie ist die Auslastungssituation?
8. Gibt es Verbündete im Verein für Innovationen?
9. Gibt es im Gemeinwesen gesellschaftspolitische Initiativen und Erwartungshaltungen, dass Vereine einen Beitrag zur Umsetzung einer zukunftsorientierten Politik leisten sollen?
10. Wo sehe ich die Vorteile für ein gesundheitsorientiertes Programm oder ein Mehr an Gesundheitssport im Verein?
11. Was trifft von den nachfolgenden Punkten zu? Wie relevant sind sie für die Vereinsentwicklung?
 - Attraktivitätssteigerung und Angebotserweiterung
 - Modernisierung, Zukunftssicherung des Vereins durch Neuausrichtung/Profilbildung in einem gesellschaftlich relevanten Bereich

- Gewinnung und Bindung neuer Mitglieder
- Aktivierung passiver Mitglieder
- Vorhandene Strukturen (Sportstätten, Sportgeräte, Qualifikation der Übungsleiter)
- Synergien für Verwaltungsaufwand und Auslastung
- Ressourcen werden gebündelt
- Nutzung bestehender Qualitätsnachweise und Marketinginstrumenten des bundesdeutschen Sports (z.B. Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT und SPORT PRO FITNESS)
- Zurückgreifen auf umfassende Qualifizierungsmöglichkeiten
- Ansprache einer großen und immer größer werdenden Zielgruppe, deren Motiv für Sport und Bewegung die Gesundheit ist
- Angebotstransparenz und Bewerbung durch Veröffentlichungen
- Mitwirken in Gesundheitsnetzen und Gewinnung neuer Kooperationspartner
- Förderung des Vereinszweckes durch größeren finanziellen Rahmen

Gab es bereits gesundheitssportorientierte Programmangebote in meinem Verein? Wie wurden sie aufgenommen von Mitgliedern und Gästen?

Gut zu wissen: Kernziele für den Gesundheitssport

Im Rahmen der gesundheitspolitischen Diskussion hat der organisierte Sport sechs Kernziele für Gesundheitsförderung durch Sport formuliert. Diese orientieren sich an der Stärkung der Gesundheitsressourcen jedes Einzelnen. Ressourcen meint die objektiv und subjektiv wahrgenommenen Potenziale einer Person und wie sie auf Belastungen und Anforderungen reagiert. Sie schließt auch das Bestreben der Person ein, physisches, psychisches und soziales Wohlbefinden herzustellen.

Kernziel 1: Stärkung von physischen Gesundheitsressourcen

Ziel ist es, insbesondere die körperlichen Eigenschaften zu stärken, die zur Gesunderhaltung beitragen. Beispielsweise hat ein regelmäßiges Ausdauertraining deutliche gesundheitswirksame Effekte hinsichtlich des Auftretens von Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Die Verbesserung von Kraft, Dehnfähigkeit und Koordination beugt dem Auftreten von Rückenschmerzen vor.

Kernziel 2: Stärkung von psychosozialen Gesundheitsressourcen

Sportliche Aktivität kann auf der emotionalen Ebene zu einer direkten Steigerung des Wohlbefindens beitragen. Angestrebt werden der Aufbau eines positiven Körperkonzepts und die Vermittlung von Wissen über die vielfältigen Möglichkeiten und Wirkungen körperlicher Aktivitäten.

Kernziel 3: Verminderung von Risikofaktoren

Gesundheitssportliche Maßnahmen wirken über das körperliche Training direkt auf Fettstoffwechsel, Blutzucker, Übergewicht oder das Immunsystem. Dies gilt auch für muskuläre Dysbalancen. Körperliche Aktivität wirkt sich dadurch vorbeugend auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes, Osteoporose, Krebserkrankungen etc. aus.

Kernziel 4: Bewältigung von Beschwerden und Missbefinden

Gesundheitssportliche Aktivitäten können über die Verbesserung der Muskelkraft dabei helfen, bestimmte gesundheitliche Probleme wie z. B. Rückenschmerzen zu bewältigen. Die Stimmungsverbesserung bei und nach entsprechend gestalteter sportlicher Aktivität kann zudem zu einer Verbesserung des Wohlbefindens und zu einer positiveren Bewertung des eigenen Gesundheitszustandes führen.

Kernziel 5: Aufbau von Bindung an gesundheitssportliche Aktivität

Bindung bedeutet die regelmäßige Teilnahme am Gesundheitssport. Darüber hinaus führt regelmäßige sportliche Aktivität zu vielfältigen direkten gesundheitswirksamen Anpassungen des gesamten Lebensstils (Ernährung, Entspannung, Freizeitaktivitäten, etc.). Langfristiges Dabeibleiben ist deshalb eine zentrale Zielsetzung gesundheitssportlicher Aktivitäten im Sinne der Herausbildung eines gesunden Lebensstils.

Kernziel 6: Verbesserung der Bewegungsverhältnisse

Eine bewegungsbezogene Gesundheitsförderung muss auch die Lebensverhältnisse, insbesondere die Bewegungsmöglichkeiten der Bevölkerung berücksichtigen. Profilierte Gesundheitssportangebote, qualifizierte Übungsleiterinnen und Übungsleiter, adäquate Räumlichkeiten und Geräte, kommunale Vernetzungen und Kooperationen sowie eine Qualitätssicherung in Bezug auf die Maßnahmen sind hier zielführend.⁸

Umfeldanalyse und Vereinsanalyse

Ob eine Idee tragfähig ist oder nicht und sich daraus eine Einbindung von Gesundheitssport als Geschäftsfeld in die Vereinsstrategie erreichen lässt, hängt von der Analyse der Umfeldbedingungen (Risiken und Chancen) und der Potentiale des eigenen Vereins (interne Möglichkeiten und Grenzen) für die Entwicklung dieses Geschäftsfeldes ab. Deshalb ist es in einem zweiten Aufschlag sinnvoll, die Idee zur gesundheitssportlichen Angebotsentwicklung einer intensiveren Umfeld- und Vereinsanalyse zu unterziehen.

Was heißt Umfeldanalyse? Hier sollen Einflusskräfte, die unmittelbar auf den Verein wirken, aber auch indirekte auf den Gesundheitssport wirkende Faktoren in den Blick genommen werden. Oft werden daraus Chancen und Risiken für die jeweilige Organisationsentwicklung formuliert.

Was heißt Vereinsanalyse? Hierbei geht es um die Beschreibung der Ressourcen des Vereins für diese Entwicklung von gesundheitsorientierten Vereinsprogrammen, die Bewertung der Ressourcen hinsichtlich der Nutzung der Chancen und Abwehr von Risiken, die sich aus der Umfeldanalyse ergeben haben. Im Ergebnis der Vereinsanalyse lassen sich Stärken und Schwächen ermitteln, die schließlich die Grundlage für Handlungsziele und Handlungsplanung bilden.

Folgende Check- und Fragenraster sollen für die Umfeld- und Vereinsanalyse strukturierte Hilfestellung geben. Die aufgeführten Fragen sind aber bei weitem nicht vollständig, sie dienen einer Orientierung für die Analyse. Wie intensiv und weit die Analyse gehen soll, hängt von den Voraussetzungen des Vereins ab und den zu Verfügung stehenden Informationsquellen.

⁸ Quelle DOSB, <http://www.sportprogesundheit.de>

Umfeldanalyse

| | Ergebnisse der Analyse | Daraus folgen Chancen: | Daraus zeigen sich Gefahren/Risiken: |
|---|------------------------|------------------------|--------------------------------------|
| Wie entwickelt sich Nachfrage und Angebot für gesundheitsorientierte Angebote generell und in Wirkungsbereich des Vereins? Welche sind unsere Zukunftschancen in dieser Hinsicht? | | | |
| Wer sind angesichts der demografischen Entwicklung neue Zielgruppen im Sporttreiben? Welche Motive, wie wollen diese Zielgruppen den Sport betreiben? Lassen diese sich für den Vereinssport ansprechen und gewinnen? | | | |
| Gibt es in Lokalpolitik und im Gemeinwesen gesundheitspolitische Erwartungen an unser Wirken als Sportverein? | | | |
| Was können wir im Umfeld nutzen? Auf was können wir aufbauen, woran anknüpfen? | | | |
| Gibt es bereits Gesundheitsanbieter im Territorium? Wer sind diese? Wie erfolgreich sind sie? Was decken sie in ihren Angeboten nicht ab? Wer sind meine Mitbewerber? Wie stark sind diese? | | | |
| Gibt es bereits wirtschaftliche Erfahrungen mit Gesundheitsangeboten im Vereinssport? Wo liegen für diesen Bereich Aufwendungen und Finanzierung? | | | |
| Gibt es Förderprogramme? Können diese für die Investition des Vereins in das Geschäftsfeld Gesundheitssport genutzt werden? | | | |

| Analyseschema Vereinsressourcen | Leitfragen | Stärke | Schwäche |
|---|--|---------------|-----------------|
| Finanzielle Ressourcen (Einnahmen-Ausgabensituation, Rücklagen, Kreditwürdigkeit, ...) | | | |
| Personelle Ressourcen (Führungskräfte im Vorstand, Übungsleitersituation) | Sind genügend ÜL vorhanden? Wie können neue ÜL gewonnen werden? Verfügen die ÜL über eine entsprechende Qualifikation? Wie ist ihre zeitliche Verfügbarkeit? Wie können die ÜL langfristig gebunden werden? | | |
| Materiell- technische Ressourcen (Sportstätten, Räumlichkeiten, Sportgeräte, -material) etc. | Welche mat.- technischen Voraussetzungen werden für welche speziellen Angebot benötigt? Worauf kann der Verein zurückgreifen? Was ist vorhanden? (Sporthalle, Sportplatz, Räume in Kitas, Schule, Seniorenheimen, etc.) Müssen zusätzliche Räume angemietet oder neue Geräte angeschafft werden? Können vorhandene externe Angebote genutzt werden? | | |
| Organisatorische Ressourcen (Interne und externe Informationsverarbeitung, Territoriale Anbindung) | Passt das Angebot in die vorhandene Vereinsstruktur? In welchen Gebieten wird das Angebot geplant? Beachtung der sozialen Wohn- und Arbeits- und Lebensstrukturen der Bevölkerung. Wie ist die Erreichbarkeit des Angebotes? Wie effektiv und effizient sind Mitgliederverwaltung, Beitragsverwaltung, Schriftverkehr, Kursanmeldung organisiert? Welche Datenverarbeitungssysteme stehen mir zur Verfügung? | | |
| Technologische Ressourcen (Know-how, Qualitätsstandards, Vermarktung) | Welche Möglichkeiten der Öffentlichkeitsarbeit sind vorhanden? Was will ich in der Öffentlichkeit erreichen? Gibt es im Verein eine Marketingstrategie? Welche Kooperationspartner kommen in Frage? Wie Kooperationspartner gewinnen? Kenne ich Qualitätssiegel „Sport pro Gesundheit“ und andere QMS im Gesundheitssport? | | |

Leitbild entwerfen und Ziele formulieren

Die Umfeldanalyse und Vereinsanalyse führen zu strategischen Orientierungen, die sich in einem Leitbild „Gesundheitssport in unserem Verein“ niederschlagen sollte oder das bestehende Leitbild um den Schwerpunkt Gesundheitssport ergänzen. Hier wollen wir eine Empfehlung für eine „Bauanweisung“ zur Leitbilderstellung geben.

Ein Leitbild erzeugt eine steuernde Orientierung für alle Mitglieder, eine hohe Motivation aller Beteiligten, eine Aufforderung im vorgegebenen Sinne innerhalb und außerhalb des Vereins zu handeln und beschreibt den zu stiftenden Nutzen mit seinem gesellschaftlichen Wert. Ein Leitbild ist ein konkretes und strukturiertes Zukunftsmodell, um Mitglieder, Mitarbeiter und Zielgruppen sowie auch Partner zu überzeugen. Die Wirkprinzipien sind Motivation, Transparenz und Identifikation.

Leitfragen

- Wie sehen die gesundheitssportlichen Interessen und Wünsche Ihrer Mitglieder aus?
- Gibt es Anfragen aus der Bevölkerung oder gesellschaftspolitische Erwartungshaltungen für Gesundheitssport im Verein?
- Wurden gesundheitsbezogene Bedarfe seitens der Ärzteschaft geäußert?
- Gibt es qualifizierte oder interessierte Übungsleiter für den Gesundheitssport- in Ihrem Verein und außerhalb?
- Gibt es im Bereich Gesundheitssport bereits Kooperationsstrukturen mit anderen Vereinen bzw. im Gesundheits- und Gemeinwesen?
- Sind Ihre Sportstätten ausgelastet oder gibt es Investitionsbedarf?
- Haben Sie schon Angebote im Gesundheitsbereich initiiert? Wie wurden sie angenommen?
- Wo sehen Sie Vorteile des Gesundheitssports? Wie relevant sind diese für die Vereinsentwicklung?

Die Idee ist geboren, Gesundheitssport in das Angebot Ihres Vereins zu integrieren. Doch wie weiter? Wichtig ist, dass Sie nun nicht den zweiten vor dem ersten Schritt gehen.

Beispiel:

Gesund und Bewegen

Wir sind ein gemeinnütziger Verein, der sich zur Aufgabe (oder das Ziel gesetzt hat) gemacht hat,

mit seinen gesundheitsorientierten Bewegungsangeboten, die Gesundheit zu fördern und Krankheiten vorzubeugen durch

- Präventive und rehabilitative Sport- und Bewegungsangebote für unsere Mitglieder und allen Interessierten (für Alle)
- Durch Initiierung und Unterstützung gesundheitsförderlicher maßnahmendurch Sport und Bewegung in Form von thematischen Tagesveranstaltungen, Vorträgen u.a. Maßnahmen zur Mitgliedergewinnung wie Kampagnen vgl. „Sport und Bewegung gegen Krebs“ „Fit für die Enkel“ oder Projekt Betriebliche Gesundheitsförderung.

Der Handlungs- und Entwicklungsplan

Ein Entwicklungsplan hilft, das strategisch analysierte und formulierte in Handlungen umzusetzen. Einen Entwicklungsplan erstellen heißt, Ziele, Aufgaben, Zeitrahmen, Zuständigkeiten und entsprechende Schritte festzulegen und transparent darzustellen.

„Wenn ein Kapitän nicht weiß, welches Ufer er ansteuern soll, dann ist kein Wind der richtige.“ Diese Worte Senecas verweisen darauf, Ziele klar und eindeutig herauszuarbeiten, in der Vereinsführung zu klären, festzulegen und transparent zu formulieren, damit sie für die Implementierung des Gesundheitssportangebotes und als Orientierung für das Handeln der Mitglieder und verantwortlichen Personen nutzbar sind.

Methodisch ist es sinnvoll: ausgehend vom allgemeinen aus Leitbild und Vereinssatzung abgeleitete Leitziele formulieren, Teilziel festlegen und konkrete Handlungsziele formulieren.

| Leitziel | Teilziel | Handlungsziele |
|--|---|--|
| <p>Wir wollen ein Programm an präventiven und rehabilitativen Sport- und Bewegungsangeboten für unsere Mitglieder und alle Interessierten (für Alle) schaffen.</p> | <p>Der Verein schafft dazu in den nächsten zwei Jahren einen geeigneten und qualifizierten eigenen Personalstamm.</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Bis 2018 haben X ÜbungsleiterInnen die Zertifizierung xyz absolviert. Wir verfügen dann über X1 Übungsleiter mit dem Schwerpunkt Prävention und X2 Übungsleiter mit dem Schwerpunkt Reha. 2. Für die Gesamtleitung wird eine Mitarbeiterstelle geschaffen. Dazu liegen bis März 2017 ein tragfähiges Kosten- und Finanzierungsmodell, das Anforderungsprofil und die Stellenausschreibung vor. |

Ziele formulieren, aber SMART!

Ziele müssen so formuliert werden, dass sie das Handeln der Mitglieder und des Vorstandes leiten. Wie sollen Ziele sein? Die Antwort ist SMART. SMART steht dabei für

S – spezifisch (Ziele müssen klar, eindeutig, konkret, positiv formuliert und für alle verständlich sein.)

M – messbar (Mittels Indikatoren muss der Fortschritt in der Zielerreichung erkennbar und überprüfbar sein.)

A – aktionsorientiert (Ziele müssen über konkrete Handlungsschritte umsetzbar und ausführbar sein, müssen in konkrete Aufgaben münden können.)

R – relevant und realistisch (Ziele sollen relevant für das Vorhaben sein. Sie müssen eine begründete Erreichungswahrscheinlichkeit besitzen.)

T – terminiert (Ziele müssen zeitlich abgrenzbar sein und auf einen zu erreichenden Ergebnispunkt hinweisen.)

Muster für einen Entwicklungsplan

Die nachfolgende Tabelle enthält 10 Fragen, die ausgehend von der Formulierung der Handlungsziele (Frage 1) so konkret wie möglich beantwortet werden sollten. Sie dient dem Vorstand als Planungs- und Kontrollinstrument gleichermaßen.

| Handlungsplan zur Entwicklung von "Thema" | | | | | | | | | | |
|---|-------------------------|-----------------|------------------|----------------|-------|---------------|----------------|------------------|-----------------|-------------|
| | Ziel | Aufgabe | Durchführung | Ort | Zeit | Verantwortung | Zusammenarbeit | Indikator | Rückmeldung | Bemerkungen |
| Nr. | Was will ich erreichen? | Was ist zu tun? | Welche Schritte? | Wo zu leisten? | Wann? | Wer? | Wer mit Wem? | Wie überprüfbar? | Wann und warum? | Weshalb? |
| 1 | | | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | | | | |

Richtig ausgerichtet: Angebot und Zielgruppe (Trainingseinheit Nr. 2)

Stehen strategische Orientierung, Ziele und Handlungsplanung fest, dann gilt es zu entscheiden in welchen der drei Angebotsprofile: Allgemein gesundheitsfördernder Sport, Präventionssport, Rehabilitationssport möchte der Verein sein Gesundheitssport-Programm planen und organisieren.

Nachfolgende Übersicht gibt Ihnen eine Orientierung:

ANGEBOTSKONZEPT

| | | |
|---------------------------------------|-------------------------|-----------------------------|
| Allgemein gesundheitsfördernder Sport | Präventionssport | Rehabilitationssport |
|---------------------------------------|-------------------------|-----------------------------|

ZIELGRUPPE

| | | |
|---|---|---|
| Neu- und Wiedereinsteiger, gesundheitsbewusste und -orientierte Menschen, Ausgleich zum Alltag Suchende, Menschen in unterschiedlichen Prägungen und Lebenslagen (Diversity, Inklusion) | Neu- und Wiedereinsteiger; Personen ohne spezielle Risiken und behandlungsbedürftige Erkrankungen | Menschen mit oder mit drohender Behinderung, sowie chronisch Kranke |
|---|---|---|

ZIELSETZUNG

| | | |
|--|---|---|
| Erhalt der körperlichen Fitness, allgemeine Stärkung und Förderung der physischen und psychischen Gesundheit, Heranführung zum lebenslangen Sporttreiben | Reduzierung von Bewegungsmangel und Abbau verhaltensbedingter Risikofaktoren durch Erhöhung der organischen Widerstandsfähigkeit über ein systematisch angeleitetes und durchgeführtes Gesundheitstraining, Hilfe zur Selbsthilfe, Heranführung zum lebenslangen Sporttreiben | Verbesserung, Stabilisierung der körperlichen Fähigkeiten, Hilfe zur Selbsthilfe, Heranführung zum lebenslangen Sporttreiben, dauerhafte Eingliederung in die Gesellschaft und das Arbeitsleben |
|--|---|---|

ÜBUNGSLEITERQUALIFIKATION

| | | |
|---|--|---|
| DOSB – Lizenz (oder gleichwertig anerkannte Qualifikation) im Bereich Breitensport (1. Lizenzstufe), nach Möglichkeit im Bereich Sport in der Prävention (2. Lizenzstufe) | DOSB – Lizenz (oder gleichwertig anerkannte Qualifikation) im Bereich Sport in der Prävention (2. Lizenzstufe), ggf. plus Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT | DOSB/DBS – Lizenz (oder gleichwertig anerkannte Qualifikation) im Bereich Sport in der Rehabilitation (2. Lizenzstufe), ggf. plus Zertifizierung Rehabilitationssportgruppe |
|---|--|---|

ANGEBOTSART/ORGANISATION

| | | |
|--|--|---|
| Dauer- oder Kursangebot, Kooperation und Vernetzung vor Ort mit Partnern im Gesundheitsbereich | Dauer- und/oder Kursangebot, Kurskostenrückerstattung durch Krankenkassen bei SPORT PRO GESUNDHEIT Angeboten möglich (§ 20), Kooperation und Vernetzung vor Ort mit Partnern im Gesundheitsbereich (Empfehlung mit „Rezept für Bewegung“ durch den Arzt) | Kurs- oder Dauerangebot – im Regelfall Kostenübernahme von 50 Lerneinheiten (18 Monate) durch die Krankenkassen bei Verordnung durch den Arzt, dauerhafte eigenverantwortliche Teilnahme erstrebenswert (über 50 Lerneinheiten hinaus), Kooperation und Vernetzung vor Ort mit Partnern im Gesundheitsbereich |
|--|--|---|

ANKNÜPFUNGSPUNKTE AN GESETZLICHE GRUNDLAGEN

| | | |
|-------|--|--|
| Keine | § 20, SGB V (5. Sozialgesetzbuch), Leitfaden Prävention – Handlungsfelder und Kriterien des GKV-Spitzenverbandes zur Umsetzung von §§ 20 und 20a SGB V, 2014 | § 44, SGB V und § 43 SGB IX, Rahmenvereinbarung über den Rehabilitationssport und das Funktionstraining, 2011 (Bundesarbeitsgemeinschaft für Rehabilitation) |
|-------|--|--|

Angebotsformen

Die veränderte Nachfrage nach Gesundheitssport in der Bevölkerung erfordert in den Angebotsformen Flexibilität und Offenheit. Mitglied in einem Verein werden und seine gesundheitssportlichen Angebote zu nutzen und mitzugestalten, das bringt für alle Beteiligten Vorteile. Unter anderem bedeutet Mitgliedschaft Langfristigkeit, Planungssicherheit und geringerer Verwaltungsaufwand für den Vorstand, Identifikation, eine gewachsene (Solidar-) Gemeinschaft, Möglichkeiten für ehrenamtliches Engagement.

Doch Zeitdruck, Leistungsanforderungen im Alltag und die verbreitete berufliche Flexibilität und Mobilität macht es notwendig, dass sich der Verein zunehmend anderen Formen öffnet:

Kurzmitgliedschaft, Kurssysteme und andere Gesundheitsaktionen wie Aktionstage, Vorträge und Veranstaltungen sowie auch Kooperationsmaßnahmen mit Schule als Partnerschaft Verein-Schule und mit Unternehmen im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung.

Der Verein ist in der Ausgestaltung seiner Angebotsformen letztlich autonom. Er muss im Spannungsfeld von Nachfrage, Finanzierung, räumlichen, materiell-technischen Gegebenheiten, internen und externen Qualitätsanforderungen und seinem ganzen Leistungsportfolio entscheiden, wie flexibel und offen er seine Angebote formt.

| Angebotsform | | |
|---|---|--|
| Regelmitgliedschaft | Kurzmitgliedschaft | Kurssystem |
| Dauer der Mitgliedschaft | | |
| unbefristet | 3, 6, 9 Monate | keine |
| Vorteile | | |
| <ul style="list-style-type: none"> - Mitgliedergewinnung - Planungssicherheit - Geringer Verwaltungsaufwand - Pot. Ehrenamt? - Identifikation mit dem Verein | <ul style="list-style-type: none"> - Mitgliedergewinnung - Reagieren auf Unverbindlichkeiten und flexible Arbeitssituation - Saisonale Sportarten abdecken - Gut für Kindergruppen (schnuppern, aber nicht einmalig → nachhaltig) | <ul style="list-style-type: none"> - Mitgliedergewinnung (langfristig) - Erweiterung des Vereinsangebots - Flexibles Reagieren auf Nachfragen - Ressourcen werden genutzt - Reaktivierung von ehem. Sportlern und passiven Mitgliedern - Ansprechend für Sportinteressierte mit gleicher Motivation - Teilweise größere Einnahmen durch Einzelbeträge, als durch Mitgliedsbeitrag |

Räume, Geräte und Materialien

Neben den klassischen Angebotsorten wie Turnhallen und Gymnastikräume machen sich viele Vereine auf den Weg, auch andere Sport- und Bewegungsstätten zu erschließen und dort neue Angebote ins Leben zu rufen.

In Brandenburg bisher wenig verbreitet, dennoch mit Entwicklungspotential ist die Einrichtung vereinseigener Gesundheits- und Fitness-Studios und zum anderen exemplarisch die Nutzung von Bewegungsparcours und Boule-Anlagen zu erwähnen. Der Trend zum Sport in der freien Natur findet sich auch in Angeboten wie Parksport oder einer Wiederbelebung der Trimm-Dich-Pfade wieder.

Abteilungs- vs. Vereinsgründung

Um ein neues Angebot oder einen neuen Bereich im Sportverein zu entwickeln, bedarf es einiger Vorüberlegungen. Will ich einen eigenen Verein gründen? Oder nutze ich lieber schon vorhandene und bewährte Strukturen? Es bringt Vorteile den Gesundheitssport eher in bestehende Vereinsstrukturen zu integrieren, statt Parallelstrukturen durch eine Vereinsgründung im gleichen Ort zu schaffen.

Vorteile:

- Die Angebotspalette des Vereins wird erweitert und modernisiert
- Der Verwaltungsaufwand wird geringer oder entfällt (z.B. der Aufwand einer Vereinsgründung, für Abteilungsgründung genügt eine formlose Information an den LSB)
- Vorhandene Strukturen können genutzt werden (Mitglieder, Sportstätten, Sportgeräte)
- Das Konkurrenzdenken bestehender zu neuen Vereinen entfällt
- Know-how zu Vereinsführungsfragen ist vorhanden und muss sich nicht angeeignet werden
- Die Ressourcen werden gebündelt und die bestehenden Netzwerke genutzt und ausgebaut
- Gewinnung neuer Mitglieder und Bindung von (passiven) Mitgliedern durch neues Angebot
- Falls dennoch eine Vereinsgründung notwendig wird.
- Infos hier: <http://lsb-brandenburg.de/vereinsservice/mitgliedschaft/>

Finanzielle Voraussetzungen

Kurskosten

Qualität gibt es nicht zum Nulltarif. Die Finanzplanung eines Kursangebotes beinhaltet eine Gegenüberstellung aller erforderlichen Einnahmen und Ausgaben und kann der Berechnung der Teilnehmerkosten dienen. Zudem orientiert sich der Beitrag am regionalen Preisniveau z.B. an der Volkshochschule.

Kostenrückerstattung zertifizierter Kurse

Weitere Möglichkeiten ergeben sich für den Verein, wenn Übungsleiter für ihr Angebot mit dem Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT ausgezeichnet wurden. Präventive Sport- und Bewegungsangebote mit diesem Qualitätssiegel in den Bereichen Stütz- und Bewegungsapparat und Herz- Kreislauf- Training, können auf der Grundlage des § 20 des SGB V von Krankenkassen gefördert werden. Für Teilnehmerinnen und Teilnehmer an diesen Angeboten besteht per Gesetz eine Kostenrückerstattung durch die Krankenkassen.

Möglicher Zeitplan – eine Checkliste zur Organisation eines Gesundheitskurses zur Prävention

| Checkliste Aufgaben | Woche vor bzw. nach Kursbeginn |
|---|--------------------------------|
| Terminfestlegung | 12 |
| Ort (Turnhalle, Saal, Absprachen mit dem Sportamt u.a.) | 12 |
| Finanzplanung | 10-8 |
| Kursprogramm | 10-8 |
| Suche nach Partnern | 8 |
| Erste Presseinformation regional | 6 |

| | |
|---|-----|
| Honorarvereinbarung und Themenabstimmung mit dem Übungsleiter | 6 |
| Plakatanschlag, Handzettel | 3-6 |
| zweite Presseinformation regional | 4 |
| schriftliche Vorbereitung (Anschreiben, Handmaterial, Quittungen, Teilnahmebestätigungen) | 2 |
| Letzte Absprachen mit den Partnern | 1 |
| Ankündigung in der lokalen Presse | |
| KURSBEGINN | 0 |
| Bericht in der Presse | +1 |
| Auswertung | +2 |

Matrix für eine Angebotsplanung

| Wer? Zielgruppen | Was? Zielsetzung | Wie? Inhalt | Womit? Methodik | Wo? Ort | Wann? Zeit |
|---|--|--|--|--|----------------------|
| Anzahl, Alter, Vorerfahrungen | Klare Benennung des Angebotes (z.B. Walking) | Schriftliche Planung der Übungsstunden | Ordnen der Übungen nach methodischen Grundsätzen | Der zur Verfügung stehende Raum (z.B. Park, Wald) | Tageszeit/Jahreszeit |
| Geschlecht (Männer/Frauen) | Spezielle Zielsetzung für das Angebot z. B. Herz-Kreislauf- Training) | Übungen, Anzahl, Intensität | Vom Leichten zum Schweren | Der zur Verfügung stehende Platz pro Teilnehmer | |
| Konstitutionelle Voraussetzungen (z. B. leicht Übergewichtige) | Gesundheitsorientiert (z.B. Stärkung physischer und psychosozialer Gesundheitsressourcen) | | vom Einfachen zum Komplexen | die zur Verfügung stehenden Geräte (z.B. Walking-Stöcke) | |
| gesundheitliche Voraussetzungen, (z.B. TN mit leichten gesundheitlichen Beeinträchtigungen) | zielgruppenorientiert (z. B. Ältere über 50 Jahre) | | vom Bekannten zum Unbekannten | | |
| Fähigkeiten (z.B. Wiedereinsteiger) | Sport- und bewegungsorientiert (z. B. Verbesserung der Grundlagenausdauer durch Erlernen der Walking- Technik) | | Org.- formen und Methoden Geräte und Hilfsmittel, um die Inhalte zu vermitteln | | |
| | | | Optimaler Einsatz von entsprechenden Trainingsmethoden | | |

Steuerliche Aspekte

Bietet der Sportverein Sportkurse an, sind auch steuerliche Überlegungen zu beachten. Diese können auf die Umsatzsteuer einerseits und die Körperschaftssteuer/Gewerbesteuer andererseits reduziert werden.

Umsatzsteuer ja oder nein?

Nach dem seit 01.01.1980 geltenden Umsatzsteuergesetz gilt: Teilnehmerentgelte und -gebühren für Sport- Kurse gemeinnütziger Sportvereine sind umsatzsteuerfrei. (§4 Nr. 22b, UStG)

Körperschaftssteuer ja oder nein?

Sport- Kurse werden als sogenannte Zweckbetriebe im Sinne der Abgabenordnung behandelt, womit eine weitgehende Steuerbefreiung der Gewinne aus diesen Tätigkeiten der Sportvereine verbunden ist.

Nach § 68 Nr. 7 b AO 1977 gilt für Zweckbetriebe der sportlichen Veranstaltungen (u. a. auch Sport- Kurse) Folgendes:

Die Steuerbegünstigung setzt voraus, dass die erzielten Gewinne im Durchschnitt der letzten drei Jahre jährlich 6.000,00 € nicht übersteigen.

Diese Freigrenze von 6.000,00 € gilt für alle Zweckbetriebe (sportliche, gesellige sowie kulturelle Veranstaltungen) zusammen nur einmal. Die Ergebnisse dieser Zweckbetriebe sind daher zu saldieren mit der Folge, dass beispielsweise der Überschuss aus geselligen Veranstaltungen mit dem Verlust aus sportlichen Veranstaltungen verrechnet werden kann.

Bei der Ermittlung des Überschusses aus sportlichen Veranstaltungen brauchen nicht nur die Unkosten der konkreten Veranstaltungen, sondern es können die gesamten Unkosten des Vereins in seinem gemeinnützigen Bereich abgezogen werden.

Versicherungsfragen

Unfall- und Haftpflichtversicherungsschutz besteht im Rahmen des vom Landessportbund Brandenburg abgeschlossenen Versicherungsvertrages.

(http://lsb-brandenburg.de/lsb/wp-content/uploads/Rahmenvereinbarung_Haftpflicht_und_Unfallversicherung.pdf)

Versicherungsschutz für Mitglieder/Nichtmitglieder:

Vereinsmitglieder sind bei Veranstaltungen ihres eigenen LSB- Mitgliedsvereins im Rahmen des o.g. LSB- Versicherungsvertrages versichert.

Abgesichert über die Sportversicherung sind dabei die Veranstaltung selbst sowie Mitglieder und Übungsleiter. Für Vereinsmitglieder ist der direkte Weg zu und von der Sportveranstaltung nach Hause mitversichert. Der Versicherungsschutz für das versicherte Nichtmitglied im „Probetraining“ (max. 1 Monat) beginnt mit dem Betreten der für die Sportveranstaltung vorgesehenen Veranstaltungsstätte zum Zwecke der aktiven Teilnahme und endet mit dem Verlassen spätestens mit Beendigung der Sportveranstaltung.

Bieten Vereine Sportkurse oder Sportprogramme für Nichtmitglieder an, kann der Verein auch die Nichtmitglieder zusätzlich versichern.

Nicht-Mitgliederversicherung:

Nicht über die Sportversicherung des LSB Brandenburg versichert sind Kursteilnehmer bzw. Nicht-Mitglieder (Gesundheitskurse, Rehasport). Für diesen Fall bietet das defendo-Sportversicherungsbüro eine Nicht-Mitgliederversicherung im Bereich Haftpflicht und Unfall (nur die Anzahl der Kursteilnehmer muss gemeldet werden).

Weitere Informationen unter:

Defendo Assekuranzmakler GmbH

Monbijouplatz 11, 10178 Berlin

Regine Bandermann

Tel.: 030/ 374 429 614

E-Mail:

regine.bandermann@defendoassekuranzmakler.de

Fax: 030/ 374 429 660

Berufsgenossenschaftlicher Versicherungsschutz

Die für den Sportverein zuständige Berufsgenossenschaft gewährt Übungsleitern und Trainern gesetzlichen Unfallschutz bei Arbeitsunfällen im Sinne von angestellten bzw. angestelltenähnlichen Tätigkeiten. Nähere Informationen unter: <http://lsb-brandenburg.de/vereinsservice/verein-und-versicherung/>

Gesellschaft für musikalische Aufführungs- und mechanische Vervielfältigungsrechte (GEMA)

Wer Musik aufführt, kommt an der GEMA nicht vorbei. Da im organisierten Sport jedoch eine Vielfalt von Musikanwendungen herrscht, hat der Deutsche Olympische Sportbund im Interesse seiner Vereine und Verbände Abkommen mit der GEMA getroffen. Diese Abkommen garantieren:

- Vorzugssätze bei Musikaufführungen unter bestimmten Voraussetzungen
- Freistellung von den Gebühren bei bestimmten Veranstaltungen mit musikalischer Untermalung durch die Zahlung eines jährlichen Pauschalbetrages durch den DOSB

Die GEMA hat auch ihre Gebühren für die Wiedergabe von Werken des GEMA-Repertoires in Kursen für die Monatsbeiträge oder Honorare bezahlt werden sowie für Angebote ohne Kostenbeitrag für den Teilnehmer, z. B. Kurse in Fitnessstudios, Wellness-, Präventions- und Rehabilitationseinrichtungen sowie im Vereins- und Gesundheitswesen verändert. Die darin enthaltenen Kostensätze gelten allerdings nur für Fitness- und Gesundheitskurse, die nicht unter die Zusatzvereinbarung mit dem DOSB fallen.

Unter die Zusatzvereinbarung fallen alle Kurse des vereinsinternen Trainingsbereichs, an denen ausschließlich Vereinsmitglieder teilnehmen und bei denen keine zusätzliche Kursgebühr erhoben wird. Sie bleiben weiterhin von den Gebühren befreit.

Nicht unter die Zusatzvereinbarung fallen Vereine, die Personen nur für den Kursbesuch mit einer Mitgliedschaft ausstatten (befristete Kurzmitgliedschaften) oder die lediglich ein Fitnessstudio betreiben, aber keine Fachabteilungen.

Nähere Informationen und Übersicht der Abkommen unter:

<http://lsb-brandenburg.de/veranstaltungen/vereinsveranstaltungen/>

Richtig wahrgenommen: Marketing und Kooperationen (Trainingseinheit Nr. 3)

Gesundheitsorientierte Sport- und Bewegungsangebote erfordern besonders qualifizierte Übungsleiter. Vereine, die sich für den Aufbau von gesundheitssportlichen Angeboten entscheiden, haben diese vier – sicherlich nicht neuen – Aufgaben der Personalentwicklung zu bewältigen:

- den erforderlichen Bedarf an Mitarbeitern feststellen
- Suche und Gewinnung von Mitarbeitern
- Qualifizierung von Mitarbeiter
- Anerkennungskultur der Mitarbeiter

Hierfür gilt es ein Konzept zum Mitarbeitermanagement zu erarbeiten, bei dem alle - Vorstand, Übungsleiter, sonstige Aufgaben - gleichermaßen berücksichtigt werden.

Personalbedarf feststellen, Suche und Gewinnung von Mitarbeitern

Zunächst sollte anhand einer Ist-Analyse ermittelt werden, ob neue Mitarbeiter gewonnen müssen oder bereits aktive Mitarbeiter zusätzlich qualifiziert werden können oder ob Personal extern beschafft werden muss. Zur Ermittlung des Personalbedarfs können folgende Fragen dienen:

- Welche personellen Ressourcen sind zurzeit im Verein vorhanden?
- Welche Qualifikationsanforderungen müssen Mitarbeiter zusätzlich für die Umsetzung des gesundheitssportlichen Angebotsprogramms haben?
- Welche zusätzlichen personellen Ressourcen werden benötigt?
- Zu welchem Zeitpunkt werden die Mitarbeiter benötigt?
- Welche Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten für bereits aktive und neue Übungsleiter können wahrgenommen werden? Wie werden diese finanziert?
- Wie werden die Übungsleiter entschädigt?

Bei der Suche neuer Mitarbeiter gibt es keine maßgeschneiderten Lösungen. Aus der Personalwirtschaft kennen wir einige Methoden der Personalbeschaffung, die je nach Bedarf auch im Verein Anwendung finden:

- Personalentwicklung (Mitarbeiter werden gezielt für die entsprechenden Aufgaben geschult und vorbereitet, ggf. durch Praktika und Hospitationen)
- Interne Ausschreibungen
- Tätigkeits- und Kompetenzerweiterung für eigene ehren- und/oder hauptamtliche Mitarbeiter durch neue Verteilung von Aufgaben
- Rekrutierung von Berufsanfängern nach dem Studium
- Aushänge bei Bildungsträgern und (Fach-) Hochschulen
- Stellenausschreibung durch Annoncen (Internet, Zeitung)
- Angebote in Jobbörsen

Hier finden sich exemplarische Hauptaufgaben, die mit der Entwicklung und Umsetzung eines Gesundheitssportangebotes im Verein zu erledigen sind. Diese könnten Grundlage für ein Aufgabenprofil eines Mitarbeiters im Verein sein.

- Entwicklung eines Konzepts für den Verein oder die Abteilung in Koordination oder Kooperation mit dem Vorstand des Vereins
- Auf- und Ausbau eines konkreten Angebotsprogramms des Vereins oder der Abteilung
- Erarbeitung und Umsetzung eines Kommunikationskonzeptes für das Angebotsprogramm
- Personalentwicklung (Gewinnung sowie Aus- und Fortbildung der ÜL)

- Aufbau und Pflege von Kommunikationsstrukturen zu den MitarbeiterInnen im Verein oder der Abteilung
- Berücksichtigung und Abgleich mit den gesetzlichen Rahmenbedingungen für den Präventions- und Rehabilitationssport im Sportverein (§§ 20 und 43 SGB V und §44 SGB IX)
- Vernetzung mit externen Partnern der Gesundheitsbranche, der kommunalen Verwaltung, des Bildungswesens
- Organisation von partizipativen Ablaufprozessen im Verein oder in der Abteilung

Um eine eigene Vorgehensweise bei der Mitarbeitergewinnung zu finden, können folgende Fragestellungen helfen:

- Welche personellen Möglichkeiten /Voraussetzungen sind zurzeit vorhanden?
- Welche personellen Ressourcen werden zusätzlich aufgrund des Bereichs Gesundheitssports benötigt?
- Welche Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten für bereits aktive und neue Übungsleiter können wahrgenommen werden?
- Wie werden die Übungsleiter entschädigt?

Qualifizierung von Mitarbeitern

Bei der Umsetzung von Gesundheitssport im Sportverein sind verschiedene Qualifikationsanforderungen zu beachten, die es zu kennen und zu beachten gilt. Diese sind:

- Mindestqualifikation des Übungsleiters von Gesundheitskursen im Bereich Prävention nach §20 SGBV
- Zusatzqualifikationen für spezielle Angebote z.B. Nordic Walking, Aqua- Fitness, Sturzprävention
- Qualifikationsanforderungen - Rehabilitationssport §§ 44 SGB IX

Für die Qualifizierung der Mitarbeiter können die Übungsleiterausbildungsangebote bei der Bildungseinrichtung des Landessportbundes Brandenburg e.V., der Europäischen Sportakademie Land Brandenburg genutzt werden. Darüber hinaus gibt es auch ein vielfältiges Fortbildungsprogramm. Diese Angebote reichen von Tagesveranstaltungen unter dem Motto: Spiel, Sport Spaß und dem Qualitätszirkel SPORT PRO GESUNDHEIT, über mehrtägige themenorientierte Fortbildungen bis hin zur speziellen Weiterbildung von Übungsleitern, die speziell in der Prävention durch Sport und Bewegung tätig werden wollen.

Leitung von Gesundheitskursen im Bereich Prävention nach §20 SGBV

Bei der Zusammenarbeit mit Sozialversicherungsträgern ist eine Mindestqualifikation des Übungsleiters notwendig. Die Leitung von Gesundheitskursen im Bereich Prävention nach §20 SGBV wird durch den aktuellen GKV Leit-faden Prävention geregelt.

Die DOSB Übungsleiter B Lizenzen „Sport in der Prävention“ sind anerkannte Basisqualifikationen zur Durchführung von Präventionssport nach §20 SGBV im Sportverein im Rahmen des individuellen Ansatzes im Handlungsfeld „Bewegungsgewohnheiten“ nach dem Präventionsprinzip „Reduzierung von Bewegungsmangeldurch gesundheitssportliche Aktivität“.

Weiterhin können Übungsleiter mit DOSB Lizenzen „Sport in der Prävention“ auch nach dem Präventionsprinzip „Vorbeugung und Reduzierung spezieller gesundheitlicher Risiken durch geeignete Verhaltens- und gesundheitsorientierte Bewegungsprogramme im Bereich Sturzprävention tätig werden.

Abschlüsse im Rahmen eines sportwissenschaftlichen Studiums, Berufsabschlüsse als Krankengymnast/in, bzw. Physiotherapeut/in, Sport- und Gymnastiklehrer/in und Arzt/ Ärztin sind weitere, beispielhaft anerkannte Basisqualifikationen. Informationen zu den Basisqualifikationen sind im aktuellen Leitfaden Prävention (vgl. Literaturhinweise im Anhang) zu finden.

Die DOSB Übungsleiter B Lizenzen „Sport in der Prävention“ können im Land Brandenburg bei der Bildungseinrichtung des Landessportbundes Brandenburg e.V. der Europäischen Sportakademie Land Brandenburg erworben werden.

Die Ausbildung hat einen Gesamtumfang von 180 Lerneinheiten (LE). Eine Lerneinheit hat einen Umfang von 45 Minuten Präsenzzeit. Die Europäische Sportakademie Land Brandenburg ist berechtigt, folgende DOSB Übungsleiter B Lizenzprofile „Sport in der Prävention“ auszustellen:

Folgende Profile im Bereich Prävention werden angeboten: (siehe: Ausführungen der ESAB)

- Allg. Bereich: Gesundheitstraining für Erwachsene Profil: „WS- Gymnastik für Sport mit Älteren“
- Allg. Bereich: Gesundheitstraining für Kinder /Jugendliche Profil: „Kinder mit Bewegungsmangel“
- Spez. Bereich: „Gesundheitstraining Herz- Kreislaufsystem Profil: „HKL- Training mit Erwachsenen“
- Spez. Bereich: Haltungs- und Bewegungssystem Profil: „Haltung erkennen und bewahren“

Kurzprofil zur Ausbildung in der 1. Lizenzstufe (DOSB C- Lizenz)

Das Mindestalter für die 1. Lizenzstufe ist 16 Jahre. Die DOSB Übungsleiter C/ Trainer C Ausbildung umfasst 120 LE. Bis auf wenige Ausnahmen - durch einige Landesfachverbände bedingt- starten die Teilnehmer mit dem Grundlehrgang (50 LE) in ihre Ausbildung. Zum Erwerb der DOSB Übungsleiter C Breitensportlizenz besucht man einen Aufbaulehrgang (50LE) und anschließend einen Lizenzlehrgang (20LE).

Für eine sportartspezifische Ausbildung wird die Ausbildung nach dem Grundlehrgang beim zuständigen landesfachverband fortgesetzt. Eine 1. Hilfe-Ausbildung (9LE) ist verpflichtend für alle und darf nicht älter als zwei Jahre sein. Die 1. Hilfeausbildung kann extern z.B. bei den Organisationen Malteser, Deutsches Rotes Kreuz (DRK), Arbeiter Samariter Bund (ASB), Deutsche Lebens- Rettungsgesellschaft (DLRG) oder Johanniter durchgeführt werden. Nach Erfüllung aller Voraussetzungen und erfolgreicher Teilnahme an der gesamten Ausbildung wird dem Teilnehmer eine DOSB Übungsleiter C Lizenz mit entsprechendem Profil ausgestellt.

Kurzprofil zur Ausbildung in der 2. Lizenzstufe (DOSB B-Lizenz)

Das Mindestalter der 2. Lizenzstufe ist 18 Jahre. Voraussetzung zum Erwerb der B-Lizenzstufe ist eine gültige DOSB Übungsleiter – oder Trainerlizenz der 1. Lizenzstufe. Andere, vergleichbare Ausbildungen bedürfen einer Einzelfallprüfung. Der Teilnehmer sollte seine Lizenz mindestens ein Jahr besitzen und Erfahrungen in der praktischen Vereinsarbeit nachweisen. In der DOSB Übungsleiter B Ausbildung werden Lehrgänge für den sportartübergreifenden Breitensport im Mindestumfang von 68 LE angeboten. Nach den Ausbildungslehrgängen meldet sich der Anwärter für diese Lizenzstufe für einen Prüfungstag an, um die Lehrprobe abzulegen. Die Lehrprobenthemen werden am Ende der Ausbildung vergeben. Nach Erfüllung aller Voraussetzungen und erfolgreicher Teilnahme an der gesamten Ausbildung wird dem Teilnehmer eine DOSB Übungsleiter B- Lizenz mit entsprechendem Profil ausgestellt.

Die DOSB Übungsleiter B Lizenzen sind vier Jahre gültig! Eine Ausnahme stellt die DOSB Übungsleiter B Lizenzen „Sport in der Prävention, Profil: Herz-Kreislauf-Training“ dar. Sie hat eine Gültigkeitsdauer von zwei Jahren!

Qualifikationsanforderungen- Rehabilitationssport §§ 44 SGB IX

Die Leitung von Rehabilitationssportgruppen nach §44 SGB IX wird durch die aktuelle Rahmenvereinbarung über Rehabilitationssport und das Funktionstraining der Bundesarbeitsgemeinschaft für Rehabilitation (BAR) e.V. geregelt.

Die DOSB Übungsleiter B Lizenzen „Sport in der Rehabilitation“ sind anerkannte Qualifikationen für den jeweiligen Profilbereich zur Durchführung von Rehabilitationssport §44 SGB IX im Sportverein.

Die Zertifizierung im Rehabilitationssport in Brandenburg erfolgt über den Behinderten-Sportverband Brandenburg e.V. (BSB):

Ansprechpartnerin für den Bereich **Anerkennung und Zertifizierung beim BSB** ist:

Nadine Zimmer
Tel.: 0355/48646328
Mail: zimmer@bsbrandenburg.de

Ansprechpartnerin für den Bereich **Lehre und Lizenzwesen beim BSB** ist:

Jana Thomel
Tel.: 0355/48646326
Mail: thomel@bsbrandenburg.de

Die DOSB Übungsleiter B Lizenzen „Sport in der Rehabilitation“ kann im Land Brandenburg bei der Bildungseinrichtung des Landessportbundes Brandenburg e.V. der Europäischen Sportakademie Land Brandenburg und beim Behinderten- Sportverband Brandenburg e.V. absolviert werden.

Die Europäische Sportakademie Land Brandenburg ist berechtigt, folgende DOSB Übungsleiter B Lizenzprofile „Sport in der Rehabilitation“ auszustellen:

- „Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen“
- „Sport bei Osteoporose“
- „Sport in der Krebsnachsorge“
- „Sport bei Rheuma“
- „Sport und Diabetes“
- „Sport in Herzgruppen“

Besonderheiten gibt es für die Profilausbildung „Sport in Herzgruppen“ in Bezug auf den Ausbildungsumfang.

Anerkennungskultur im Verein pflegen

Damit die Tätigkeit in einem Sportverein so lange wie möglich attraktiv bleibt, muss die Motivation der Mitarbeiter aufrecht gehalten und eine stetige Betreuung der Mitarbeiter gewährleistet sein.

Zu Faktoren, die die Motivation der Mitarbeiter aufrechterhalten, zählen:

- Identifikation mit den Zielen des Vereins und der eigenen Tätigkeit
- Erkennen des persönlichen Nutzens
- selbstbestimmtes, verantwortliches Agieren
- Spaß an der Vereinsarbeit
- Wohlfühlen in der Gemeinschaft
- Regelmäßiger Informationsaustausch und Kommunikation auf Augenhöhe
- untereinander
- zeitgemäße Anerkennungsmaßnahmen
- Beschwerdemanagement anbieten
- Betreuung und Ansprechpartner bereitstellen
- Einsatzmöglichkeiten anbieten, die zeitlich begrenzt und projektbezogen sind

Der wichtigste Punkt jedoch ist, Danke zu sagen. Denn fehlende Anerkennung und Bestätigung verhindern Engagement und Leistungsbereitschaft und sind oftmals ein wesentlicher Faktor für das Nachlassen freiwilliger Mitarbeit im Verein. Danke sagen lässt sich sowohl mit dem spontanen, ehrlich gemeinten ausgesprochenen Wort, mit ideellen (z.B. Preise, Urkunden, Bericht über ehrenamtliche Arbeit in öffentlichen Medien, Lob, Dankeschreiben), als auch mit materiellen (z.B. Aufwandsentschädigungen, Kostenbeteiligung für Qualifizierungen, Geschenke) Anerkennungsmaßnahmen.

Wichtig ist auch, dass jeder Verein individuelle Maßnahmen entwickelt. Hierbei gilt es, den unterschiedlichen Generationen gerecht zu werden. Denn Belohnungen wie beispielsweise öffentliche Ehrungen oder die Überreichung der Ehrennadel sind für jüngere Mitarbeiter zu überdenken, während andere Generationen hieraus sicherlich einen motivationsfördernden Effekt ziehen.

Hier finden Sie einige Ideen zu zeitgemäßen Formen der Anerkennung und Wertschätzung für ehrenamtliche Helfer und Mitglieder:

- Aufwandsentschädigung sofern in der Satzung vorgesehen Erstattung von Kosten, die bei der Ausführung des Ehrenamtes entstehen können (Telefon, Kilometergeld etc.).
- Kostenneutrale Teilnahme an Lehrgängen und Fortbildungen.
- Für die Tätigkeit benötigte Ausrüstung zur Verfügung stellen, ggf. kommt eine Beitragsbefreiung für sozial schwächer gestellte Mitarbeiter in Betracht, dies muss dann jedoch von der Satzungsregelung gedeckt sein. Gemeinschaftsfördernde Veranstaltungen wie Grillabende,
- Neujahrsempfänge, Weihnachtsfeier.
- Auszeichnungen mit Vereinsnadeln, Ehrenbriefe, weitere zielgruppenspezifische Auszeichnungen.
- Anerkennung von ehrenamtlicher Tätigkeit bspw. als Wehr- bzw. Ersatzdienst, Gewährung von Sonderurlaub zur Aus- und Fortbildung,
- Einführung eines Nulltarifs für ehrenamtliche Helfer im Öffentlichen Nahverkehr, die Ehrungen in den Städten und Kreisen. Die Sportplakette der Länder oder des Bundes, Förderpreis „PRO EHRENAMT“ des Deutschen Olympischen Sportbundes, die Ehrenamts-card, Bildungsgutscheine.

Richtig wahrgenommen: Marketing und Kooperationen (Trainingseinheit Nr. 4)

Um sich auf dem Markt der Gesundheitsanbieter abzugrenzen und gegenüber Bürgern, Ärzten und Krankenkassen ein transparentes qualitativ hochwertiges Gesundheitssportprogramm auszuweisen, sind durch den DOSB Qualitätssiegel entwickelt worden. Gesundheitsangebote der Sportvereine, die bestimmten Kriterien entsprechen, können mit diesen Qualitätssiegeln ausgezeichnet werden und nutzen das als internes Instrument zum Qualitätsmanagement, aber auch als Marketinginstrument. Zusätzlich werden diese zertifizierten Angebote auf Webdatenbanken gelistet. Der Landessportbund Brandenburg publiziert jährlich eine Übersicht aller Angebote der brandenburgischen Vereine im Bereich der Prävention und Rehabilitation und vertreibt diese an Ärzte, Kliniken und andere Partner.

Das Qualitätssiegel des organisierten Sports – SPORT PRO GESUNDHEIT

Der DOSB hat in Zusammenarbeit mit der Bundesärztekammer (BÄK) das Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT entwickelt, welches gesundheitsorientierte Bewegungsangebote in den Sportvereinen auszeichnet. Das Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT steht für Transparenz, klar definierte Ziele und Kriterien im und schafft Orientierung Zertifizierungsdschungel von Gesundheitsangeboten. Es hilft Interessenten, aber auch Ärzten und Krankenkassen bei der erfolgreichen Suche nach dem passenden Gesundheitskurs und unterstützt die Turn- und Sportvereine bei der Bildung eines gesundheitsorientierten Profils. Ein gut durchdachtes und qualitativhochwertiges Angebot ist Grundvoraussetzung für den Erfolg, garantiert ist dieser damit aber noch nicht. Nur wer Qualität anbietet und diese Qualität auch potentiellen Nutzern glaubwürdig vermitteln kann, wird nachhaltig erfolgreich sein. Ein starkes Instrument für das Marketing Ihres Gesundheitssportangebots ist das Qualitätssiegel „SPORT PRO GESUNDHEIT“.

SPORT PRO GESUNDHEIT- die neue Serviceplattform:

Seit Anfang Oktober 2016 ging wie bereits angekündigt, die neue Serviceplattform SPORT PRO GESUNDHEIT mit einem neuen LOGO an den Start. Sie ersetzt die bisher bekannten Beantragungsformen (Papierform/online) und bietet viele interessante und übersichtliche Features für den Übungsleiter und die Vereine.

Zu erreichen ist die Serviceplattform unter www.service-sportprogesundheit.de

Um die Serviceplattform SPORT PRO GESUNDHEIT nutzen zu können, muss Ihr Verein dort angemeldet sein. Sie können sich bequem über die Seite registrieren und erhalten Ihre Login- Daten. Auf der Serviceplattform können Ihre Übungsleiter dann neben den standardisierten Programmen sogenannte Masterprogramme wählen.

Die Masterprogramme ersetzen die bisherigen individuellen Programme, jedoch lassen sie aufgrund eines sogenannten Baukastenprinzips eine flexible und individuelle Gestaltung der Kurseinheiten zu. Kinderleicht können nun künftig Übungen, Methoden und Geräte per Mausclick ausgetauscht werden, ohne dabei das Gesamtkonzept des Kurses zu stören.

Die Stundenverlaufspläne mit Übungsbeschreibungen und die Informationsmaterialien für die Kursteilnehmer sind in der Serviceplattform hinterlegt und können jederzeit ausgedruckt werden.

Folgende Masterprogramme liegen bereits vor:

1. Präventives Ausdauertraining
2. Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining
3. Präventives Gesundheitstraining für Kinder
4. Präventives Gesundheitstraining (nicht von der ZPP anerkannt!)
5. Aqua-Gymnastik
6. Aquajogging
7. Nordic Walking

Welche Vorteile bietet die Serviceplattform den Vereinen?

Mit einem Antrag können gleich zwei Siegel erworben werden

- Das Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT - Siegel der Sportverbände und
- Deutscher Standard Prävention - Siegel der Krankenkassen und der zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) bzw. der Krankenkassen und damit ein verbindlicher Nachweis, dass das betreffende Angebot auch die Anforderungen der Krankenkassen erfüllt- somit bezuschungsfähig laut § 20 SGB V ist
- Verlängerung der Gültigkeitsdauer der Siegel von zwei auf drei Jahre

Hiermit ersetzen die Sportverbände ein bisher schwerfälliges System und erfüllen den Vereinen und Übungsleitern den Wunsch, auf eine vereinfachte Anerkennung ihrer Präventionskurse bei den Krankenkassen.

Qualifikationsvoraussetzungen

Die Nutzung der Masterprogramme setzen eine gültige B- Lizenz (Prävention) des Übungsleiters sowie eine entsprechende Teilnahme zur Einweisung in die Masterprogramme im Rahmen der Qualitätszirkel SPORT PRO GESUNDHEIT voraus

Im Kern zielen die Bemühungen von SPORT PRO GESUNDHEIT auf eine langfristige Bindung an gesundheitssportliche Aktivität sowie die Bildung einer eigenen Gesundheitskompetenz; auf eine Nachhaltigkeit also, die sich im Idealfall im lebenslangen Sporttreiben äußert. Explizit werden Menschen angesprochen, die nie oder lange nicht mehr Sport getrieben haben. Sie auf ihrem Weg vom „Nicht-Sportler“ zum „Präventionssportler“ zu begleiten, ist Anspruch und Ansporn zugleich. Um diesen Ansprüchen gerecht zu werden, erfüllen sowohl die Kurse, die mit dem Siegel SPORT PRO GESUNDHEIT ausgezeichnet werden, wie auch deren Übungsleiterinnen und Übungsleiter, als auch die anbietenden Vereine bestimmte Qualitätskriterien.

Qualitätskriterien des Qualitätssiegels SPORT PRO GESUNDHEIT

Damit ein Kurs das Qualitätssiegel vom Landessportbund oder einem Fachverband erhält, muss er die folgenden sechs Kriterien erfüllen:

➤ Qualitätskriterium 1: Zielgruppengerechtes Angebot

Es muss deutlich werden, dass die Gesundheitsprogramme ein eigenständiger Angebotsbereich für bestimmte Zielgruppen, Zielsetzungen und Inhaltsbereiche sind. Die Kernziele des Gesundheitssports sollten durchgängig durch Inhalte und Methoden in den Kursen umgesetzt werden.



Deshalb basieren alle Kurse auf dem evaluierten Programm SPORT PRO GESUNDHEIT oder auf im Rahmen von SPORT PRO GESUNDHEIT anerkannten standardisierten Programmen. Diesen Programmen liegen Kursmanuale sowie Teilnehmermaterialien zugrunde. Die Übungsleiterinnen/Übungsleiter werden in die Programme eingeführt.

Es gibt verschiedene Angebotsprofile. Das Angebot muss einem der Bereiche „Herz-Kreislauf“, „Muskel-Skelettsystem“, „Entspannung / Stressbewältigung“ oder „Allgemeiner Präventionssport“ zugeordnet werden können.

Die Zielgruppe, an die sich das Angebot schwerpunktmäßig richtet, ist zu benennen. Insbesondere muss zwischen Kindern und Jugendlichen, Erwachsenen sowie älteren Menschen differenziert werden. Weiterhin sollten das Geschlecht, die Bewegungsbiografie und das Lebensumfeld berücksichtigt werden.

➤ Qualitätskriterium 2: Qualifizierte Leitung

Die Übungsleiterinnen / Übungsleiter, die Gesundheitssportprogramme im Verein umsetzen, sind wesentliche Garanten für die Qualität dieser Programme. Die Ausbildungsrichtlinien des Deutschen Olympischen Sportbundes bilden die erforderliche Grundlage zur Qualifikation von Leiterinnen und Leitern gesundheitsorientierter Sportangebote. Die Leiterin / der Leiter eines Gesundheitssportangebotes verfügt über die Übungsleiterausbildung "Sport in der Prävention" auf der 2. Lizenzstufe. Verantwortlich umgesetzt werden die diesbezüglichen Aus- und Fortbildungen in den Landessportbünden und den Sportverbänden. Die Ausbildung gliedert sich in eine Basisausbildung (mind. 120 UE) und in darauf aufbauende Profildbildungen (mind. 60 UE). Die Ausbildungsprofile können mindes-

tens einem der Bereiche „Herz-Kreislauf“, „Muskel-Skelettsystem“, „Entspannung / Stressbewältigung“ oder „Allgemeiner Präventionssport“ bzw. einer der Zielgruppen „Kinder und Jugendliche“, „Erwachsene“ oder „ältere Menschen“ zugeordnet werden.

Mit dem Erwerb der Lizenz ist der Ausbildungsprozess nicht abgeschlossen. Durch regelmäßige Fortbildungen (mind. 15 UE innerhalb von 4 Jahren) sollen Kenntnisse, Fertigkeiten und Fähigkeiten vertieft und der Informationsstand der Übungsleiterinnen / Übungsleiter aktualisiert werden.

Für die spezifischen Angebotsprofile sind jeweils passende Ausbildungsprofile erforderlich.

Alternativ zur Übungsleiterausbildung "Sport in der Prävention" auf der 2. Lizenzstufe verfügt die Leiterin / der Leiter über eine höherwertige bewegungs- und sportbezogene Berufsausbildung. Diese muss mindestens einer der nachfolgend genannten Qualifikationen entsprechen:

- Sportwissenschaftler mit nachweislich gesundheitsorientierter Ausrichtung
- Sport- u. Gymnastiklehrer/in mit nachweislich gesundheitsorientierter Ausrichtung
- Physiotherapeut/in bzw. Krankengymnast/in mit Zusatzqualifikation in der Methodik des Sports
- Ergotherapeut oder Motopädagoge mit Zusatzqualifikation in der Methodik des Sports

➤ Qualitätskriterium 3: Einheitliche Organisationsstrukturen

Die Gruppengröße ist auf maximal 15 Teilnehmer je Angebot begrenzt. Damit wird eine individuelle Betreuung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer gewährleistet. Nachhaltige Verhaltensänderungen im Sinne einer lebensbegleitenden Stärkung der Gesundheit sind nur langfristig zu erreichen. Deshalb ist es besonders wichtig, dass das entwickelte Bedürfnis nach Bewegung gepflegt wird. Ziel ist es, die Teilnehmerinnen und Teilnehmer möglichst dauerhaft an Bewegungsangebote zu binden. Besonders gut kann dies z.B. über ein Kursangebot im Rahmen eines Dauerangebots realisiert werden.

Ein Kursangebot dauert mindestens 10 und maximal 15 Unterrichtsstunden und umfasst mindestens eine Unterrichtsstunde wöchentlich.

➤ Qualitätskriterium 4: Präventiver Gesundheits-Check

Vor der Teilnahme an einem Sportprogramm wird eine Gesundheitsvorsorgeuntersuchung für alle Teilnehmer ab dem 18. Lebensjahr empfohlen. Bei Teilnehmern ab dem 35. Lebensjahr sollte generell eine Gesundheitsvorsorgeuntersuchung nach § 20 (1) SGB V erfolgen. In begründeten Fällen oder bei krankhaften Befunden sollte eine darüberhinausgehende Untersuchung in Abstimmung mit dem Hausarzt vorgenommen werden. Für Kinder und Jugendliche bis zum 17. Lebensjahr gilt: bei Kindern, die vom Schulsport ausgeschlossen sind oder waren, sollte vor der Aufnahme des Angebotes eine Rücksprache mit dem Hausarzt oder ggf. eine Jugenduntersuchung erfolgen. In begründeten Fällen kann von den Teilnehmern eine ärztliche Bescheinigung gefordert werden. Aus gesundheitlichen Gründen können Personen ggf. von der Teilnahme ausgeschlossen werden. Dies betrifft insbesondere gefährdet erscheinende Teilnehmer, die keine Unbedenklichkeitsbescheinigung durch den Arzt vorlegen können.

➤ Qualitätskriterium 5: Begleitendes Qualitätsmanagement

Die Sportorganisationen arbeiten auf der Grundlage empirisch abgesicherter Zusammenhänge zwischen Bewegungsaktivitäten und Gesundheitsbefinden. Zahlreiche Evaluationsstudien belegen die Wirksamkeit gesundheitsorientierter Bewegungsprogramme hinsichtlich der Erreichung ihrer Kernziele. Ein begleitendes Qualitätsmanagement hat insbesondere die Aufgabe, sicherzustellen, dass Gesundheitssportprogramme ihre formulierten Ziele erreichen. Dazu müssen die Qualitätskriterien konsequent umgesetzt werden. Die Betreuung der Übungsleiterinnen / der Übungsleiter und der Vereine in diesem Bereich erfolgt über die Verbände mit Unterstützung des Deutschen Olympischen Sportbundes.

Wesentliche Voraussetzung für ein begleitendes Qualitätsmanagement ist die Bereitschaft der Übungsleiterin / des Übungsleiters zur Teilnahme an regionalen Qualitätszirkeln und an weiteren Maßnahmen im Rahmen eines kontinuierlichen Verbesserungsprozesses wie z.B. Teilnehmerbefragungen, Begleituntersuchungen oder Qualitätsbewertungen (Audits).

➤ Qualitätskriterium 6: Der Verein als Gesundheitspartner

Auf Verbandsebene sind die Voraussetzungen geschaffen, um z.B. mit ärztlichen Landesorganisationen – insbesondere den Bundes- und Landesärztekammern – oder verschiedenen Versicherungsträgern zu kooperieren. Auf der örtlichen Ebene geht es vor allem darum, die entsprechenden Zielgruppen zu erreichen und über die Zusammenarbeit mit Partnern im Gesundheitsbereich Teil eines Netzwerkes „Gesundheitsförderung“ zu werden. Der Verein sollte daher bereit sein, z.B. mit Ärzten, Schulen, Kindergärten, Seniorenorganisationen, Gesundheitsämtern, Krankenkassen und Krankenhäusern zu kooperieren. Besonders die Zusammenarbeit mit niedergelassenen Ärzten wird empfohlen. Die Angebote sollten entsprechend in der Ärzteschaft bekannt gemacht werden. Durch die Zusammenarbeit mit dem Arzt hat der Verein die Möglichkeit, neue Zielgruppen zu gewinnen und findet darüber hinaus in ihm einen kompetenten Ansprechpartner für alle fachlichen Fragen – angefangen von der Gesundheitsvorsorgeuntersuchung bis hin zur Teilnahme an Informationsveranstaltungen zum Thema „Sport und Gesundheit“.

Es sollte ersichtlich sein, in welcher „Lebenswelt“ (Setting) das Gesundheitssportangebot stattfindet. Denkbare Settings sind Sportvereine, Kindergärten, Schulen, Betriebe und Senioreneinrichtungen.

Der Sportverein sollte eine aktive Rolle bei der Schaffung eines gesundheitsorientierten Umfeldes für die angebotenen Sportprogramme spielen. Eine wesentliche Voraussetzung hierfür ist die grundsätzliche Bereitschaft zur gesundheitsorientierten Weiterentwicklung des Vereins. Dies schließt insbesondere eine Unterstützung der Übungsleiterinnen/Übungsleiter vor Ort und eine Vernetzung der Gesundheitssportprogramme auf allen Ebenen mit ein.

Die Qualitätssiegel „SPORT PRO GESUNDHEIT“- Siegel der Sportverbände und „Deutscher Standard Prävention“- Siegel der Krankenkassen und der zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) wird für eine Gültigkeitsdauer von nunmehr drei Jahren verliehen.

Ihr Ansprechpartner beim Landessportbund Brandenburg:

Maria Fürstenberg
Tel.: (0331) 971 98 46
Email: fuerstenberg@lsb-brandenburg.de

Vereinseigene Gesundheits- und Fitness-Studios und das Qualitätssiegel SPORT PRO FITNESS

Das Einrichten vereinseigener Gesundheits- und Fitness-Studios und somit ein weiteres Angebot im allgemeinen gesundheitsfördernden Sport, kann dem Verein zahlreiche Vorteile bringen. Es können neue Zielgruppen erreicht, mehr Flexibilität gewährleistet und durch Auszeichnung mit dem Qualitätssiegel SPORT PRO FITNESS eine besondere Qualität hervorgehoben werden.

Das Qualitätssiegel für vereinseigene Gesundheits- und Fitness-Studios Immer mehr Menschen suchen Sportmöglichkeiten mit hoher zeitlicher Flexibilität, die es ihnen erlaubt, Sport, Beruf, Familie und Freizeitaktivitäten unter einen Hut zu bringen. Vereinseigene Gesundheits- und Fitness-Studios bieten hierfür hervorragende Voraussetzungen. Der DOSB hat gemeinsam mit dem Deutschen Turner-Bund und dem Bundesverband Deutscher Gewichtheber das Qualitätssiegel SPORT PRO FITNESS entwickelt, welches ausschließlich an vereinseigene Gesundheits- und Fitness-Studios vergeben wird. Das Qualitätssiegel SPORT PRO FITNESS stellt den hohen Standard vereinseige-

ner Gesundheits- und Fitness-Studios heraus und bietet Gesundheits- und Fitnessinteressierten eine klare Orientierungshilfe im großen Fitness-Dschungel.

Vereine, die ein vereinseigenes Fitness-Studio gründen möchten, unterstützt der DOSB mit dem Leitfaden „Das Fitness-Studio“ im Sportverein. Den Leitfaden können Sie hier herunterladen: www.sportprofitness.de

Das Siegel unterliegt folgenden Qualitätskriterien:

- Qualifikation des Leitungs- und Betreuungspersonals
- Sportfachliche Betreuung
- Geräteausstattung
- Kursangebote
- Präventionsmaßnahmen
- Räumliche Bedingungen
- Service
- Umweltkriterien
- Angebotsvariationen
- Erklärung gegen Doping und Medikamentenmissbrauch

Zusätzlich sind die zertifizierten SPORT PRO FITNESS-Studios durch die Unterzeichnung einer Erklärung verpflichtet, gegen Doping und Medikamentenmissbrauch in ihrem Studio vorzugehen und präventive Maßnahmen einzuleiten.

Die Zertifizierung ist zwei Jahre gültig, danach muss sie durch eine erneute Prüfung verlängert werden.

Vorteile für den Studionutzer

- Nachgewiesene Qualifikation des Betreuungspersonals
- Regelmäßige Überprüfung des Qualitätsstandards alle zwei Jahre
- Hoher Geselligkeits- und sozialer Vernetzungswert
- Vielfältige Sportangebote im Verein insgesamt
- Gestaltung eines dopingfreien Umfelds

Weitere Informationen finden Sie unter: www.sportprofitness.de

Anregungen für Öffentlichkeitsarbeit und Marketing

Soll die Implementierung gesundheitssportlicher Angebotsprogramme im Verein gelingen, bedarf es maßgeblich einer zielgruppenorientierten Werbung und effektiven Öffentlichkeitsarbeit. Gefragt sind Ideenreichtum und ein konzeptionelles Vorgehen. Erfolgreiche Öffentlichkeitsarbeit beginnt zunächst mit der internen Kommunikation. Mitglieder und Mitarbeiter sind die wichtigsten Botschafter des Gesundheitssportangebotes des Vereins. Ein positives Image entsteht zuallererst aus dem Verein heraus.

Der Verein informiert durch externe Kommunikation sportinteressierte Bürger regional und überregional, Vertretern des öffentlichen Lebens und die Medien über seine Angebote, seine Veranstaltungen und sein Gemeinschaftsleben. Alle Maßnahmen zur Veröffentlichung gesundheitssportlicher Angebote sollten deshalb mit der im Vorstand oder Verein zuständigen für Öffentlichkeitsarbeit und Marketing zuständigen Person abgesprochen und abgestimmt werden, um diese in das Vereins-Gesamtkonzept einzubinden.

Der LSB bietet den Sportvereinen diverse Möglichkeiten die Gesundheitssportangebote zu bewerben bzw. zu veröffentlichen. Aufgrund der breiten Streuung und der landesweiten Kommunikation eignet sich die Nutzung der im Folgenden beschriebenen Wege:

- Veröffentlichung der zertifizierten Gesundheitssport-angebote des Vereins in der jährlich erscheinenden Gesundheitsbroschüre des LSB digital und als Druckversion
- Online-Datenbank des LSB Brandenburg für SPORT-PRO-GESUNDHEIT- und zertifizierte Rehabilitations-sportangebote des Landes Brandenburg
- Online-Datenbank des DOSB für SPORT PRO GESUNDHEIT-Kurse bundesweit
- Online-Datenbank des BSB Brandenburg für zertifizierte Rehabilitationssportangebote des Landes Brandenburg

Die Vereinsangebote im Gesundheitssport sollen Mitglieder und potentielle Mitglieder begeistern? Marketing ist die Antwort auf diese Herausforderungen. Es ist die Strategie, um bewusster und konsequenter auf die Leistungserwartungen meiner Zielgruppen, ob Mitglied oder (Noch-) Nichtmitglied zu reagieren, um die Angebotspalette attraktiv und zielgruppenbezogen weiterzuentwickeln und schließlich um das Profil eines Vereins bei den Mitgliedern und der Öffentlichkeit durch gezielte Kommunikation zu schärfen. Die 4B-Methode soll zum aktiven Marketing für den Gesundheitssport im Verein anregen:

| | |
|---|--|
| <p>Bedarfsermittlung</p> | <p>Finden Sie heraus, was aus der Sicht</p> <ul style="list-style-type: none"> - des Vereins als Ganzem - der betroffenen Abteilungen - der betroffenen Mitarbeiter - der betroffenen Mitglieder - externer Zielgruppen <p>im Hinblick auf das Angebot von Gesundheitssportvorhaben „objektiv“ benötigt wird.</p> |
| <p>Bedürfnisweckung</p> | <p>Um neue Zielgruppen zu erreichen, muss ihnen der Nutzen des Gesundheitsangebotes veranschaulicht werden, so dass sie den Wunsch nach Nutzung verspüren.</p> |
| <p>Bedürfnisbefriedigung</p> | <p>Die Gestaltung des Gesundheitsangebotes sollte sich zum Ziel setzen, möglichst viele diese Bedürfnisse zu befriedigen. Dabei kann es zu Bedürfnis- und Zielkonflikten kommen. Kennen Sie Ihre Prioritäten und versuchen Sie Lösungen mit möglichst breiter Übereinstimmung.</p> |
| <p>Bedürfnisgerechte Information</p> | <p>Beginnend mit der Umsetzung des Vereinsbeschlusses zur Implementierung Ihres Gesundheitsangebotes und sensibel im Verlaufe der Organisation und Umsetzung finden Sie heraus wie Sie allen Betroffenen verdeutlichen, welche Ziele erreicht werden können und welche nicht.</p> |

Vgl. <http://www.ehrenamt-im-sport.de>

Mittel und Wege interner Kommunikation:

interne Kommunikation

- Gespräche
- Vereinszeitschrift
- Infotafel
- Internet-Homepage, E-Mail, Newsletter
- Feiern
- Jubiläen, Ehrungen

- Seminare, Arbeitskreise
- Versammlungen
- Vereinsinterne Fortbildungen

externe Kommunikation

- Pressearbeit
- Broschüren und Flyer
- Plakate
- Rundschreiben
- Internet-Homepage, E-Mail, Newsletter
- Info-Stände
- Veranstaltungen

Wichtige Kriterien einer Anzeigenschaltung in Print- oder elektronischen Medien:

- Gestaltung
- Aufbau
- Form
- Farbe
- Größe
- Platzierung
- Kosten
- Häufigkeit

Das Gesundheitsangebot des Vereins – einprägsam, direkt, einfach und treffend:

Ein wirksamer Slogan unterstützt die Bewerbung des Gesundheitsangebotes und verankert sich im Gedächtnis der potentiellen Teilnehmenden des Angebotes. Je nach Bedarf und Informationsziel soll er möglichst viele der folgenden Eigenschaften haben:

- die Vorteile des Angebotes betonen
- sich von anderen Angeboten auf dem lokalen Gesundheitsmarkt abheben
- Eine möglichst einfache, direkte, prägnante und treffende Aussage beinhalten
- Emotionalität durch Humor vermitteln
- Eine persönliche Ansprache zulassen
- Glaubwürdigkeit und Anschaulichkeit vermitteln
- positive Gefühle vermitteln
- sich auf Wünsche oder einen Bedarf beziehen

Teil 3 Gesundheitssport in Partnerschaft mit anderen Gesundheitsakteuren

Die Bevölkerung gesund zu erhalten und deren Wohlbefinden zu verbessern ist das rege Interesse vieler verschiedener Organisationen und eine gesamtgesellschaftliche Herausforderung. Um dieses Vorhaben ganzheitlich anzugehen und umzusetzen wird den unterschiedlichen Akteuren im Gesundheitswesen geraten an einem Strang zu ziehen und sich vor Ort zusammen zu tun. Die Sportvereine als Vertreter für Sport und Bewegung nehmen dabei eine wesentliche Rolle ein.

Vernetzung

Sportvereine übernehmen zunehmend Verantwortung für die Gestaltung des gesellschaftlichen Lebens im kommunalen Kontext. Insbesondere in den ländlichen, dünn besiedelten Regionen Brandenburgs kompensieren Sportvereine oftmals anderweitig fehlende Angebotsstrukturen. Kooperations- und Austauschbeziehungen mit zivilgesellschaftlichen, staatlichen und privatwirtschaftlichen Partnern gewinnen für den LSB deshalb an Bedeutung und sollen zur Bewältigung der in diesem Papier angesprochenen Herausforderung vorgeschlagen werden.

Den Kreis- und Stadtsportbünden wird dabei eine Schlüsselrolle als Bindeglied zwischen den Sportvereinen, den Kommunen und Landkreisen, dem LSB als Dachorganisation und anderen Institutionen zukommen. (vgl. S. 11 Sportland Brandenburg 5. Fassung vom 18.09.2014)

Der LSB empfiehlt den Kreis- und Stadtsportbünden die dabei eine Schlüsselrolle als Bindeglied zwischen den Sportvereinen, den Kommunen und Landkreisen einnehmen, sich sowohl sportintern als auch sportextern mit Partnern zu vernetzen und auf ein gemeinsames Vorgehen zu fokussieren.

Organisierter Sport und Kommune unterstützen eine verstärkte Integration der Vereine und ihrer gesundheitsorientierten Angebote in der Gesundheitspolitik auf kommunaler Ebene. Diese gilt sowohl für die Stärkung des Präventionsgedankens als auch für Maßnahmen, die im Rehabilitationsbereich angesiedelt sind.

Dazu ist es notwendig über die Mitarbeit in Gremien wie z.B. den Bündnissen für gesundes Aufwachsen von Kindern und Jugendlichen, Familien oder Senioren die spezifischen Kompetenzen des organisierten Sports aktiv einzubringen und so dafür zu sorgen, dass eine verstärkte Verzahnung und Vernetzung, der für Sport und Gesundheit zuständigen Organisationen auf örtlicher Ebene erfolgt.

In Zeiten knapper Kassen wird es immer wichtiger zu überlegen, wo Ressourcen gebündelt und Synergien genutzt werden können.

Mögliche sportinterne Netzwerk- Partner:

- Sportvereine, die bereits im Gesundheitssport tätig sind oder tätig werden wollen
- Mögliche sportexterne Netzwerk- Partner:
- Stadt- und Kommunalverwaltung (Landratsamt, Sportamt, Gesundheitsamt, etc.)
- Ärzteschaft (Hausärzte, Kinderärzte, Diabetologen, etc.)
- Apotheken und Wirtschaftspartner
- Freiwilligenzentren, Seniorenbüros
- Jobcenter, Arbeitsagenturen
- Kindergärten, Schulen und Hochschulen
- Betriebe
- Regionale Gesundheits- und Bewegungsanbieter
- Weitere Partner je nach regionalen Gegebenheiten

Gesundheitssportkampagnen und -kooperationen

Das „Rezept für Bewegung“

Der Landessportbund Brandenburg schließt sich der Bundesinitiative des DOSB, der BÄK und der Deutschen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention an und führt das Rezept im Januar 2017 ein. Es ist ein Instrument, um in Zusammenarbeit mit Ärzten sportferne Menschen zur Bewegung zu motivieren.

Zurzeit noch als freiwillige (ehrenamtliche) Leistung können Ärzte mit dem „Rezept für Bewegung“ und entsprechenden Begleitmaterialien eine Beratungsleistung im Sinne der Prävention durch Bewegung durchführen. Mit dem Rezept empfehlen Ärzte vorwiegend die Teilnahme an einem SPORT PRO GESUNDHEIT-Angebot im Sportverein mit dem für die Patienten passenden Schwerpunkt wie beispielsweise Herz-Kreislauf, Muskel-Skelettsystem, Koordination und motorische Förderung oder Entspannung.

Weiterführende Informationen, Ansprechpartner und die Bestelladressen für Werbematerial zur Initiative erhalten Sie unter: <http://lsb-brandenburg.de/sportbereiche/sport-und-gesundheit/>

Ansprechpartnerin „Rezept für Bewegung“:

Maria Fürstenberg; Tel.: (0331) 971 98 46; Email: fuerstenberg@lsb-brandenburg.de

Betriebliche Gesundheitsförderung

Der LSB Brandenburg möchte zusammen mit seinen Vereinen mehr Bewegung in den beruflichen Alltag bringen. Durch langes Sitzen, einseitige Bewegungen und unphysiologische Körperhaltungen am Arbeitsplatz werden wir krank und sind nicht mehr ausreichend leistungsfähig, um den Ansprüchen im Beruf gerecht zu werden.

Vor diesem Hintergrund vermittelt der LSB Programme zur betrieblichen Gesundheitsförderung und sieht seine Aufgabe darin, für interessierte Sportvereine als ein wichtiger Berater, Begleiter und Helfer bei einer qualitätsgerechten Programmentwicklung und -umsetzung eines betrieblichen Gesundheitssports zu fungieren. Davon sollen vor allem die Gesundheitssportvereine vor Ort profitieren. Der LSB will so die betriebliche Gesundheitsförderung im Land Brandenburg weiter etablieren.

Ansprechpartnerin:

Maria Fürstenberg; Tel.: (0331) 971 98 46; Email: fuerstenberg@lsb-brandenburg.de

Sportverein-KiTa

Das Förderprogramm "Sportverein und Kita" wurde im Jahr 2007 neu aufgelegt. Ziel der Brandenburgischen Sportjugend ist es, die Kooperation von Sportvereinen mit Kindertagesstätten im Land Brandenburg zu intensivieren. Aufgrund der hohen Nachfrage ist es uns gemeinsam mit dem Ministerium für Bildung, Jugend und Sport gelungen das Budget für das Jahr 2014 auf 90.000 Euro pro Kalenderjahr aufzustocken. Dadurch besteht die Möglichkeit, 180 Kooperationsmaßnahmen von Sportvereinen und Kindertagesstätten zu fördern. Politisches Ziel der Landesregierung ist es, dass mindestens 10% der Brandenburger Kindertagesstätten eine feste Kooperation mit einem Sportverein besitzen.

Ansprechpartnerin:

Franziska

Reinhardt,

Brandenburgische

Sportjugend

Tel: 033205 /26 82 94; Fax: 033205 /23 40 29; E-Mail: f.reinhardt@sportjugend-bb.de

Anhang

Kontakte, Adressen, Ansprechpartner

Landessportbund Brandenburg e.V.
Haus des Sports, Schopenhauer Str. 34, 14467 Potsdam

Sportentwicklung/ Sport und Gesundheit
Christian Braune, Referatsleiter
Tel.: (0331) 971 98 71, braune@lsb-brandenburg.de
Dr. Gabriela Schneider, Referentin
Tel.: (0331) 971 98 54, g.schneider@lsb-brandenburg.de
Maria Fürstenberg, Mitarbeiterin
Tel.: (0331) 971 98 46, fuerstenberg@lsb-brandenburg.de
Homepage: www.lsb-brandenburg.de

Vereinsmanagement
Ralf Kutzner, Referent Vereinsverwaltung
Tel.: (0331) 971 98 30, kutznerlsb-brandenburg.de
Frank Krause, Referatsleiter Finanzen/ Sportförderung
Tel.: (0331) 971 98 28, krause@lsb-brandenburg.de
Fabian Klein, Referatsleiter Kommunikation
Tel.: (0331) 971 98 31, klein@lsb-brandenburg.de

ÜL-Qualifizierung/ Europäische Sportakademie Land Brandenburg
Morten Gronwald, Leiter verbandliche Bildung
Tel.: (0331) 971 98 40, gronwald@esab-brandenburg.de
Mirko Bärtig, Pädagogischer Mitarbeiter
Tel.: (0331) 971 98 38, baertig@esab-brandenburg.de
Mandy Gericke, Lehrgangsorganisation/Lizenzen
Tel.: (0331) 971 98 39, gericke@esab-brandenburg.de
Homepage: www.esab-brandenburg.de

Fachverbände mit Gesundheitssport

Behindertensport-Verband Brandenburg e.V.

Leiter/in Landesgeschäftsstelle
Dresdener Str. 18, 03050 Cottbus
Tel.: (0355) 48 64 63 28, kontakt@bsbrandenburg.de
Homepage: www.bsbrandenburg.de

Märkischer Turnerbund Brandenburg e.V.

Rolf Lorenz, Geschäftsführer
Am Luftschiffhafen 2/ Haus 31, 14471 Potsdam
Tel.: (0331) 58 18 160, info@maerkischer-turnerbund.de
Homepage: www.maerkischer-turnerbund.de

Kreis- und Stadtsportbünde

Stadtsportbund Brandenburg an der Havel e.V.
Werner Jumpertz, Vorsitzender
Am Gallberg 1, 14770 Brandenburg
Tel.: (03381) 30 03 05, info@ssb-brandenburg.de
Homepage: www.ssb-brandenburg.de

Stadtsportbund Cottbus e.V.
Olaf Wernicke, Vorsitzender
Dresdener Straße 18, 03050 Cottbus
Tel.: (0355) 47 40 92, schick@stadtsportbund-cottbus.de
Homepage: www.stadtsportbund-cottbus.de

Stadtsportbund Frankfurt (Oder) e.V.
Dr. Gudrun Frey, Vorsitzende
Paul-Feldner-Straße 7, 15230 Frankfurt (Oder)
Tel.: (0335) 60 68 88 87, info@ssb-ffo.de
www.ssb-ffo.de

Stadtsportbund Potsdam e.V.
Dr. Lutz Henrich, Vorsitzender
Haus der Athleten, Zeppelinstraße 114, 14471 Potsdam
Tel.: (0331) 97 91 01 11, stadtsportbund@potsdam.de
Homepage: www.stadtsportbund-potsdam.de

Kreissportbund Barnim e.V.
Ronald Kühn, Vorsitzender
Heegermühlerstraße 63, 16225 Eberswalde
Tel.: (03334) 2 28 47, infokreissportbund-barnim.de
Homepage: www.kreissportbund-barnim.de

Kreissportbund Dahme-Spreewald e.V.
René Klaus, Vorsitzender
Fichtestraße 1, 15711 Königs Wusterhausen
Tel.: (03375) 29 65 56, office@ksb-lds.de
Homepage: www.ksb-lds.de

Kreissportbund Elbe-Elster e.V.
Detlev Leissner, Vorsitzender
Tuchmacherstraße 24 (Turnhalle am Sängerstädtgymnasium), 03238 Finsterwalde
Tel.: (03531) 50 15 19, info@ksb-ee.de
Homepage: www.ksb-ee.de

Kreissportbund Havelland e.V.
Jörg Wartenberg, Vorsitzender
Genthiner Straße 25 (Eingang A.-Bebel-Str.), 14712 Rathenow
Tel.: (03385) 61 99 03, info@ksb-havelland.de
Homepage: www.ksb-havelland.de

Kreissportbund Märkisch-Oderland e.V.
Dieter Schäfer, Vorsitzender
Wohnpark Rotkäppchen 1, 15306 Seelow
Tel.: (03346) 85 25 20, infoksb-mol.de
Homepage: www.ksb-mol.de

Kreissportbund Oberhavel e.V.
Frank Müller, Vorsitzender
Tiergartenstraße 258, 16515 Oranienburg
Tel.: (03301) 20 84 06, ksb-oberhavel@gmx.de
Homepage: www.ksb-oberhavel.de

Kreissportbund Oberspreewald-Lausitz e.V.
Reiner Czubowicz, Vorsitzender
Schlossstraße 11, 03205 Calau
Tel.: (03541) 80 23 70, ksb-osl@t-online.de
Homepage: www.ksb-osl.de

Kreissportbund Oder-Spree e.V.
Thomas Maczek, Vorsitzender
Hangelsberger Chaussee, 15517 Fürstenwalde
Tel. (03361) 45 84, Kreissportbund-Oder-Spree@t-online.de
Homepage: www.ksb-os.de

Kreissportbund Ostprignitz-Ruppin e.V.
Dr. Daniel Tripke, Vorsitzender
Gartenstraße 7, 16816 Neuruppin
Tel.: (03391) 50 67 41, info@kreissportbund-opr.de
Homepage: www.kreissportbund-opr.de

Kreissportbund Potsdam-Mittelmark e.V.
Jürgen Hodek, Vorsitzender
Beethovenstraße 7, 14797 Lehnin
Tel.: (03382) 70 10 46, info@ksb-pm.de
Homepage: www.ksb-pm.de

Kreissportbund Prignitz e.V.
Birka Eschrich, Vorsitzende
Perleberger Straße 20, 19322 Wittenberge
Tel.: (03877) 56 39 56, ksb.prignitzweb.de
Homepage: www.kreissportbund-prignitz.de
Kreissportbund Spree-Neiße e.V.
Gerd-Rüdiger Heppner, Vorsitzender
Alexander- Puschkin-Platz 1b, 03130 Spremberg
Tel.: (03563) 3 45 99 87, info@ksb-spree-neisse.de
www.ksb-spree-neisse.de

Kreissportbund Teltow-Fläming e.V.
Oliver Pienz, Vorsitzender
Rudolf-Breitscheid-Straße 161, 14943 Luckenwalde
Tel.: (03371) 63 33 37, tfsb@arcor.de
Homepage: www.kreissportbund-teltow-flaeming.de

Kreissportbund Uckermark e.V.
Norbert Griem, Vorsitzender
Grabowstraße 6, 17291 Prenzlau
Tel.: (03984) 27 11, ksb.uckermark@gmx.de
Homepage: www.ksb-uckermark.de

Arbeitsgemeinschaften, Behörden, Krankenkassen und Verbände

Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie, Heinrich- Mann- Allee 103, 14473 Potsdam

AG Gesund Älter werden im Land Brandenburg, Haus S, Henning- von-Tresckow- Straße 2-13, 14467 Potsdam

AG Bewegung, Ernährung, Stressbewältigung (BEST)

AG Unfall- und Gewaltprävention, Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie Henning- von-Tresckow- Straße 2-13, 14467 Potsdam

Verband der Ersatzkassen Berlin/Brandenburg

Kassenärztliche Vereinigung Berlin/Brandenburg

AOK

NordOst

Verwendete und weiterführende Literatur

Lutz Vogt (Hrsg.) (2007) Sport in der Prävention: Handbuch für Übungsleiter, Sportlehrer, Physiotherapeuten und Trainer

Landessportbund Hessen e.V. Geschäftsbereich Sportentwicklung – Sport und Gesundheit: Beratungsleitfaden Gesundheitssport für Sportvereine

Bayrischer Landessportverband (Hrsg.). (2011) Gesundheitssport im Verein. Aus der Praxis für die Praxis

GKV- Spitzenverband (Hrsg.) (2014). Leitfaden Prävention. Handlungsfelder und Kriterien des GKV – Spitzenverbandes zur Umsetzung von §§20 SGBV vom 21. Juni 2000 in der Fassung vom 10. Dezember 2014. GKV- Spitzenverband: Berlin.

Deutscher Olympischer Sportbund (Hrsg.) 2010. Sport und Gesundheit. Ein Strategiekonzept für den DOSB und seine Mitgliedsorganisationen. DOSB: Frankfurt am Main.

Deutscher Bundestag. 18. Wahlperiode Gesetzentwurf der Bunderegierung. Entwurf eines Gesetzes zur Stärkung der Gesundheitsförderung und Prävention. (Drucksache 18/4282 vom 11.03.2015)

Statistischer Bericht A I 8 – 15, Amt für Statistik, Berlin-Brandenburg, Potsdam, 2015

Robert Koch-Institut (Hrsg) (2014) Daten und Fakten: Ergebnisse der Studie »Gesundheit in Deutschland aktuell 2012«. Beiträge zur Gesundheitsberichterstattung des Bundes. RKI, Berlin

Brehm W, Bös K, Graf C, Hartmann H, Pahmeier I, Pfeifer K, Rütten A, Sygusch R, Tiemann M, Tittelbach S, Vogt L, Wagner P: Sport als Mittel in Prävention, Rehabilitation und Gesundheitsförderung. Eine Expertise, Bundesgesundheitsblatt-Gesundheitsforschung-Gesundheitsschutz (2013)

Links, Datenbanken und Portale

- ✓ www.lsb-brandenburg.de
- ✓ www.esab-brandenburg.de
- ✓ <http://www.ehrenamt-im-sport.de/>
- ✓ <http://www.geda-studie.de/deutsch/home.html>
- ✓ <http://lsb-brandenburg.de/>
- ✓ <https://sportprogesundheit.info/>
- ✓ <http://www.sportprogesundheit.de/de/sport-und-gesundheit/bewegungsangebote-in-ihrer-naehe/>
- ✓ www.sportprogesundheit.de
- ✓ www.in-form.de
- ✓ www.gkv-spitzenverband.de