

Workshop-Teilnahme

Bitte geben Sie Ihren Erstwunsch = 1 und Zweitwunsch = 2 an.

1. Variieren statt verlieren!?! ja nein
2. Du mit mir – ich mit Dir? ja nein
3. Bist Du schon Senior/in oder noch fit und aktiv? ja nein
4. Hemmschwelle zum Mitmachen? ja nein
5. Sport(Räume) überall!?! ja nein

Busshuttle: Berlin – Brandenburg – Berlin

Vorname: Name:
Straße, Nr.: PLZ, Ort:
e-mail: Verein, Institution:

Die Anmeldung kann bis zum 08.10.2012 (begrenzte Teilnehmerzahl 120) erfolgen:
Fax: 0331 / 97198 34, Post: mit dieser Antwortkarte. Nach Eingang aller Anmeldungen und Zuordnung der Workshops erhalten Sie Ihre Teilnahmebestätigung, die Sie bitte zur Veranstaltung mitbringen!

Bitte mit
0,45 €
freimachen

An den
Landessportbund Brandenburg e. V.
Schopenhauerstraße 34

14467 Potsdam

Weitere Informationen

Landessportbund Berlin e. V.
Katja Sotzmann
Jesse-Owens-Allee 2, 14053 Berlin
Telefon: 0 30 / 30002-127
www.lsb-berlin.de

Landessportbund Brandenburg e. V.
Karin Marquardt
Schopenhauerstr. 34, 14467 Potsdam
Telefon: 0331 / 97198 37
www.lsb-brandenburg.de



Anfahrt

mit dem Bus ab Potsdam Stadt (Hauptbahnhof)

- mit dem Bus der Linie 643 Richtung Beelitz
- nach ca. 25 Minuten Fahrzeit Ausstieg an der Haltestelle „Abzweig Neuseddin“
- 2 Min. Fußweg in Fahrtrichtung und Überquerung der Bundesstraße B 2
- Waldweg rechts laufen (Beschilderung „Heimvolkshochschule“)

mit der Bahn

- Regionalbahn R 7 Berlin Hauptbahnhof-Belzig
- Ausstieg Bahnhof Seddin
- Busshuttle ab Bahnhof Seddin zur Heimvolkshochschule

mit dem PKW

- Autobahn A 10 (Berliner Ring) bis zur Abfahrt Michendorf
- nach Abfahrt weiter auf der Bundesstraße B 2 in Richtung Beelitz
- nach ca. 2,5 km links in die Zufahrt (Beschilderung „Heimvolkshochschule“) einbiegen

Busshuttle

von Berlin nach Brandenburg und wieder zurück nach Berlin

Die ersten 50 Anmelder/innen haben die Möglichkeit, kostenfrei den Busshuttle verbindlich zu buchen – bitte auf der Rückantwortkarte entsprechend ankreuzen!!!

Hinfahrt: Berlin – Brandenburg

Treffpunkt: 08:15 Uhr im Landessportbund Berlin, Jesse-Owens-Allee 2, 14053 Berlin
Abfahrt: 08:45 Uhr zur Heimvolkshochschule am Seddiner See

Rückfahrt: Brandenburg – Berlin

Treffpunkt: 16:30 Uhr in der Heimvolkshochschule am Seddiner See
Abfahrt: 16:45 Uhr zum Landessportbund Berlin, Jesse-Owens-Allee 2, 14053 Berlin

Bewegtes Altern ist lohnendes Altern

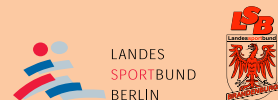
4. Symposium Seniorensport Berlin / Brandenburg

Samstag, 20. Oktober 2012

10 bis 16 Uhr

Heimvolkshochschule am Seddiner See
Bildungsstätte im Land Brandenburg
Seeweg 2
14554 Seddiner See

Gefördert vom:



4. Symposium Seniorensport Berlin / Brandenburg

20. Oktober 2012, 10 bis 16 Uhr

Im „Europäischen Jahr für aktives Altern und Solidarität zwischen den Generationen“ richten die beiden Landessportbünde Brandenburg und Berlin den Blick auf die sich wandelnden Bedürfnisse der älteren Menschen und die daraus entstehenden Konsequenzen für den Sport auf dem Land und in der Stadt.

Die Podiumsdiskussion zu Beginn der Veranstaltung soll Impulse für die fünf Workshops geben, so dass aus den verschiedenen Perspektiven Diskussionspunkte herausgearbeitet werden, die in kleinen Arbeitsgruppen vertieft werden. Im Anschluss werden die Ergebnisse im Plenum zusammengetragen.

09:00 Anmeldung und Empfang der Teilnehmer/innen mit Begrüßungscafé

10:00 Eröffnung durch Wolfgang Neubert, Präsident des Landessportbundes Brandenburg und Prof. Dr. Sieglinde Heppener, Vorsitzende des Seniorenrates des Landes Brandenburg

10:15 Impulsreferat:

Wir stecken Sie nicht in Turnhosen, wir verändern Verhalten!

Wie Sportvereine zu bewegtem Altern einladen können.

Referent: Prof. Dr. Ralf Brand

11:00 Bewegungsraum Sportverein: Ist der Sportverein attraktiv für ältere Menschen?

Diskussionsrunde: Prof. Dr. Ralf Brand, Ute Blessing-Kapelke, Sabine Kosakow-Kutscher, Michael Pape, Jürgen Straub

11:45 Mittagspause

12:45 Workshops

1. Variieren statt verlieren !?!

Wettkampfsport im Alter als Möglichkeit Mitglieder zu binden oder sogar zu gewinnen?

Referent/innen: Ute Blessing-Kapelke, Rita Marohn, Harald Fröhlich

2. Du mit mir – ich mit Dir ?

Vernetzung als Zukunftsaufgabe: Welche Bedeutung hat Vernetzung für den Sport der Älteren?

Referenten: Michael Pape, Dieter Schäfer

3. Bist Du schon Senior/in oder noch fit und aktiv ?

Der/Die moderne Senior/in von morgen:

Was brauchen Menschen in der zweiten Lebenshälfte und wodurch kommt es zu einer Verhaltensänderung?

Referentinnen: Sabine Kosakow-Kutscher, Monika Jabs

4. Hemmschwelle zum Mitmachen?

Ehrenamt und Ausbildung: Sind für ehrenamtliches Engagement im Sport bestimmte Qualifikationen notwendig?

Referent/in: Morten Gronwald, Carola Schaaf-Derichs

5. Sport(Räume) überall !?!

Was brauchen ältere Menschen für Sporträume – klassische Turnhallen, kleine Räume oder den Raum Natur?

Referent/in: Kathrin Sperling, Klaus Hinz

14:15 Cafépause

14:30 Zusammenfassung der 5 Workshops im Plenum und Schlussworte durch Gabriele Wrede, Vizepräsidentin für Sportentwicklung und Breitensport des Landessportbundes Berlin und Inge Frohnert, Vorsitzende des Arbeitskreises Berliner Senioren

15:15 Schau Dich Schlau

Impulse für die praktische Arbeit

Brainwalking Referentinnen: Sagitta Meißner und Gisela Poppenberg

Drums Alive® Referentin: Heidi Sommer

Füße gut – alles gut (Ismakogie) Referentin: Sabine Gutknecht

Linedance Referentin: Ramona Rosner

ca. 16:30 Ende

Referent/innen

Ute Blessing-Kapelke	Referentin für Sport der Älteren beim Deutschen Olympischen Sportbund
Prof. Dr. Ralf Brand	Sportwissenschaftler und -psychologe, Universität Potsdam
Harald Fröhlich	Vizepräsident Breiten- und Freizeitsport Volleyball-Verband Berlin
Morten Gronwald	Leiter Verbandliche Bildung; Europäische Sportakademie Land Brandenburg
Sabine Gutknecht	Teammitglied des Mobilien Teams Gesundheits- und Seniorensport des Landessportbundes Berlin
Klaus Hinz	Teammitglied des Mobilien Teams Gesundheits- und Seniorensport des Landessportbundes Berlin
Monika Jabs	Seesportclub Berlin Grünau
Sabine Kosakow-Kutscher	Geschäftsführerin des TSV Falkensee
Rita Marohn	Seniorenwartin des Leichtathletikverbandes Brandenburg
Sagitta Meißner und Gisela Poppenberg	Ausbildungsreferentinnen für Gedächtnistraining im Bundesverband Gedächtnistraining
Michael Pape	Geschäftsführer des TSV Spandau 1860
Ramona Rosner	Seniorengruppe der Abt. BS des KSB MOL aus Hennickendorf
Carola Schaaf-Derichs	Geschäftsführung Treffpunkt Hilfsbereitschaft und Landesfreiwilligenagentur Berlin
Dieter Schäfer	Vorsitzender des Kreissportbundes Märkisch-Oderland
Heidi Sommer	Funny Drummers aus Oberhavel
Kathrin Sperling	Referentin Sportstätten; Landessportbund Brandenburg
Jürgen Straub	Silbermedaillengewinner bei den Olympischen Spielen 1980

Schirmherrschaft:



Dr. Martina Münch,
Ministerin für Bildung, Jugend und Sport des Landes Brandenburg



Frank Henkel,
Senator für Inneres und Sport des Landes Berlin

Es laden ein:



www.lsb-brandenburg.de
marquardt@lsb-brandenburg.de



www.lsb-berlin.de
k.sotzmann@lsb-berlin.de



www.seniorenratbrandenburg.de
seniorenrat-brandenburg@t-online.de



www.senioren-berlin.de
abs@senioren-berlin.de