



Landessportbund
Hessen e.V.

Referenzprojekt



als Bestandteil des Landesprogramms „SPORTLAND HESSEN bewegt“

Landessportbund Hessen e.V. Referentinnen: Désirée Heß und Miriam Seib

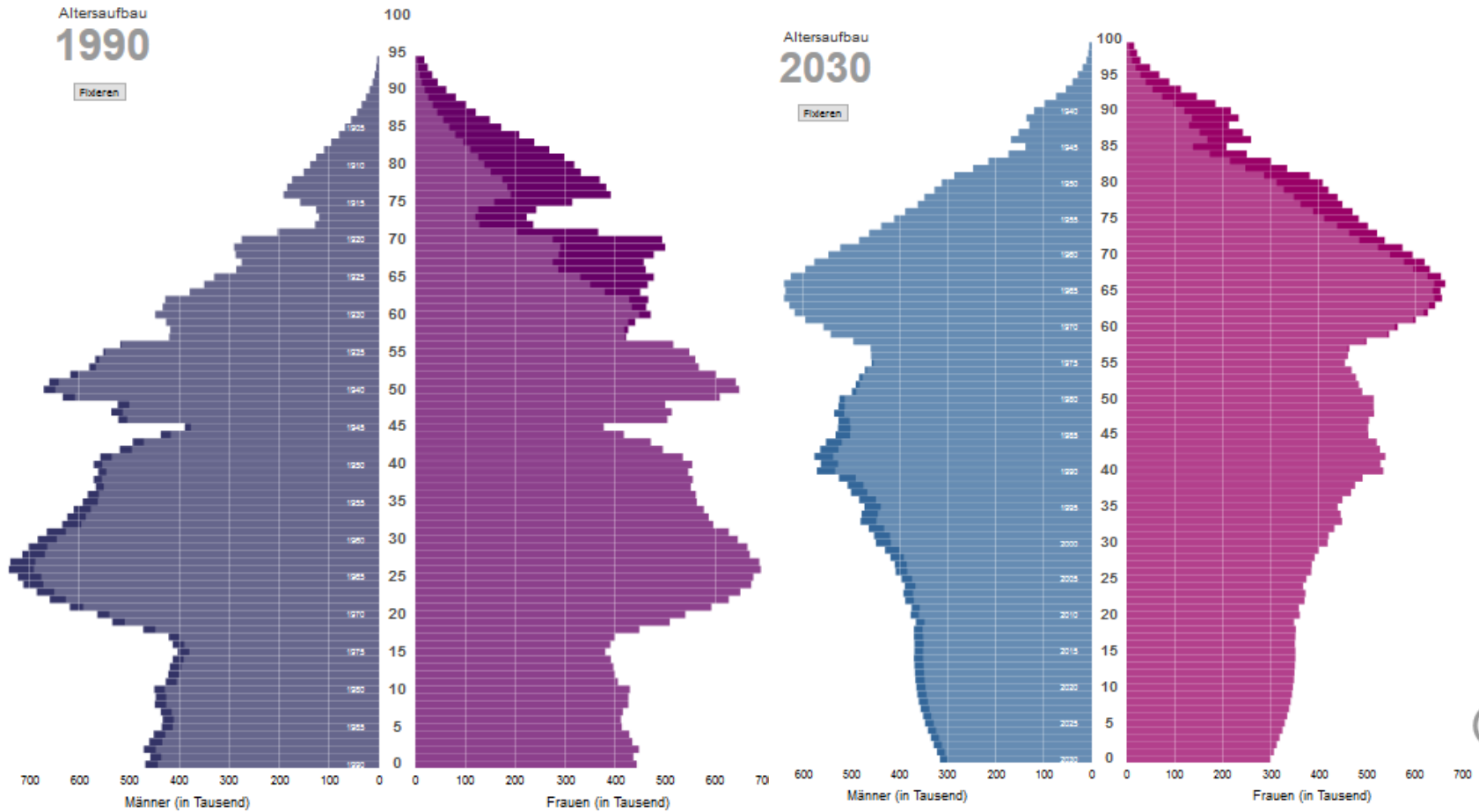


Was erwartet Sie heute?

- Warum das Thema „gesund älter werden“?
- Vorstellung des Referenzprojekts „Gesund älter werden *bewegt*“
- Referenzprojekt vor Ort – Sportkreis Offenbach



Wir werden immer älter





Wie viel Bewegung brauchen wir?

NATIONALE BEWEGUNGSEMPFEHLUNGEN

- 5 x 30 min / Woche moderate oder 75 min intensive Aktivitäten
- 2-3x / Woche Krafttraining großer Muskelgruppen

Wie viele schaffen das?



Wieviele sind aktiv?

Sportliche Aktivität der Gesamtbevölkerung

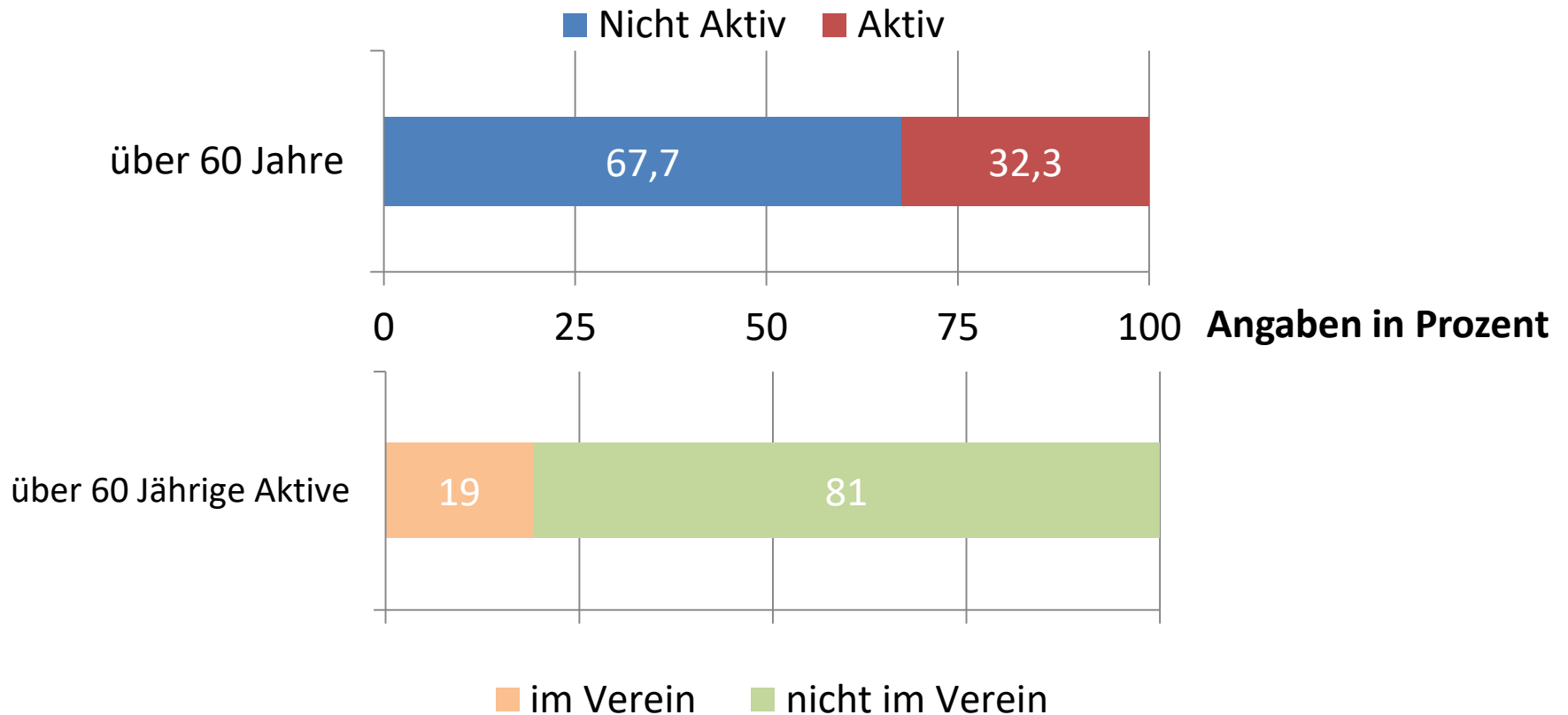
Region	Sportliche Aktivität			
	kein Sport ▲▼	weniger als 2 Stunden ▲▼	2 bis unter 4 Stunden ▲▼	mehr als 4 Stunden ▲▼
🇩🇪 Deutschland	34,3	22,2	22,2	21,3

Sportliche Aktivität der über 60-jährigen

Region	Sportliche Aktivität			
	kein Sport ▲▼	weniger als 2 Stunden ▲▼	2 bis unter 4 Stunden ▲▼	mehr als 4 Stunden ▲▼
🇩🇪 Deutschland	49,0	18,7	15,0	17,3



Wieviele sind aktiv?





Motive für Bewegung





Was wissen wir?

- **Gesundheit** ist Sportmotiv Nr. 1
- Nur ca. 30 % der **Älteren** bewegen sich ausreichend
- Davon sind jedoch nur ca. 20% im **Sportverein**



Landessportbund
Hessen e.V.

Ziel des Projektes...

... ist es, **ältere** Menschen in Bewegung zu bringen und damit in die Sportvereine





Landessportbund
Hessen e.V.

Referenzprojekt „Gesund älter werden bewegt“

- wird gefördert



Landessportbund
Hessen e.V.

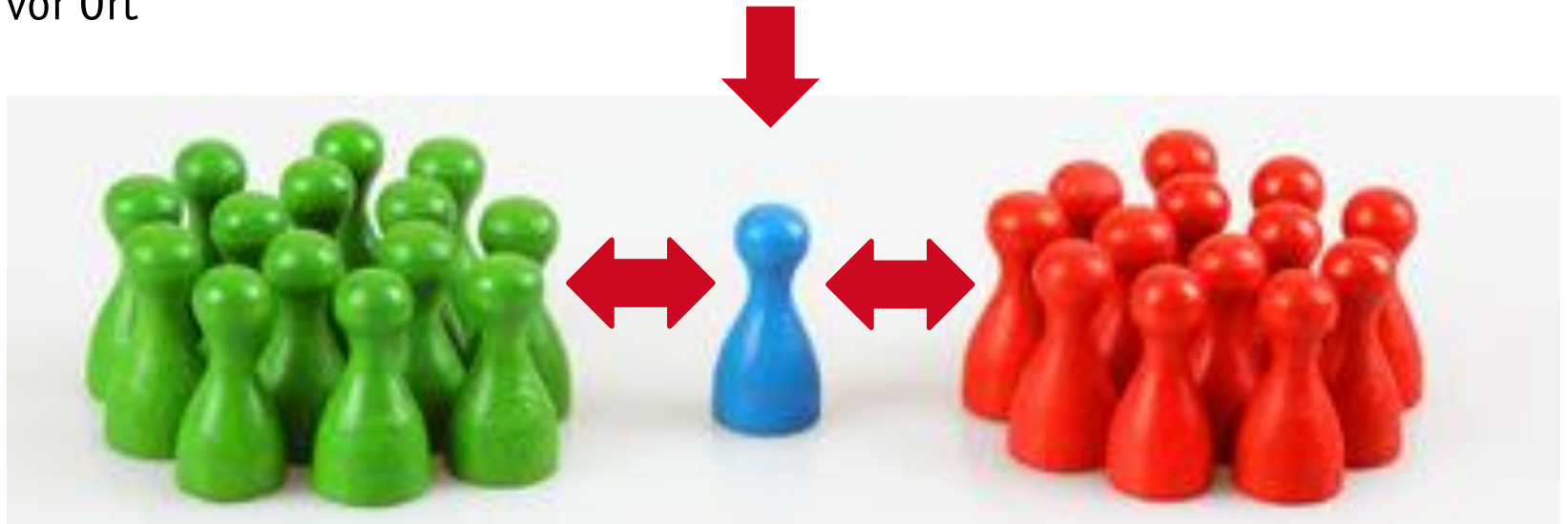


- Orientiert sich an den Leitzielen des Landesprogramm „Sportland Hessen bewegt“



Das Referenzprojekt

- Koordination und Vernetzung der **Partner** vor Ort
- **Projektleitung**
- durch **lsb h** eingesetzt





Landessportbund
Hessen e.V.

Projektbausteine



Vernetzung



Strukturentwicklung



Qualifizierung



Landessportbund
Hessen e.V.

Referenzprojekt im Sportkreis Offenbach





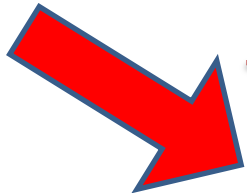
Entwicklung im Sportkreis Offenbach

Kreisfreie Stadt Offenbach am Main

Altersgruppe in Jahren	Bevölkerung am 31.12. des Jahres ...			
	2014	2020	2025	2030
	absolut			
Unter 3	3 978	4 425	4 125	3 842
3 bis unter 6	3 787	4 331	4 267	3 894
6 bis unter 10	4 856	5 564	5 855	5 502
10 bis unter 16	6 970	7 743	8 702	9 019
16 bis unter 20	4 667	4 909	5 355	6 190
20 bis unter 30	17 164	17 296	15 702	16 071
30 bis unter 40	17 992	20 111	19 491	17 460
40 bis unter 50	17 795	17 400	17 880	18 250

Landkreis Offenbach

Altersgruppe in Jahren	Bevölkerung am 31.12. des Jahres ...			
	2014	2020	2025	2030
	absolut			
Unter 3	9 194	9 812	9 541	9 134
3 bis unter 6	9 242	9 905	9 945	9 554
6 bis unter 10	12 750	13 611	13 498	13 301
10 bis unter 16	19 697	20 105	20 962	20 773
16 bis unter 20	13 685	13 282	13 629	14 719
20 bis unter 30	37 051	39 693	36 790	34 921
30 bis unter 40	42 443	47 136	48 889	48 555
40 bis unter 50	52 719	47 335	48 764	52 312
50 bis unter 60	52 382	57 972	52 319	48 176
60 bis unter 65	20 938	23 251	27 589	27 009
65 bis unter 80	53 568	52 632	55 693	62 332
80 oder älter	18 000	25 631	28 413	30 493
Z u s a m m e n	341 669	360 364	366 031	371 282





Mitgliedschaft in Sportvereinen

Landkreis Offenbach

- 26% der 41 – 60 jährigen sind Mitglied in einem Sportverein
- 32% der 61 jährigen und älter sind Mitglied in einem Sportverein



Mitgliedschaft in Sportvereinen

Stadt Offenbach

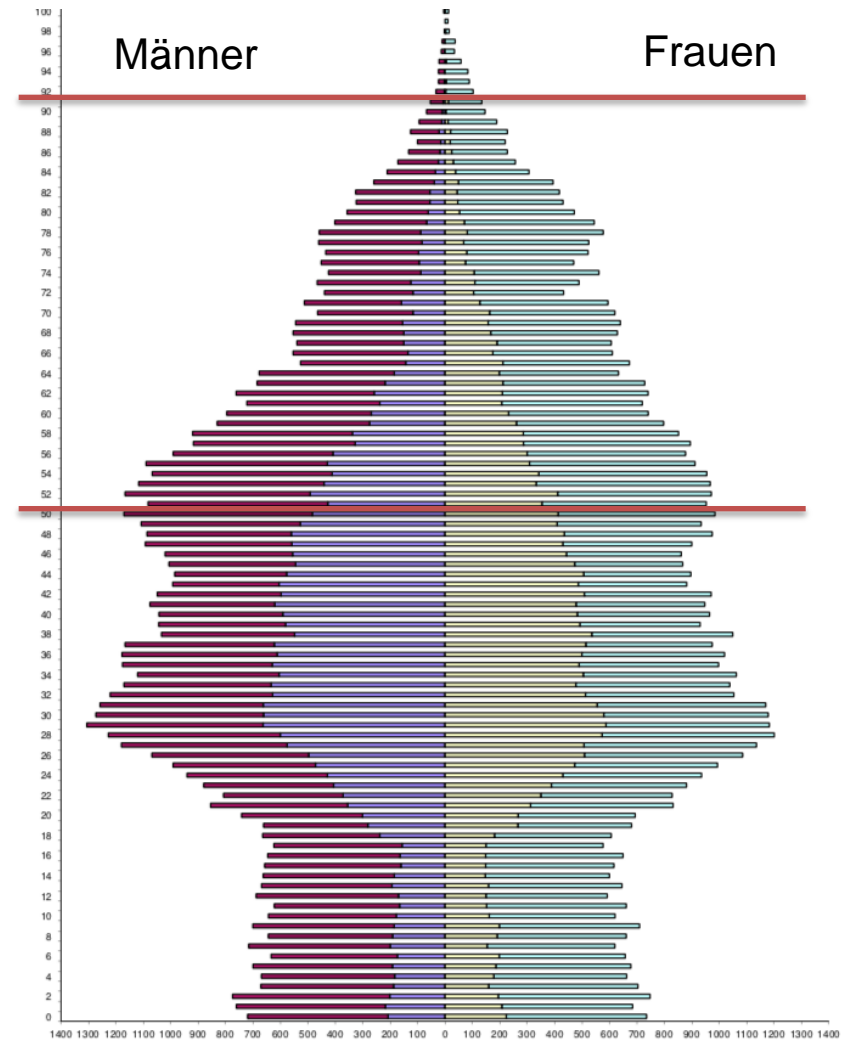
- 16% der 41 – 60 jährigen sind Mitglied in einem Sportverein
- 18% der über 61 jährigen sind Mitglied in einem Sportverein



Stadt Offenbach

- 38% der Gesamtbevölkerung sind Nicht-Deutsche (blau/gelb Schraffierung)
- 62% der Gesamtbevölkerung haben Migrationshintergrund

Stand 31. März 2018





Landessportbund
Hessen e.V.

Aktueller Stand und nächste Schritte



Landessportbund
Hessen e.V.

Kick Off 19. Oktober 2018





Fachkonferenz 19.10.2018

- Prof. Dr. Mutz, Universität Gießen
„Die Sportpartizipation älterer Menschen im Wandel“
- *Foren: Fit für morgen + Fit für alle*
- *Sportdialog*
 - Oliver Palme, Hessisches Ministerium des Innern und für Sport
 - Peter Dinkel, Sportkreis Offenbach e.V.
 - Petra Nesselhauf, TSG Offenbach Bürgel e.V.
 - Prof. Michael Mutz, Universität Gießen
 - Ralf-Rainer Klatt, Landessportbund Hessen e.V.



Landessportbund
Hessen e.V.

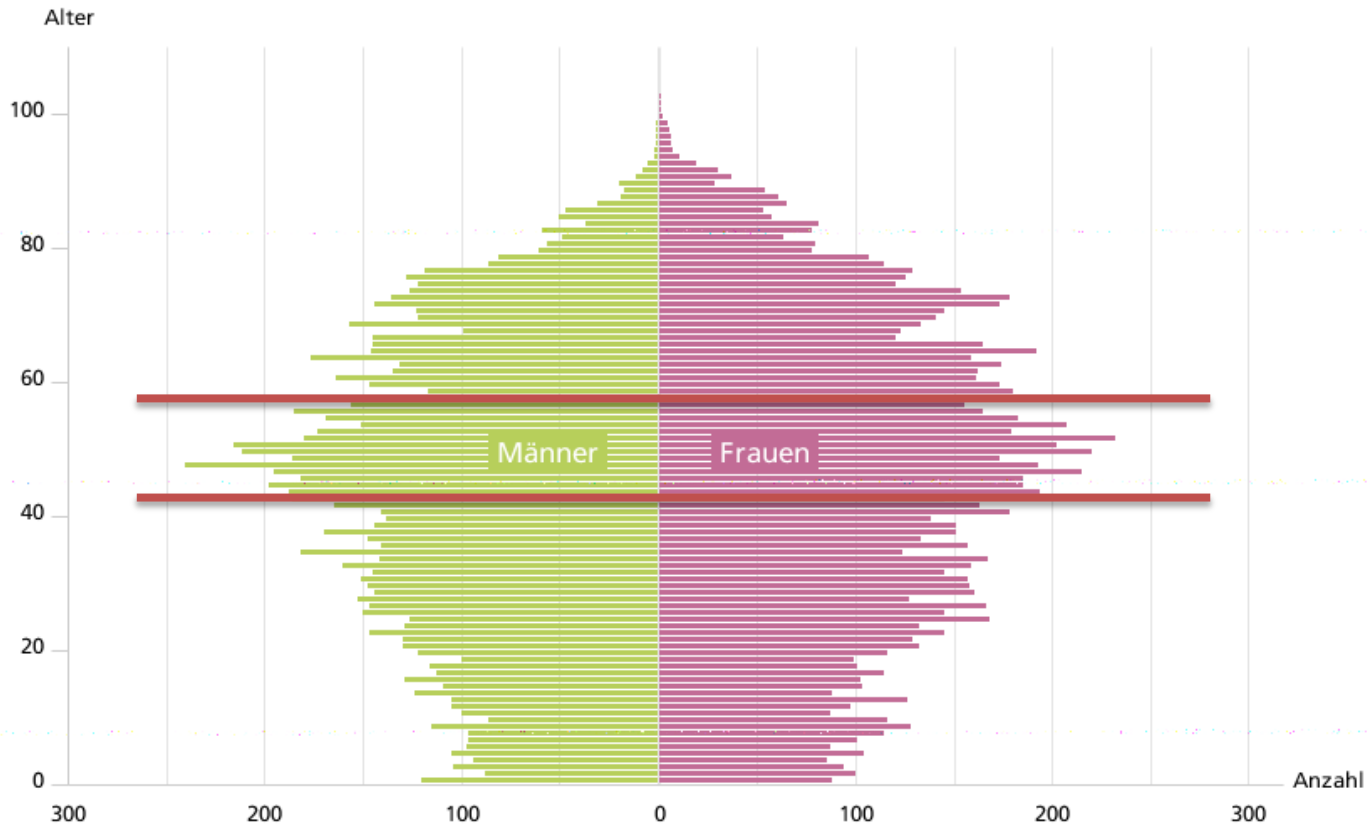
Nächste Schritte:

- Start in der Modellkommune Obertshausen



Bevölkerungspyramide 2012

Obertshausen (im Landkreis Offenbach)



- Männer
- Frauen

Quelle: Statistische Ämter der Länder, Deenst GmbH, ies, eigene Berechnungen



Stadt Obertshausen

- Einwohner: 25.000 (31.12.2017)
- Davon sind 20% Mitglieder in einem Sportverein



Nächste Schritte

- Runder Tisch mit Netzwerkpartner
 - Sport- und Kulturvereine, Kommunale Vertreter, karitative Einrichtungen, Kirchen, Servicestelle für Senioren, Ärzte, Krankenhäuser, Krankenkassen uva.



Nächste Schritte

- Situationsanalyse
 - Wie ist die Bevölkerungsstruktur?
 - Gibt es Auffälligkeiten?
 - Wie ist das Vereinsangebot?
 - Welche Probleme gibt es?



Nächste Schritte

- Qualifizierungsmaßnahmen
 - Übungsleiter aus- und fortbilden
 - Netzwerkpartner schulen
 - Zielgruppe aufklären, z.B. mit Vorträgen



Nächste Schritte

- Angebote entwickeln
 - in den Vereinen
 - Für (noch) Nicht-Mitglieder
 - Für Kooperationspartner



Nächste Schritte

- Öffentlichkeitsarbeit
 - Angebote bewerben
 - Aktionstage, Tag der offenen Tür
 - Öffentliche Veranstaltungen



Landessportbund
Hessen e.V.

Und genau dafür brauchen wir Sie!



Landessportbund
Hessen e.V.

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

Kontakt:

Projektleiterin im Sportkreis Offenbach e.V.

Miriam Seib

Offenthaler Str. 75

63128 Dietzenbach

Telefon 06074-693390

E-Mail mseib-of@lsbh.de

Landessportbund Hessen e.V.

Désirée Heß

Otto-Fleck-Schneise 4

60528 Frankfurt

Telefon 069-6789 424

Email dhess@lsbh.de