

## Mitteilung

im: **Sozialausschuss**

---

**Betreff: Bericht über Seniorensport – Projekt „Gesund und aktiv älter werden“**

Bezug: Vorlage 35/2008, Antrag der CDU-Fraktion vom 14.02.2008

---

### Die Verwaltung teilt mit:

Am 01.03.2008 startete das Projekt „Gesund und aktiv älter werden“. Im Sportentwicklungsprozess wurden der Baustein „Sport- und Bewegungsangebote für ältere Menschen“ mit der Handlungspriorität 1 versehen, die Fortsetzung und der Ausbau des Projektes empfohlen. In die Stadt seniorenplanung ist das Projekt ebenfalls eingebunden. Folgende Ergebnisse wurden bisher erarbeitet:

#### 1. Bestandsanalyse

Die Sport und Bewegungsangebote der Tübinger Anbieter wie Sportvereine, Präventionssport, Volkshochschule, Deutsches Rotes Kreuz, Familienbildungsstätte, etc. für ältere Menschen wurden erfasst und in eine Datenbank eingearbeitet. Grundlage dafür war die Erfassung der Angebote durch das Landratsamt Tübingen aus dem Jahr 2007. Das Landratsamt erstellt derzeit für den Landkreis Tübingen einen Bewegungswegweiser mit einer Übersicht zu den Sport- und Bewegungsangeboten für Ältere. Die vom Landratsamt erhobenen Daten wurden der Stadt zur Verfügung gestellt und werden laufend mit den aktuellen Änderungen und Neuerungen im Rahmen des Projektes „gesund und aktiv älter werden“ ergänzt bzw. ausgetauscht. Für die Stadt Tübingen wurden 144 Angebote zurückgemeldet, davon sind ca. 50 Angebote von Tübinger Sportvereinen. Die Bürgerinnen und Bürger können sich über das Informationstelefon über die aktuellen Angebote informieren. Derzeit klärt die Verwaltung, inwieweit die Datenbank so aufbereitet werden kann, dass sie über das Internet nach verschiedenen Suchkriterien abrufbar ist. Der Druck einer Broschüre wird von der Verwaltung nicht empfohlen, da neue Angebote ständig ergänzt werden und eine Broschüre nicht dauerhaft aktuell wäre. Die Verwaltung wird den Kultur-, Schul- und Sportausschuss über die weitere Entwicklung informieren.

#### 2. Information/Öffentlichkeit

Ein Ergebnis des Fachtages „Älter werden in Tübingen“ am 18.01.2008 (AG 10 „Gesundheit und Bewegung im Alter“) war der Wunsch nach mehr Information, Beratung und Übersichtlichkeit der

Sport- und Bewegungsangebote in Tübingen. Dieses Anliegen wurde auf mehreren Ebenen bearbeitet:

- Durch die Einführung des Informations- und Beratungstelefon (Dienstag und Donnerstag von 10.00 Uhr – 12.00 Uhr) hat sich der Service für die Tübinger Bevölkerung im mittleren und hohen Lebensalter wesentlich verbessert. Während der Informationszeit werden durchschnittlich 10 bis 15 Anfragen von Bürgerinnen und Bürgern, Vereinen und Institutionen bearbeitet.
- Ein Projektflyer wurde erstellt, der über das Projekt und den Informations- und Beratungsservice informiert. Der Flyer ist bei allen städtischen Einrichtungen, dem Bürger- und Verkehrsverein und den Projektbeteiligten erhältlich.
- Am 27.09.2008 fand der Aktionstag „Gesund und aktiv älter werden“ statt. Tübinger Bürgerinnen und Bürger konnten sich durch zwei Referate von Dr. Hipp (Sportmedizin) und Prof. Dr. Thiel (Sportinstitut) über die Themenbereiche „Trainingseffekte im Alter“ und „Ein aktives Leben leben - Voraussetzungen für ein erfolgreiches Altern“ informieren. Verschiedene Anbieter, Tübinger Vereine und weitere Institutionen hatten die Möglichkeit, ihre Aktivitäten in Form eines Informationsstandes und/oder eines Mitmachangebotes vorzustellen. Insgesamt nahmen ca. 80 Teilnehmerinnen und Teilnehmer das Angebot wahr.
- Eine weitere Aktion ist im Frühjahr 2009 mit dem Thema: „Bewegung im Alltag“ in Zusammenarbeit mit dem Institut für Sportwissenschaft geplant. Mit Mitmach-Aktionen in der Innenstadt soll die Bevölkerung informiert und animiert werden, sich regelmäßig zu bewegen. Diese Aktion bietet wiederum eine Plattform für Vereine und Anbieter, sich und ihre speziellen Angebote vorzustellen.

### **3. Bedarfsanalyse und – entwicklung**

- Die Bedarfe - insbesondere in den Sportvereinen - gestalten sich sehr unterschiedlich und hängen von den jeweiligen Angebots- und Mitgliederstrukturen ab. Die Sportvereine verfügen über ein zunehmendes Potential an Mitgliedern im mittleren und höheren Lebensalter, das mit Sport- und Bewegungsangeboten (im Wesentlichen Gesundheitssportangebote) versorgt werden soll. Damit sich die Sportvereine an diese Mitgliederänderung anpassen können, müssen entsprechende strukturelle Änderungen in der Angebotsstruktur erfolgen. Dies erfordert zusätzliches ehrenamtliches Engagement in den Vereinen. Die Koordinationsstelle unterstützt die Vereine bei der Initiierung, Umsetzung und Weiterentwicklung der Angebote für Ältere. Derzeit wird ein neues Bewegungsangebot des SV Bühl (Sportangebot für Ältere/ Präventionssportgruppe) begleitet. Der Postsportverein wird bei der Überarbeitung der Sport- und Bewegungsangebote für Ältere beratend unterstützt.
- Weitere Möglichkeiten zur Unterstützung und Vernetzung der Angebotsstruktur der Vereine und Institutionen werden bei den regelmäßigen Vernetzungstreffen vorgestellt. Empfehlungen zur Angebotserweiterung werden gemeinsam mit den Vereinen und Anbietern erarbeitet.

### **4. Übungsleiter-/Kursleiterinnenqualifizierung und Fachkräftepool**

- Die Durchführung einer Informationsveranstaltung für Lehrkräfte ist im Januar 2009 vorgesehen. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer dieser Veranstaltung sollen eine Übersicht über die Qualifizierungsmöglichkeiten im Sportbereich erhalten und über Fortbildungsmöglichkeiten informiert werden.

- Der Aufbau des Fachkräftepools ist ein wichtiger Baustein für die Vereine und Anbieter, qualifiziertes Personal für die bereits bestehenden und neue Angebot zu bekommen. Die VHS Tübingen verfügt über einen Mitarbeiterpool und hat ihre Unterstützung beim Aufbau eines Kursleiterpools zugesagt, der als Unterstützung für alle Projektbeteiligten, insbesondere die Sportvereine, zur Verfügung stehen soll.

## **5. Vernetzung**

Bei den bisherigen regelmäßigen Vernetzungstreffen wurden folgende Themen bearbeitet: Vorstellung des Projektes, Planung des Aktionstages und die Planung bzw. Umsetzung von bedarfsgerechten Angebotserweiterungen.

Die Vernetzung zu weiteren Multiplikatoren wie Arztpraxen, Physiotherapeuten, Betriebe, Krankenkassen ist in Planung. Der Kontakt zur Kreisärzteschaft wurde bereits aufgenommen.

## **6. Sponsoren**

Die Volksbank Tübingen, die Stadtwerke Tübingen, die DAK Tübingen und die BKK Gesundheit unterstützen das Projekt finanziell, insbesondere die Erstellung des Projektflyers und die Finanzierung des Aktionstages. Das Interesse an einer Beteiligung der Sponsoren bei weiteren Aktionen liegt vor.