

**Universitätsstadt Tübingen**

Fachbereich Familie, Schule, Sport und Soziales

Christine Vollmer, Telefon: 204-1240

Gesch. Z.: 54

Vorlage **35/2008**

Datum 01.02.2008

**Beschlussvorlage**

zur Behandlung im: **Kultur-, Schul- und Sportausschuss**

---

**Betreff:** **Gesund und aktiv älter werden**

Bezug: Vorlage 516a/2007

---

**Beschlussantrag:**

Der Sperrvermerk zur Erhöhung der Stellenanteile bei der Personalstelle Nr. 005.5400.110 um 0,26 Stellenanteile wird aufgehoben.

**Ziel:**

Schaffung von attraktiven Bewegungs- und Sportangeboten für Ältere in Tübingen

## **Begründung:**

### **1. Anlass / Problemstellung**

Mit Vorlage 516a/2007 wurde über den demografischen Wandel berichtet und dargestellt, dass der Anteil der älteren Menschen in Tübingen in den nächsten Jahren stark zunehmen wird. Der Bereich „Bewegung und Sport für Ältere“ wird somit in Zukunft im Rahmen der Stadt seniorenplanung in Tübingen eine bedeutende Rolle einnehmen. Um diesen Bereich gezielt zu fördern und entsprechende Angebotsstrukturen zu schaffen, wird das Projekt „gesund und aktiv älter werden“ initiiert und umgesetzt.

### **2. Sachstand**

Die Zielgruppe der über 50-jährigen wird infolge der steigenden Lebenserwartung in den nächsten Jahren stetig größer werden.

#### Entwicklung Zahlen / demografische Entwicklung:

Mit Vorlage 516a/2007 wurde berichtet, dass speziell in Tübingen ein Anstieg der „65-jährigen und älter“ von ca. 13% (11.462) im Jahr 2006 auf 18% (15.733) im Jahr 2025 prognostiziert wird (Quelle: Statistisches Landesamt Baden-Württemberg). In Baden-Württemberg wird es einen Anstieg von 18,2% (2005) auf 23,9% im Jahr 2025 geben. Zusätzlich wird bis zum Jahr 2050 von einer steigenden Lebenserwartung bei Frauen von derzeit 81,7 auf 88,2 Jahre und bei Männern von derzeit 79,2 auf 83,7 Jahre ausgegangen.

#### Bewegungs- und Sportangebote für Ältere – Notwendigkeit:

Die Erhaltung und Verbesserung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit nimmt im Alter eine zentrale Rolle ein und motiviert die Menschen aktiv zu werden bzw. zu bleiben. Dies wird durch verschiedenste Studien, Umfragen und medizinische Erkenntnisse bestätigt. Was gesellschaftlich wünschenswert ist, entspricht also durchaus auch den Wünschen der Älteren selbst. Analog hierzu lässt sich seit langem wissenschaftlich bestätigen, dass die meisten Zivilisationskrankheiten mit Bewegungsarmut und Fehlernährung im Zusammenhang stehen. Da die Zivilisationskrankheiten in der Bevölkerung immer mehr ansteigen, sollte dieser Entwicklung mit Hilfe von Bewegungs- und Sportangeboten entgegengearbeitet werden. Der Württembergische Landessportbund (WLSB) sieht hierbei für die Sportvereine in der Gruppe der Älteren ein hohes Entwicklungs- und Wachstumspotential, da diese Gruppe in Vereinen im Vergleich zu Anderen (z. B. Kinder und Jugendliche) teilweise noch nicht entsprechend betreut wird.

In einer Datenerhebung der Universitäten Stuttgart, Heidelberg und Tübingen (2006) wird als Hauptmotiv für körperliche Aktivität: Gesundheit, Wohlbefinden zu 97%, Ausgleich und Entspannung zu 94%, Fitness zu 91%, Streben nach Leistung zu 35% und Wettkampf zu 11% genannt. Die inhaltliche Ausrichtung und Gestaltung der Bewegungsangebote ist somit mitentscheidend für die Attraktivität und die Annahme eines Angebots in der Bevölkerung. Dies stellt besondere Anforderungen an die zielgruppenspezifische Differenzierung der Angebote (noch Berufstätige/ 3. Lebensdekade/ 4. Lebensdekade/Männer/Frauen/Behinderte...) und an die Kompetenzen der Kursleiter/-innen (fachlich, sozial, methodisch und persönlich).

In Tübingen existiert zwar bereits ein vielfältiges Bewegungs- und Sportangebot für ältere Menschen, jedoch reichen die bestehenden Angebote nicht aus um den steigenden Bedarf qualitativ

und quantitativ abzudecken. Dies war auch ein Ergebnis der Fachtagung „Älter werden in Tübingen“ am 18.01.2008. In der Arbeitsgruppe „Gesundheit und Bewegung“ wurde u. a. die Notwendigkeit einer Vernetzung der Angebote, der zusätzliche Bedarf an Informationen zu einzelnen Angeboten und die Notwendigkeit einer qualitativen und quantitativen Verbesserung der Angebote genannt. Aufgrund der Vielfalt der Angebote ist eine Orientierungshilfe durch eine Beratungsstelle erforderlich, um das „richtige Bewegungsangebot“ zu finden. Auch in der Sportentwicklungsplanung hat sich gezeigt, dass die Zielgruppe der Älteren eine besondere Bedeutung hinsichtlich der Angebotsstruktur und den räumlichen Anforderungen für einen Sportbetrieb hat.

#### Ziele des Projektes „gesund und aktiv älter werden“:

Ziel ist es eine „bewegungsfreundliche Stadt“ auch für Ältere zu schaffen. Grundlage hierzu ist ein Konzept mit Praxisbausteinen „Sport und Bewegung im mittleren und hohen Lebensalter“, das Bestandteil des Stadt seniorenplans ist. Die Stadt Tübingen übernimmt die Rolle der moderierenden, begleitenden, vernetzenden und steuernden Instanz.

Insbesondere soll:

- eine flächendeckende wohnortnahe Angebotsstruktur geschaffen und umgesetzt werden;
- die Unterstützung der Anbieter (insbesondere auch Sportvereine) im Praxisunterricht erfolgen;
- die Angebotsstruktur altersadäquat und zielgruppenspezifisch ausdifferenziert und den aktuellen Bedürfnissen der Bürgerinnen und Bürger angepasst werden;
- ein Beratungssystem für die Bürgerinnen und Bürger und Anbieter institutionalisiert werden;
- ein gut funktionierendes Netzwerk der Anbieter entstehen;
- Informationsmaterial über die Sport- und Bewegungsangebote erarbeitet werden;
- die Fort- und Weiterbildung von Übungsleiterinnen/Übungsleiter und Kursleiterinnen/Kursleiter unterstützt werden.

#### Inhalte und Maßnahmen des Projektes „gesund und aktiv älter werden“:

In Zusammenarbeit mit Anbietern, Institutionen (Sportvereine, Präventionssport, Volkshochschule, Deutsches Rotes Kreuz, Familienbildungsstätte, ...) und Beteiligten (Stadtverband für Sport, Stadt seniorenrat, Landkreis, Sportmedizin, Institut für Sportwissenschaft...) wird:

- eine Bestands- und Bedarfsanalyse von Sport- und Bewegungsangeboten und –räumen für Ältere durchgeführt. Um den Bedarf zu analysieren werden Vergleiche mit anderen Kommunen angestellt, vorhandene Erhebungen vergleichbarer Kommunen ausgewertet und im Rahmen der Erstellung des Stadt seniorenplanes ggf. noch zusätzlich die Bedarfe erhoben;
- eine systematische Planung für den zukünftigen Bedarf an Sport- und Bewegungsangeboten und für die benötigten Sport- und Bewegungsräume für Ältere erstellt;
- eine Beratung und Unterstützung bei der Planung, Organisation, Bewerbung und Durchführung neuer wohnortnaher Sport- und Bewegungsangebote (auch Unterstützung im Praxisunterricht) für Ältere geleistet. Die Durchführung von eigenen Angeboten im Rahmen des Projektes erscheint nicht sinnvoll, da es bereits zahlreiche Institutionen gibt, die entsprechende Angebote anbieten, diese sollen vernetzt und ausgebaut werden;
- eine fachliche Beratung für Bürgerinnen und Bürger (Einrichtung Beratungssprechstunde) für den Bereich Sport und Bewegung für Ältere eingerichtet;
- eine Orientierungshilfe für altersadäquate und zielgruppenspezifische Differenzierungsmöglichkeiten für Sport und Bewegung für die Anbieter erstellt (Sammlung von konzeptrelevanten Modulen/Bausteinen);
- Präsentationsmaterial für die Öffentlichkeitsarbeit erstellt;
- im Jahr 2009 ein Aktionstag „bewegtes Tübingen“ durchgeführt;
- eine Vernetzung von Multiplikatoren angestrebt (Kontaktaufbau und Information von Multiplikatoren: Ärzte, Arzthelferinnen, Krankenkassen, Kliniken, Physiotherapeuten, Betriebe)

- eine Informations- und Fortbildungsreihe für Lehrkräfte und weiteren Multiplikatoren (z.B. Physiotherapeuten, Ärzte, etc) durchgeführt;
- ein Übungsleiter-/Kursleiterpool für die Vereine und weitere anbietende Institutionen aufgebaut;
- die Akquise von Sponsoren (bspw. Krankenkassen) für das Gesamtprojekt koordiniert.

Zeitabläufe und Personalbedarf:

Projektdauer

Beginn:	Februar 2008
Konzepterstellung:	bis April 2008
Erste Umsetzungsschritte:	ab Mai 2008
Fortlaufende Betreuung des Projektes:	ab Januar 2009

Personalbedarf

10 Stunden pro Woche:	ab Februar 2008 bis Dezember 2008
8 Stunden pro Woche:	fortlaufend ab Januar 2009

### **3. Lösungsvarianten**

- 3.1 Das Projekt „aktiv und gesund älter werden“ wird umgesetzt.
- 3.2 Es wird kein Projekt durchgeführt.

### **4. Vorschlag der Verwaltung**

Die Verwaltung schlägt vor analog 3.1 zu verfahren.

### **5. Finanzielle Auswirkungen**

Im Jahr 2008 fallen zusätzliche Personalkosten für Stellenanteile in Höhe von 0,26 Stellenanteilen und im Jahr 2009 ca. 0,20 Stellenanteile in EG 9 an. Die Personalkosten sind im Jahr 2008 im Personalkostenbudget etatisiert. Eine Refinanzierung über Sponsoren des Projektes ist geplant.