

Auszug aus: Kommunale Sportentwicklungplanung in P.Gl

Vorläufige Handlungsempfehlungen

Institut für Kooperative Planung und Sportentwicklung

### 1.3 Sport- und Bewegungsangebote für Ältere

Leitziel:

In jedem Stadtteil gibt es ein qualifiziertes Sport- und Bewegungsangebot für Ältere.

Angesichts der demographischen Veränderungen und der stark ansteigenden Anzahl an Älteren wird die Nachfrage nach Sport- und Bewegungsangeboten für Ältere ebenfalls anwachsen. Aus diesem Grund soll das vorhandene Angebot ausgebaut werden, wobei verschiedene Zielgruppen / Leistungsgruppen zu berücksichtigen sind.

Empfehlungen und Maßnahmen:

- " Ausbau der Bewegungsangebote mit Gemeinschaftserlebnis: Eine zentrale Aufgabe sieht die Planungsgruppe darin, Bewegungsangebote mit sozialen Aspekten zu kombinieren, um insbesondere alleinstehende Ältere in die Gemeinschaft zu binden und weiterhin soziale Kontakte zu ermöglichen. Aus diesem Grund sollen die Sportvereine ihre Bewegungsangebote mit anderen Aktivitäten ergänzen, z.B. gemeinsames Wandern, gemeinsames Singen, gemeinsame Ausflüge etc.

*Verantwortlich: Sportvereine*

- " „Bewegung auf Rezept“: Älteren, die bisher sportlich abstinenter waren oder wieder sportlich aktiv werden wollen, soll die Angst vor Bewegung genommen und die Hemmschwelle abgesenkt werden. Dabei spielen Ärzte eine wichtige Rolle, da sie als Mittler zu den Sportanbietern dienen können. Daher sind Formen der Zusammenarbeit zwischen lokalen Ärzten und den Sportanbietern zu prüfen (vergleiche auch das hessische Modell des „grünen Rezeptes“). Der Stadtsportverband soll in Zusammenarbeit mit dem Fachbereich Jugend und Soziales eine Konzeption ausarbeiten.

*Verantwortlich: Stadtsportverband, Fachbereich Jugend und Soziales*

- " Netzwerk für den Sport der Älteren: Perspektivisch wird die Zusammenarbeit zwischen den verschiedenen Einrichtungen, die sich um die Belange Älterer kümmern, immer wichtiger. Im Sinne einer sinnvollen Ressourcennutzung (Personal, Räume, Gelder) soll daher ein Netzwerk für den Sport der Älteren eingerichtet werden, welches sich konzeptionell mit der Bewegungsförderung insbesondere von Hochaltrigen beschäftigt. In diesem Netzwerk sollen die Sportvereine, die Seniorenbegegnungsstätten, die Volkshochschulen und andere Einrichtungen mitwirken. Eine erste Aufgabe des Netzwerkes soll es sein, die verschiedenen Bewegungsangebote für Ältere zu erheben und zu publizieren sowie einmal im Jahr einen Gesprächskreis zu initiieren. Für die Sammlung und Veröffentlichung soll der Stadtsportverband verantwortlich zeichnen, für den Gesprächskreis federführend der Fachbereich Jugend und Soziales in Zusammenarbeit mit dem Seniorenbeirat.

*Verantwortlich: Stadtsportverband, Fachbereich Jugend und Soziales, Seniorenbeirat*