



**Gesund älter
werden bewegt**



SCAN ME

Beschreibung



- 3-jähr. Projekt mit Start im August 2018 in den Modellkommunen Offenbach (urban) & Obertshausen (ländlich) mit insg. 6 Partnervereinen
- Projektträger *lsb h*, Projektförderer *HMdIS*, Evaluation *lsb h & ISIS GmbH*
- Projektphasen: Information & Befragung → Ausarbeitung & Beratung → Umsetzung & Evaluation

Ziele



- Bewegungsförderung älterer Menschen, insb. „Nichtbeweger:innen“ ab 50 Jahren
- Angebotsentwicklung in Sportvereinen (Gesundheitssport ausbauen/installieren)
- Qualifizierung von Übungsleiter:innen & Multiplikatoren im Gesundheitssport
- Bedarfsanalyse in der Zielgruppe, den Vereinen sowie im Sportkreis & der Kommune
- nachhaltiger Struktur- & Netzwerkausbau im SK Offenbach

Erfolge



- ✓ **Angebote:** Ausgehend von einer Bedarfsanalyse konnte die nachhaltige Angebotsentwicklung des Gesundheitssports in den Modellkommunen, den Partnervereinen und dem Sportkreis erreicht werden
- ✓ **Qualifizierung:** mehrere dezentrale Multiplikatorenschulungen und Beratungen mit über 250 Teilnehmenden aus den Regionen. Zusätzlich (digitale) interkulturelle Übungsleitendenausbildung (C-Lizenz), dezentrale Outdoor-Fortbildungen & weitere Qualifizierungen (Alltagsfitnesstest)
- ✓ **Kommune:** Umsetzung des „Main-Bewegungs-Pfad“ für niederschwelliges, öffentliches Mobilisationsangebot

Learnings



- 🎓 Erschließung neuer Kommunikationswege zur Ansprache der Nichtbeweger:innen oder potentieller Wiedereinsteiger:innen erforderlich
- 🎓 Ausbau der Beratungsleistungen für Vereine zur Angebotsentwicklung und Qualifizierungsmöglichkeiten auf regionaler Ebene (Sportkreise)
- 🎓 Implementierung von regionalen „Kümmerern“ für nachhaltige Netzwerkarbeit mit kommunalen Partnern