



Tauchsportverband NRW e.V.

Dokumentation des Workshops

„Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein“

aus dem Programm

„Bewegt GESUND bleiben in NRW“

Duisburg, 22.September 2014



Inhalt

1. Einleitung	S. 3
2. Anschreiben	S. 4
3. Ausschreibung	S. 5
4. Dokumentation	S. 7

Tauchsportverband NRW e.V.

Fachbereichsleiter Medizin: Dr. Karl-Heinz Schmitz

Geschäftsstelle: Claudia von Parzotka-Lipinski

Oktober 2014



1. Einleitung

Der Landessportbund NRW und das Ministerium für Familie, Kinder, Jugend, Kultur und Sport unterstützen die Fachverbände und die Stadt- und Kreissportbünde bei der Einrichtung von nachhaltigen Unterstützungsstrukturen im Gesundheitsbereich durch das Förderprogramm „Bewegt GESUND bleiben in NRW“.

Seit 2014 ist der Tauchsportverband NRW e.V. (TSV NRW) mit seinem Fachbereich Medizin im Projekt eingebunden.

Für den TSV NRW bietet sich so die Gelegenheit, die Situation im Bereich Gesundheitssport umfassend zu analysieren seine Leistungen zu überprüfen und Ansatzpunkte zur Verbesserung und Entwicklung der Angebote und der entsprechenden Unterstützungsleistungen zu ermitteln.

Im Rahmen des Programms wurde im September 2014 der Workshop „Sportverein als gesundheitsfördernder Lebensort“ im TSV NRW umgesetzt.

Der Workshop setzt sich schwerpunktmäßig mit der Frage: „Warum entwickeln sich zunehmend Sportvereine zu gesundheitsfördernden Lebensorten?“ auseinander.

An dem gut besuchten Workshop am 22.09.2014 nahmen 17 Vertreter/innen der Tauchsportvereine teil und setzten sich intensiv und konstruktiv mit dem Thema auseinander.



2. **Anschreiben** des Fachbereichsleiters Dr. Karl-Heinz Schmitz

Der **Tauchsport** gilt weiter im Allgemeinen als **Risikosportart**, bietet aber sicherlich auch Ansätze gerade im Training und Vereinsleben **gesundheitliche Aspekte** einzubringen. Es ist für viele etwas vollkommen Neues, in den Schwimmbädern uns aber oft von den **Schwimmvereinen** vorgelebt und auch in **Kooperationen im Gesundheitssport** mancherorts bereits erfolgreich umgesetzt.

Warum also nicht selber als **Tauchsportverein oder Abteilung aktiv werden** und sich diesem Thema widmen, zumal alle Sportorganisationen sich um eine zukunftsfähige, globale Ausrichtung kümmern müssen, wenn **Mitgliederzahlen schwinden, Ausbilder/innen fehlen und "Überalterung" droht**.

Attraktivität für eine aktive Mitgliedschaft aller Altersgruppen ist gefragt, wir müssen zeitgerechte, zukunftsweisende Ansätze und Neues anbieten. Neben der **Kooperation des TSV mit dem Landessportbund NRW**, auch für Taucherinnen und Taucher eventuell die bundesweite DOSB Ausbildung "**Übungsleiter Prävention**" z.B. für das Herz-Kreislauf-System, den Haltungs- und Bewegungsapparat oder den Sport mit Älteren oder Kindern anzubieten, wird der TSV inzwischen auch im Projekt "**Bewegt GESUND bleiben in NRW**" finanziell unterstützt. Derzeit erfasst unsere Geschäftsstelle u.a. Daten für eine Bestandsanalyse existierender und geplanter Aktionen im Gesundheitssport, am 22.09.2014 ist in diesem Rahmen ein erster Workshop mit dem Titel "**Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein**" in Duisburg geplant. Wie gewinnt, bindet und pflegt ein Tauchsportverein/eine Abteilung langfristig seine **Mitglieder**. Denn nicht nur gut betreute **Sportangebote** sind heute gefragt, als **regelmäßiger Treffpunkt** fallen viele Fragen und Aufgaben an. Der Verein kann über ein **breites und attraktives Angebot an Stärke und Ausstrahlung** gewinnen. Es werden **Ansätze zur Gesundheitsförderung** präsentiert, die Zusammenhänge **Lebenswelt und Gesundheit** erklärt und damit die **Perspektive eines "gesunden Tauchvereins"** geschaffen.

Es wird über die mögliche **Premiummarke** eines Tauchsportvereins diskutiert, die Wichtigkeit seiner **Mitarbeiter/innen und Mitglieder** rund um das zentrale Thema Gesundheit erarbeitet. Wichtig dann auch zu erfahren, dass es **Unterstützung und individuelle Beratungsangebote für unsere Mitgliedsvereine** gibt.

Also, für den 22.09.2014 sind noch Plätze für den kostenlosen Workshop frei.

Würd mich freuen, wenn man sich sieht!

Dr. Karl-Heinz Schmitz



3. Ausschreibung

"Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein" Workshop im Rahmen des LSB Förderprogramms "Bewegt gesund bleiben in NRW"

Zielgruppe: Vereinsvorstandsmitglieder, alle interessierten Mitglieder
Ausrichter: Tauchsportverband NRW
Organisation/Leitung: Sachabteilung "Medizin" in Kooperation mit dem Landessportbund NRW
Heike Arlt (MBA, Dipl.-Kauffrau (FH), freie Mitarbeiterin des LSB)

Termin: Dr. med. Karl-Heinz Schmitz (Sachabteilungsleiter "Medizin" des TSV NRW)
Montag, den 22.09.2014, 19:00 Uhr bis 22:00 Uhr
Ort: Haus der Verbände, Friedrich-Alfred-Str. 25, 47055 Duisburg, Sitzungszimmer 6, www.tsvnrw.de

Lehrgangsgebühr: kostenfrei für Verbandsmitglieder
Leistungen: Workshop, Getränke, kleiner Imbiss

4 LE Weiterbildung für Ausbilder

Lehrgangsinhalte: 4 LE Weiterbildung für den Vereinsmanager C
Der Titel des Workshops ist auf den ersten Blick verwirrend. Was verbirgt sich dahinter? Sportvereine sind eine feste Größe in der kommunalen Landschaft. Sie bieten für jeden etwas: in den Fachsportarten, im Freizeit- und Breitensport, im Gesundheitssport. Es gelingt ihnen, viele Menschen langfristig zu binden. Dazu ist es für Sportvereine allerdings notwendig, sich mit den Ansprüchen sowohl ihrer Mitglieder als auch Bürger auseinanderzusetzen. Denn die Bedürfnisse verändern sich und sind nicht nur auf gut betreute Sportangebote beschränkt. Der Sportverein ist mehr als "nur" ein Anbieter oder gar Dienstleister - er ist auch ein wichtiger Treffpunkt über den Sportbetrieb hinaus. Er kann ein "Ort" sein für Kontakte und Austausch, für Unterstützung und Anregungen - für das Gefühl, eingebunden und willkommen zu sein. Unumstritten ist, dass genau diese Qualitäten der Gesundheit zu gute kommen. Und damit sich die Sporttreibenden im Verein wohl fühlen sind neben guten Angeboten auch die Vereinskultur und das Vereinsleben mindestens genauso wichtig, denn sie haben nachweislich eine Wirkung auf das Wohlbefinden und die Gesundheit der Mitglieder, Mitarbeiter und Gäste. Ein Sportverein, der



diese Stärken für sich erschließt und gezielt nutzt, hat über die Angebote hinaus eine gesundheitlich positive "Ausstrahlung".

In diesem Workshop geht es darum, diese Sichtweise vorzustellen und zu diskutieren, daher lautet die Leitfrage des Workshops: **"Was können wir als Sportverein tun, um den Menschen, die zu uns kommen und denjenigen, die für uns tätig sind, Bedingungen und Möglichkeiten zu bieten, die ihrer Gesundheit zu gute kommen?"**

Anmeldung:

Die Datenübermittlung erfolgt über eine zertifizierte, verschlüsselte Verbindung. Bei der Nutzung von Smartphones kann es bei der Onlineanmeldung zu Problemen kommen!

Teilnehmer:

Es stehen 20 Plätze zur Verfügung. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge der Eingänge berücksichtigt. Das Seminar findet bei mindestens 5 Teilnehmern statt.

Voraussetzungen:

keine

Anmeldeschluss:

08.09.2014

Die Umsetzung des Workshops wird durch die Mitfinanzierung des Ministeriums für Familie, Kinder, Jugend, Kultur und Sport mit dem LSB NRW ermöglicht.

Hinweise: Die erhobenen Informationen werden im Rahmen der Zweckbestimmung des TSV NRW e.V. gespeichert. Der TSV verpflichtet sich, die erhobenen Daten unter Einhaltung der gesetzlichen Datenschutzbestimmungen zu speichern, zu verändern oder zu übermitteln und ihre Nutzung nur als Mittel zur Erfüllung sachbezogener Aufgaben zu verwenden.



4. Dokumentation

LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein

Aus dem Programm „Bewegt GESUND bleiben in NRW!“

Heike Arlt
Duisburg, 22. September 2014



Gesundheitsförderung

LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



„Gesundheitsförderung zielt auf einen Prozess ab, allen Menschen ein höheres Maß an Selbstbestimmung über ihre Gesundheit zu ermöglichen und sie damit zur Stärkung ihrer Gesundheit zu befähigen.“

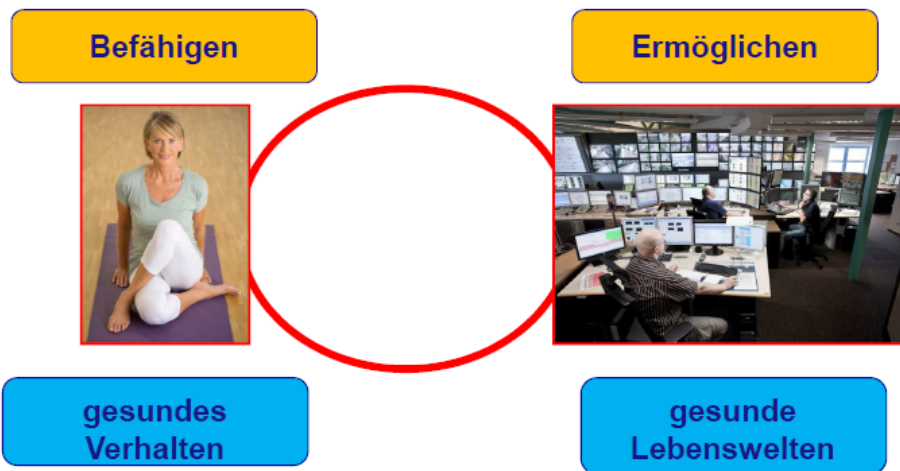
Weltgesundheitsorganisation 1986



Gesundheitsförderung hat zwei Ansätze.



Was erhält einen Menschen gesund?



3 | Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein, Duisburg, 22.09.2014

Verhaltens- und Verhältnisorientierung



4 | Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein, Duisburg, 22.09.2014



Gesundheitsförderung hat zwei Ansätze.



1. Angebote durchführen, die den einzelnen Menschen ansprechen (Verhaltensprävention)
2. Gesunde Lebensbedingungen für die Menschen schaffen (Verhältnisprävention)

Am besten ist, wenn beides zusammen getan wird.

5 | Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein, Duisburg, 22.09.2014

Lebenswelt und Gesundheit



Eine **Lebenswelt** (Setting) ist ein Ort oder eine Gemeinschaft, die Menschen (häufig, regelmäßig) aufsuchen, um dort Tätigkeiten auszuführen, die für ihre Leben wichtig sind.

Die Lebenswelt und der Mensch stehen auf vielfältige Art in Wechselwirkung miteinander.

In der Gesundheitsförderung geht es auch darum, die **Lebenswelten** so zu gestalten, dass sie die **Gesundheit** und das Wohlbefinden des Menschen erhalten und stärken.

(in Anlehnung an: Health Promotion Glossary WHO, 1998)

6 | Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein, Duisburg, 22.09.2014



Beispiele für gesunde Lebenswelten

LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



7 | Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein, Duisburg, 22.09.2014

Der Mensch und die Lebenswelt

LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Gesundheitsförderung im Verein	Gesundheitsfördernder Verein
<p>Im Mittelpunkt steht der Mensch.</p> <p>Angebote sollen das Gesundheitsverhalten beeinflussen.</p> <p>Angebote sollen persönliche gesundheitliche Risiken verringern.</p> <p>Angebote sollen persönliche Gesundheitskompetenzen stärken.</p> <p>Menschen sollen an Freizeit- und Breitensport gebunden werden.</p> <p>Verein ist ein Veranstalter (Dienstleister).</p> <p>Der Verein bleibt auf sich selbst beschränkt.</p>	<p>Im Mittelpunkt stehen die Gemeinschaft.</p> <p>Die Bedingungen sollen verändert werden.</p> <p>In der Vereinsorganisation angelegte Belastungen sollen vermindert werden.</p> <p>Die Vereinskultur soll eine Gesundheitsressource werden.</p> <p>Gesundheitsförderung ist eine Leitidee der Vereinsentwicklung.</p> <p>Der Verein ist ein Gestaltungsraum für seine Mitglieder und Gäste.</p> <p>Der Verein ist nach außen offen (Netzwerkpartner)</p>

8 | Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein, Duisburg, 22.09.2014



Vision: der gesunde Sportverein

LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



- Der Sportverein schöpft seine Möglichkeiten aus, um Gesundheitsförderung in die Vereinskultur (Gemeinschaft) und den Vereinsalltag (Vereinsorganisation) einzubinden.
- Der Sportverein ist für Mitglieder und Beschäftigte ein „Ort“ in ihrem Leben, wo sie ihre Gesundheitskompetenzen und –ressourcen pflegen und ausbauen können.
- Der Sportverein arbeitet dazu mit Partnern aus dem Gesundheits-, Sozial- und Bildungsbereich eng zusammen.

9 | Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein, Duisburg, 22.09.2014

Vision: der gesunde Sportverein

LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



10 | Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein, Duisburg, 22.09.2014



Fragen, die sich ein Sportverein stellen kann

LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



- Wie wirkt sich die Vereinskultur und das Vereinsleben auf die Gesundheit der Mitglieder und der Beschäftigten aus? Was können wir verändern?
- Wie können wir in der Vereinsorganisation Gesundheit fest verankern?
- Wie können wir den Gemeinschaftscharakter stärken, um für alle attraktiv zu sein und sie an den Verein zu binden?
- Was müssen wir über die Gruppen wissen, die wir erreichen wollen, um uns richtig auf ihre Gesundheitsbedürfnisse einzustellen?
- Wie können wir den Verein als zuverlässige und qualitätsbewusste Kraft für Sport und Gesundheit in der Kommune aufbauen?

11 | Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein, Duisburg, 22.09.2014

Der Sportverein ist das Premiumprodukt.

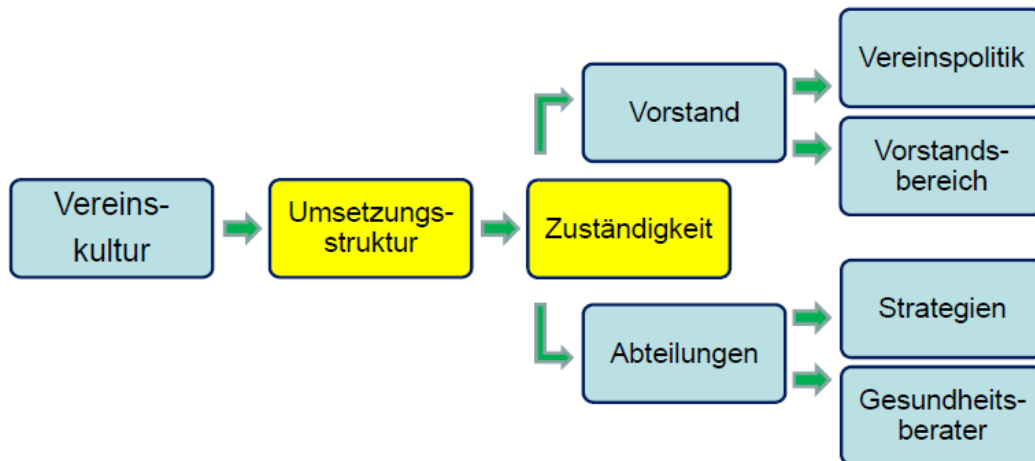
LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



12 | Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein, Duisburg, 22.09.2014

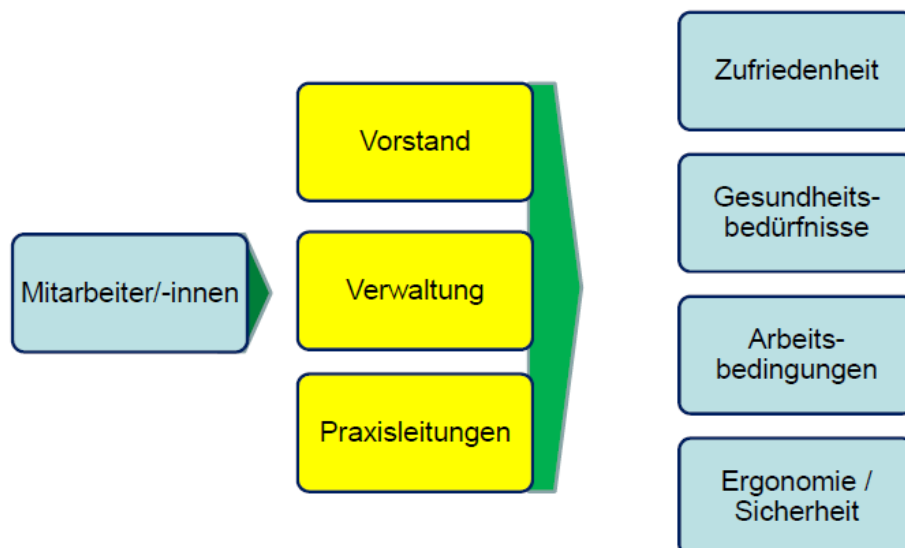


Der gesunde Sportverein wird zu einer Leitidee für die Vereinskultur.

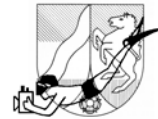


13 | Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein, Duisburg, 22.09.2014

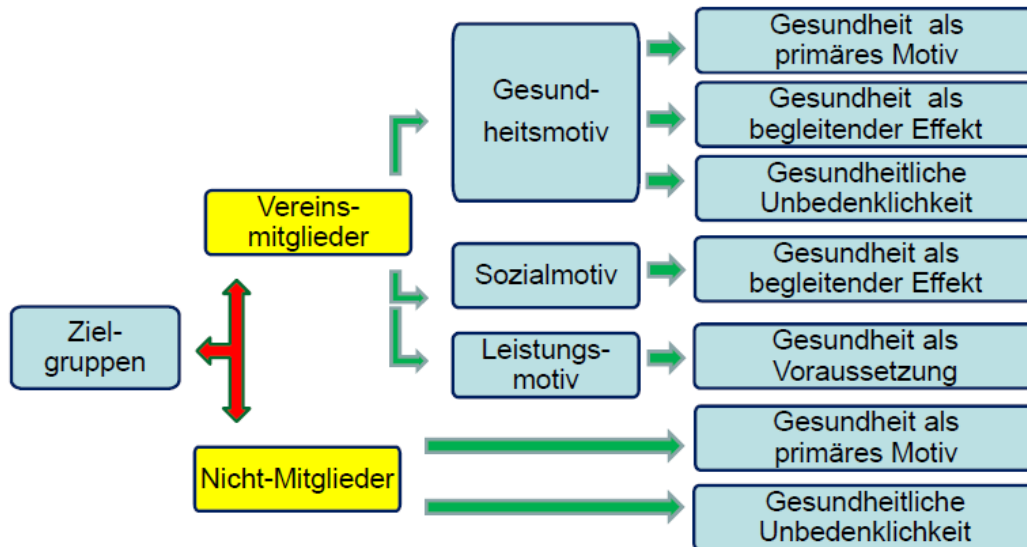
Das Kapital des Sportvereins sind seine Mitarbeiter/-innen.



14 | Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein, Duisburg, 22.09.2014

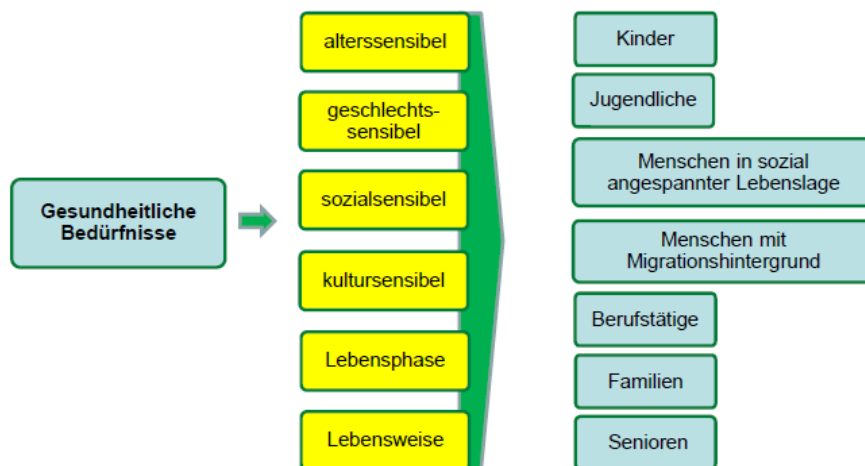


Den richtigen Zugang zu den Gesundheitsmotiven finden.

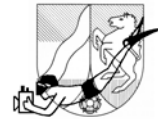


15 | Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein, Duisburg, 22.09.2014

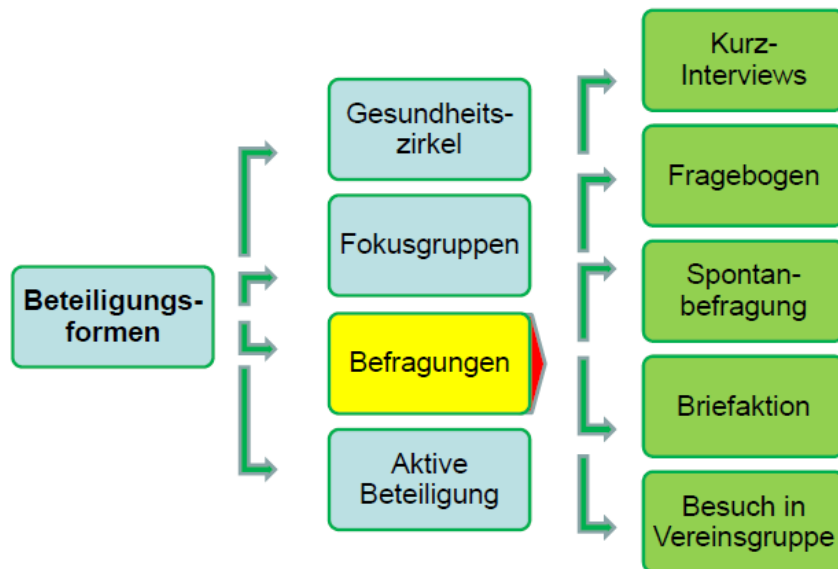
Die Gesundheitsbedürfnisse können sehr unterschiedlich sein.



16 | Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein, Duisburg, 22.09.2014

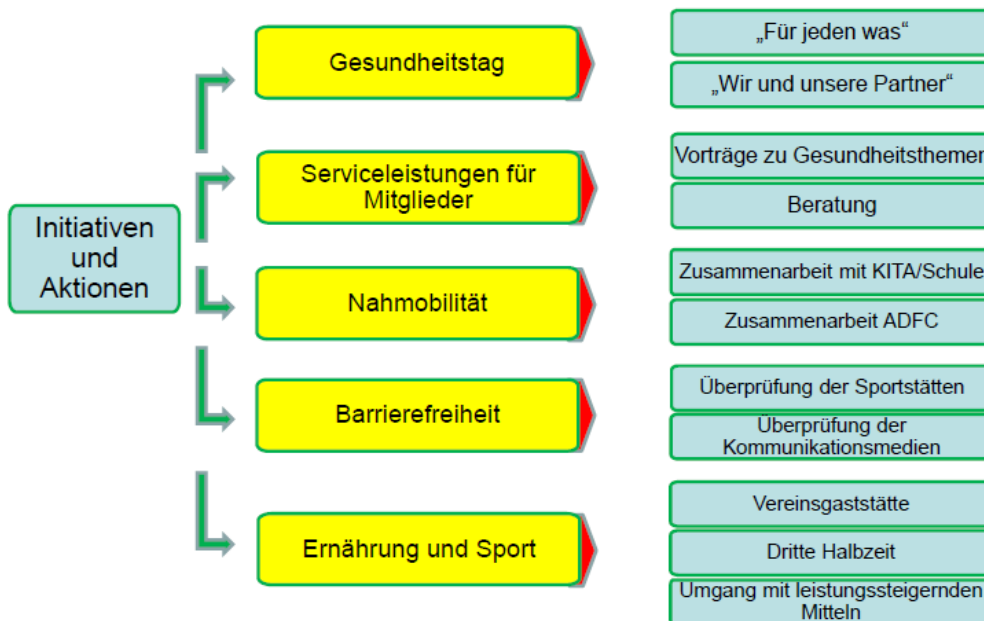


Die Menschen sollten von Anfang an beteiligt werden.



17 | Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein, Duisburg, 22.09.2014

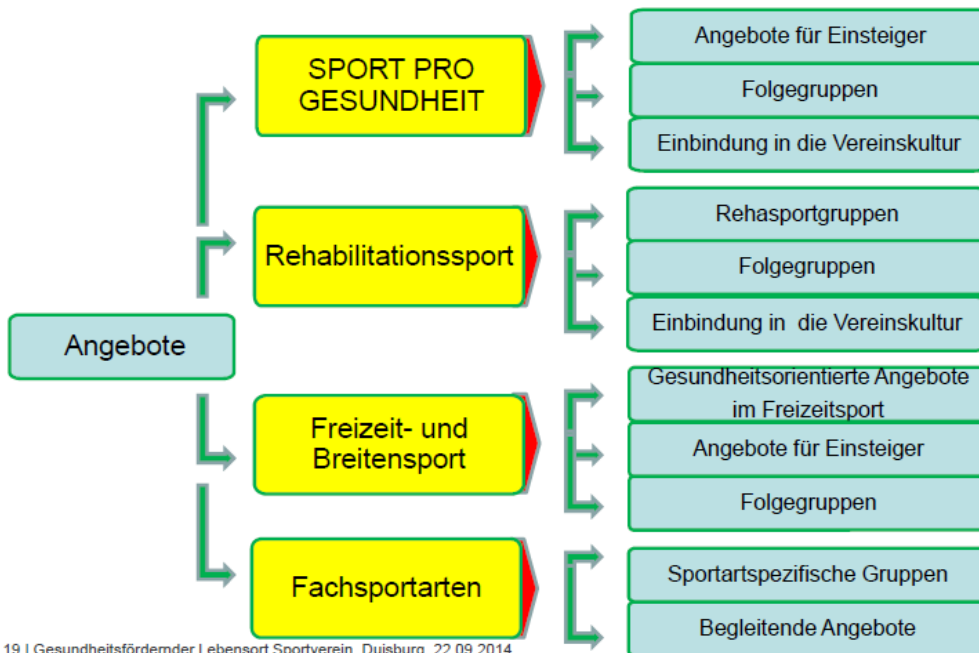
Gesundheitsförderung lebt von den praktischen Ideen.



18 | Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein, Duisburg, 22.09.2014

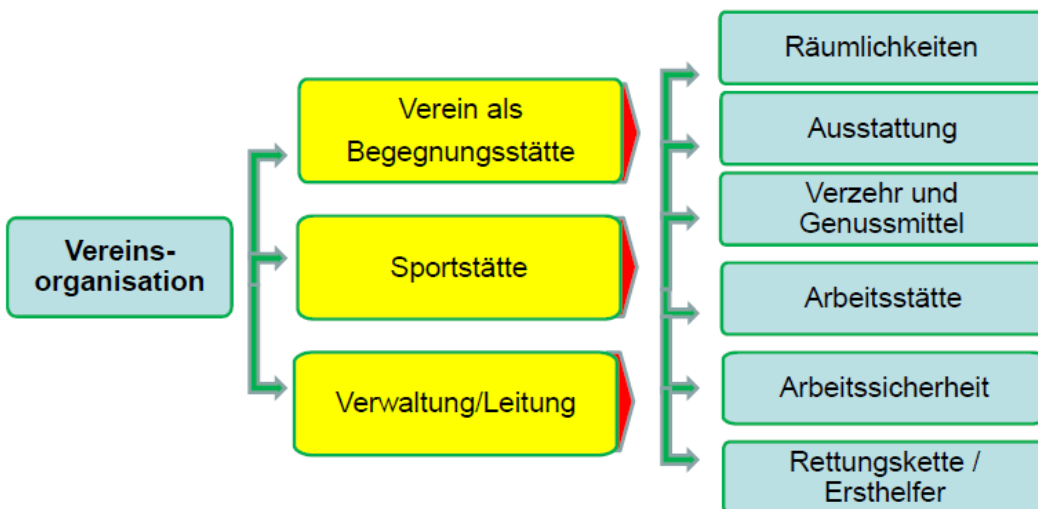


Gesundheitsangebote sind ein Teil des Ganzen - nicht alles



19 | Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein, Duisburg, 22.09.2014

Gesundheit fördern heißt auch, Risiken vorzubeugen.



20 | Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein, Duisburg, 22.09.2014



Zusammenfassung



- Gesundheitsförderung sollte bei allen Entscheidungen im Verein berücksichtigt werden (auch im Leistungssport!).
- Verhaltens- und Verhältnisprävention sollten immer miteinander verbunden werden (wenn es sinnvoll ist!).
- Die Beteiligten (Mitglieder und Beschäftigte) sollten schon bei der Ideenfindung und in der Vorbereitung eingebunden werden (das schafft Interesse und Bindung!).
- Menschen sind unterschiedlich, d.h. Geschlecht, Kultur und soziale Hintergründe sollten beachtet werden.

(nach Altgeld, 2004, 32 f.)

21 | Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein, Duisburg, 22.09.2014

Die Erfahrung lehrt:



- Der Ausgangspunkt ist immer das, was schon da ist (z.B. Gesundheitssport-Angebote).
- Führungskräfte und Sportler/innen „arbeiten“ gemeinsam an einer Idee.
- Kenntnisse und Erfahrungen der Vereinsmitglieder nutzen.
- Realistisch planen und in kleinen Schritten vorgehen.
- die Idee aufrecht erhalten, in der Umsetzung aber offen und flexibel bleiben.
- Nichts läuft wie geplant: Störungen oder Verzögerungen beseitigen, dem Ziel treu bleiben.

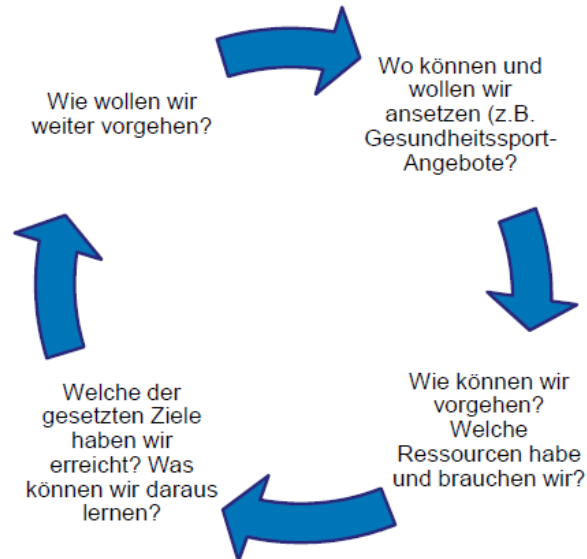
22 | Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein, Duisburg, 22.09.2014



LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



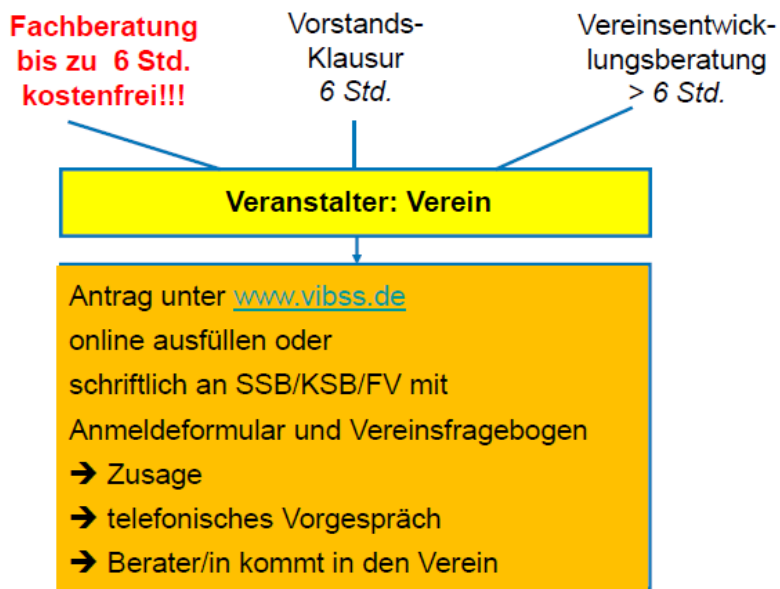
Planen-Durchführen-Überprüfen-Handeln



23 | Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein, Duisburg, 22.09.2014

Fachberatung

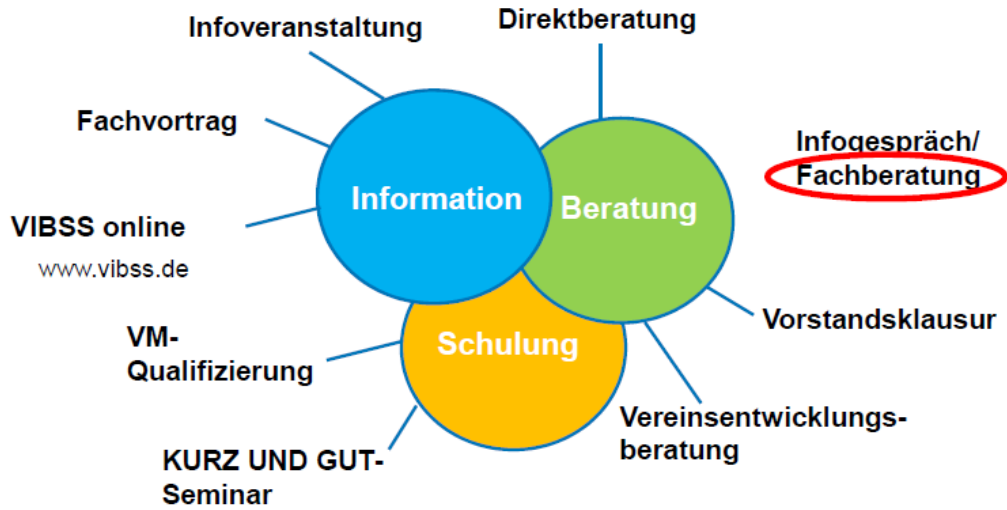
LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



24 | Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein, Duisburg, 22.09.2014



Unterstützung durch VIBSS



VIBSS-ServiceCenter: 0203 7381-777

25 | Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein, Duisburg, 22.09.2014

Der Workshop wird unterstützt von der



BKK vor Ort





gesundheit

- nicht krank
- wohlfühlen
- frei von körperlichen / Beschwerden
psychischen
- leistungsfähig
- unzureichend ärztlich untersucht
- BTI / geringes Risiko
- Soziales Wohlbefinden



Gedanken zum Titel

- Sport treiben
- Spaßfaktor
- Spaßfaktor beim Sporttreiben
- Verbesserung der Gesundheit
- Abgrenzung zum Gesundheitssport
- interessante Angebote
- Bindung der Mitglieder an TV
- gesund vorbereiten zum Tauchen
- Allgemeinsport / Schnittstelle
- Nachhaltigkeit fördern / Einbindung ^{langfristige}
- Qualität

Soennecken Logistik GmbH
Soennecken-Platz
13345 Gattersloh
www.soennecken.de

Soennecken

Herst.-Nr. 1139
Bestell.-Nr. 155 0210 00