

Workshop „Erreichbarkeit von Erwachsenen in der 3. Lebensphase“

Laut DOSB sind bei Männern und Frauen im mittleren Erwachsenenalter, zwischen 41 und 60 Jahren, die Zahlen des Organisationsgrades der Männer deutlich zurückgegangen, während die Zahl der organisierten Frauen annähernd gleich geblieben ist. Männer zeigen im Vergleich zu Frauen ein deutlich geringeres Interesse an Gesundheitsthemen. Ihr Motiv ist eher eine Wettkampf- und Erfolgsorientierung, sie wollen oftmals Sport „des Sports wegen“ betreiben. (aus DOSB, Aktiv und Fit, 2013) Es gilt, sowohl die Motive von Männern bezüglich ihres Sporttreibens in der Entwicklung von Angeboten aufzugreifen als auch z. B. für sportbegeisterte Frauen (Fitness-) Angebote und Sportarten weiter zu entwickeln, um die Breite ihrer Motive zu treffen. Auch suchen Erwachsene nach (längerer) sportlicher Abstinenz und Bewegungsarmut oder im Anschluss an ihre aktive Zeit im Wettkampfsport entsprechende Sport- und Bewegungsangebote für sich. Neben den unterschiedlichen Motivlagen ist zu beachten, dass die 3. Lebensphase meist durch multiple Anforderungen und Zeitmangel geprägt ist. D.h. die Zielgruppen sind in ihren Ansprüchen, Zugängen und Lebensbedingungen (sehr) unterschiedlich und vielfältig.

Ziele der Maßnahme

- Sensibilisierung für diese Lebensphasen mit den spezifischen Lebensbedingungen.
- Erkennen des riesigen Potentials an Menschen, Frauen und Männern, für den Sportverein.
- Die Teilnehmer*innen erkennen die generativen Entwicklungen der Gesellschaft, deren Potentiale sowie des Sport- und Bewegungsverhaltens.
- Bereitschaft, sich bezüglich notwendiger Veränderungen in den Angebots- und Zugangsentwicklungen hin zu den Motiven und Bedingungen dieser vielfältigen Zielgruppe der Erwachsenen zu öffnen.

Zielgruppe

- hauptberufliche/ehrenamtliche Mitarbeiter*innen aus Vereinen/Verbänden
- Übungsleiter*innen (mit und ohne Lizenz)
- beruflich qualifizierte Personen (z.B. Sport-, Bewegungs-, Gesundheitswissenschaftler*innen, Pflegekräfte)
- (externe) Expert*innen
- potentielle Kooperations- und Netzwerkpartner aus dem Senioren-, Gesundheits-, Bildungs-, Arbeits- und Sozialsektor sowie der Politik und Wirtschaft
- Interessierte

Inhalte der Maßnahme (exemplarisch)

- bewegungsarmer und pflichterfüllter Alltag – welche Chancen bietet der Sportverein für Männer und Frauen in dieser Lebensphase?
- Einblick in deren Sport- und Bewegungsinteressen, Bedürfnisse, zeitliche Grenzen sowie Zugangswege
- Austausch zu Möglichkeiten der Gewinnung, Ansprache und Sportentwicklung in der eigenen Kommune/FV/Verein
- Was kann der (Vereins-)Sport anbieten? Gute Beispiele
- Wie kann man sich vernetzen?
- Weiterentwicklung der Fachsportarten: Anpassung an die sich veränderten/ verändernden Interessen, Zeitressourcen und Motive

Verpflichtende Rahmenbedingungen

- Zeitumfang: mindestens 2 Stunden
- Referent/-in: seitens des Landessportbundes NRW spezifisch für dieses Förderpaket eingewiesene/r Referent/-in.