



Bewegt GESUND bleiben im KREIS UNNA! Handlungskonzept 2020

Eine Initiative des Programms „Bewegt GESUND bleiben in NRW!“
des Landesprogrammes Nordrhein-Westfalen

Impressum

Herausgeber: KreisSportBund Unna e.V.
Dorfstr. 29 (Haus Opherdicke)
59439 Holzwickede

Text und Redaktion: Michael Kanand

Fachliche Beratung: Dr. Michael Matlik (Landessportbund NRW)

Gestaltung: Fabian Schaefer, Michael Kanand

Fotos: Michael Kanand
Gruppenfoto Seite 6 von Johannes Kusber
Kreis Unna-Homepage

Verlag: Eigenverlag

Auflage: 2016

Kontakt: E-Mail: m.kanand@ksb-unna.de
Internet: www.ksb-unna.de

Handlungskonzept „Bewegt GESUND bleiben im Kreis Unna!“

Inhalt

1.	Vorwort	Seite 4
2.	Einleitung	Seite 5
3.	Der KreisSportBund Unna e.V. und seine Vereine	Seite 7
4.	Der Kreis Unna	Seite 25
5.	Handlungskonzept 2020 „Bewegt GESUND bleiben im Kreis Unna!“	Seite 30
6.	Zusammenfassung und Ausblick	Seite 35

Handlungskonzept „Bewegt GESUND bleiben im Kreis Unna!“

1. Vorwort

Der KreisSportBund Unna e.V. ist engagierter Partner des Kreises und seiner zehn kreisangehörigen Städte und Gemeinden und arbeitet bei der Förderung der Gesundheit der Bürgerinnen und Bürger im Kreisgebiet eng mit dem Kreisgesundheitsamt zusammen. In diesem großen Netzwerk leistet er gemeinsam mit den Sportvereinen und den Stadt- und Gemeindesportverbänden mit den Mitteln des Sports seinen Beitrag zu Gesundheitsförderung, Prävention und Rehabilitation.

Der KreisSportBund Unna e.V. ist seit 2013 Partner des landesweiten Programms „Bewegt GESUND bleiben in NRW!“ des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen. Durch die daraus entwickelten Initiativen, Projekte und Maßnahmen unterstützt er die Sportvereine insbesondere dabei, die gesundheitsorientierten Sport- und Bewegungsangebote im Kreis Unna bedarfs- und bedürfnisorientiert weiterzuentwickeln, Gesundheitsnetzwerke mit anderen Akteuren zu schaffen sowie die Bevölkerung über die gesundheitlichen Effekte von Sport und Bewegung und das vielfältige Angebot der Sportvereine zu sensibilisieren und zu informieren.

Noch mehr als bisher sollen sich die Sportvereine im Kreis Unna mit ihren Angeboten und ihren Strukturen sowie ihrer Vereinskultur zu einem gesundheitsfördernden Lebensort im umfassenden Sinne entwickeln und so auch von der Bevölkerung wahrgenommen werden.

Das vorliegende, auf einem Kurzkonzzept des Jahres 2013 aufbauende Handlungskonzept beschreibt die Ausgangslage im Kreis Unna und formuliert die Arbeitsschwerpunkte sowie die damit verbundenen Ziele des KreisSportBundes Unna e.V. im Handlungsfeld „Sport und Gesundheit“, die er im Verbundsystem des gemeinwohlorientierten Sports unter dem Motto „Bewegt GESUND bleiben im Kreis Unna!“ bis zum Jahr 2020 bearbeiten bzw. erreichen will.

Klaus Stindt

Vorsitzender des KreisSportBundes Unna e.V.



„Wer nicht jeden Tag etwas für seine Gesundheit aufbringt,
muss eines Tages sehr viel Zeit für seine Krankheiten opfern.“

Sebastian Kneipp, dt. Pfarrer und Hydrotherapeut (1821 bis 1897)

2. Einleitung

Die Gesellschaft verändert sich: Neue Herausforderungen¹

Unsere Gesellschaft befindet sich in einem tiefgreifenden materiellen und sozialen Strukturwandel². Die Technisierung nimmt weiter zu. Während körperliche Belastungen abnehmen, steigen die psychosozialen Anforderungen. Der Anteil der Menschen mit Zuwanderungsgeschichte steigt. Die Europäer werden im Durchschnitt immer älter – fast überall in der EU können Menschen darauf hoffen, ihren 80. Geburtstag zu feiern. Allein seit 1990 ist die Lebenserwartung um sechs Jahre gestiegen¹. Dem stehen eine immer geringer werdenden Anzahl junger Mitbürgerinnen und Mitbürger gegenüber.

Auch das gesundheitliche Befinden verändert sich. Zivilisationskrankheiten nehmen zu, ihr Spektrum erweitert sich beständig. Es lassen sich Verschiebungen von den akuten zu den chronischen Krankheiten feststellen. Jährlich sterben dem Bericht zufolge 550.000 Europäer im erwerbsfähigen Alter bis 64 Jahre an vermeidbaren chronischen Krankheiten. Deutschland liegt mit 195 vorzeitigen Todesfällen pro 100.000 Einwohnern knapp unter dem EU-Durchschnitt von 201. Vorzeitige Todesfälle gehen oft auf Herzinfarkte oder Krebs zurück.

Das Risiko daran zu erkranken, wächst mit besonderen Umweltbelastungen und mit einer ungesunden Lebensweise, z. B. Bewegungsarmut. Laut „Health at a Glance“¹ sind heute 16% der Erwachsenen fettleibig, während es im Jahr 2000 nur 11% waren. Beim Konsum von Tabak gehen die Zahlen zurück, aber sie sind immer noch sehr hoch: Einer von fünf Europäern raucht.

Von gesundheitlichen Einschränkungen oder Risikofaktoren sind immer mehr Menschen immer früher betroffen. So weisen viele Jungen und Mädchen bereits Anzeichen auf³. Zahlen der Schuleingangsuntersuchungen in NRW weisen 11,2 % der Schulanfänger als übergewichtig, davon fast die Hälfte bereits als adipös aus - mit zunehmender Tendenz.

Die Typ-2-Diabetes-Neuerkrankungen bei Kindern und Jugendlichen haben sich in den letzten 10 Jahren verfünffacht. Da ein Typ-2-Diabetes als Folge von Adipositas im Erwachsenenalter sehr häufig auftritt, ist mit einer hohen Zahl zusätzlich an Diabetes erkrankter Menschen zu rechnen⁴.

Chronische Krankheiten bedeuten nicht nur Leid und verlorene Lebenszeit für die betroffenen Menschen – auch Ökonomen prognostizieren verschiedene dramatische Folgen. Bedingt z. B. durch die Zivilisationskrankheiten werden u.a. die sozialen Sicherungssysteme an ihre ökonomischen Grenzen stoßen. Die Kosten für die Versorgung im Krankheitsfall werden durch das Gesundheitssystem nicht mehr im vollen Umfang getragen.

Alle sind aufgefordert, mehr Verantwortung für ihre Gesundheit zu übernehmen und gesundheitliche Risiken selbst zu verringern. Auch die entsprechende Übernahme der Verantwortung für Zielgruppen, die dies nicht vermögen, gehört dazu. Prävention und Gesundheitsförderung, Kompetenzvermittlung im Bereich der Bewegungs- und Gesundheitsförderung, der Senioren- und Bildungsarbeit erhalten damit ein immer größeres Gewicht. Zugleich wird auch in der Therapie und in der Rehabilitation eine aktive Mitarbeit der Betroffenen erwartet. Zukunftsforscher sprechen von dem Megatrend „Gesundheit“, der die ersten Jahrzehnte des 21. Jahrhunderts prägen und die allgemeine Lebensführung, das Sozialsystem und die Ökonomie durchdringen wird. Gesundheit ist dann nicht nur ein individuelles Lebensziel, sondern eine wesentliche Determinante des alltäglichen gesellschaftlichen Lebens.

Ziel und Handlungsauftrag aller Akteure im Gesundheitswesen ist es, die Menschen selbst zu einem gesünderen Leben zu bewegen und gleichzeitig die Gesundheitssysteme fit zu machen.

¹ Aus „Health at a Glance“-Studie, Europe 2016

² Die Beschreibung der gesellschaftlichen Situation greift zurück auf den entsprechenden Text des Programmkonzepts von Landessportbund Nordrhein-Westfalen (Hrsg.): *Bewegt GESUND bleiben in NRW!* Programm des Landessportbundes NRW im Verbundsystem mit den Fachverbänden und Bündeln in Nordrhein-Westfalen. Eigenverlag, Duisburg 2012. Der Grundaufbau des Handlungskonzepts und einzelne Textteile orientieren sich an dem von Margret Eberl entwickelten Handlungskonzept des KSB Gütersloh aus dem Jahr 2015.

³ Vgl. hierzu u.a. Ministerium für Generationen, Familie, Frauen und Integration des Landes Nordrhein-Westfalen (Hrsg.) (2010): *Nordrhein-Westfalen – FIT FÜR 2025. Gesellschaftspolitik im demografischen Wandel*. Eigenverlag, Düsseldorf sowie Zukunftskommission beim Ministerpräsidenten des Landes Nordrhein-Westfalen (Hrsg.) (2009): *Nordrhein-Westfalen 2025*.

Innovation und Solidarität – Bericht des Vorsitzenden der Zukunftskommission. Eigenverlag, Düsseldorf

⁴ Vgl. hierzu u.a. Robert Koch-Institut (Hrsg.) (2008): *Lebensphasenspezifische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in D. Ergebnisse des Nationalen Kinder- und Jugend surveys (KiGGS)*. Beiträge zur Gesundheitsberichtserstattung des Bundes

⁵ Vgl. hierzu Deutsche Diabetes-Union (Hrsg.) (2008): *Deutscher Gesundheitsbericht Diabetes 2009*. Kirchheim Verlag, Mainz.

Handlungskonzept „Bewegt GESUND bleiben im Kreis Unna!“

Verständnis von Gesundheit wandelt sich: Gesundheit muss selbst gestaltet werden.

Die Menschen in unserer Gesellschaft erkennen immer mehr, dass sie vor allem an den persönlich und gesellschaftlich geschaffenen Lebensumständen erkranken. Folge dieser wachsenden Sensibilität ist eine größere Aufmerksamkeit dem eigenen Körper, dem eigenen Verhalten und der alltäglichen Lebenswelt gegenüber. Gezielte Aktivitäten helfen nicht nur, das gesundheitliche Niveau zu stabilisieren, sondern auch die Lebensqualität zu steigern und möglichst bis ins hohe Alter zu bewahren.

Sport und Gesundheit gehören zusammen: Wer sich bewegt, lebt gesünder.

Für Kinder ist Bewegung ein nicht nachholbarer Entwicklungsfaktor. Mit zunehmendem Alter wird Bewegung ein wichtiger gesundheitlicher Schutzfaktor. Er beugt Erkrankungen vor und hilft bei der Krankheitsbewältigung. Untersuchungen belegen z. B., dass regelmäßige, moderate körperliche Aktivität, z. B. Walking oder Rad fahren, die Häufigkeit der Herz-Kreislaufkrankungen vermindert und die Sterblichkeitsrate im Vergleich zu gleichaltrigen Inaktiven senkt. In der Therapie und in der Rehabilitation von Erkrankungen des Herz-Kreislaufsystems, der Stoffwechselfunktionen sowie des Bewegungsapparates sind Bewegung und Sport schon lange feste Bestandteile. Aktive Menschen fühlen sich besser und sind weniger stressanfällig. Sie sind sensibler für Belastungs- und für Entspannungssituationen. Ihr günstiger Gesundheitsstatus schlägt sich auch in

weniger Krankheitstagen oder Phasen gesundheitlicher Beeinträchtigung nieder. Bewegung, Spiel und Sport können zudem die Sensibilität im Umgang mit dem eigenen Körper fördern und damit die Fähigkeit zu individuell angemessenen Gesundheitsverhalten unterstützen.

„Bewegt GESUND bleiben in NRW!“. Der KreisSportBund Unna e.V. ist dabei!

Vor dem Hintergrund des gesellschaftlichen Wandels und den daraus resultierenden Handlungsbedarfen für das Verbundsystem des gemeinwohlorientierten Sports in Nordrhein-Westfalen hat der Landessportbund NRW im Breitensport drei Programme konzipiert, die im Verbundsystem des gemeinwohlorientierten Sports landesweit umgesetzt werden: „NRW bewegt seine KINDER!“, „Bewegt GESUND bleiben in NRW!“ und „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“. Der KreisSportBund Unna e.V. engagiert sich in allen drei Programmen. Das vorliegende Handlungskonzept bildet die Grundlage für sein Engagement im Programm „Bewegt GESUND bleiben in NRW!“, das er seit 2013 aktiv im Kreis Unna umsetzt⁶.

Ausgehend von einer Ist-Stand-Beschreibung werden Handlungsschwerpunkte beschrieben und Zielstellungen formuliert, die bis 2020 systematisch umgesetzt werden sollen. Berücksichtigt werden zudem die Ergebnisse des im Rahmen des Landesprogramms im Herbst 2014 beim KreisSportBund Unna e.V. durchgeführten „Marketing-Checks“.

⁶ Weitere Bezüge stellen dar: Landessportbund Nordrhein-Westfalen (Hrsg.): Chancen ergreifen, Perspektiven schaffen, unsere Gesellschaft mitgestalten - Vereinsport 2020. Grundorientierung. Eigenverlag. Duisburg 2011 sowie Landessportbund Nordrhein-Westfalen (Hrsg.): Sport für Alle in Nordrhein-Westfalen - Breitensportprogramm der Landesregierung und des Landessportbundes NRW. Eigenverlag. Duisburg 2012



3. Der KreisSportBund Unna e.V. und seine Vereine

Selbstverständnis

Unter dem Dach des KreisSportBundes Unna e.V. sind aktuell 458 Sportvereine mit 104.184 Mitgliedern - davon 43.056 weiblichen und 61.128 männlichen Geschlechts - (Stand: 01.01.2016) sowie zehn Stadt- und Gemeindegemeinschaften und 59 Fachschaften (Sportarten) organisiert.

Sportarten / Fachschaften	Anzahl der Vereine
Aikido	3
Allgemeine Sportart	3
Badminton	14
Base- / Softball	1
Basketball	12
Behindertensport	40
Betriebssport	6
Billard	9
Boule und Pétanque	4
Bowling	1
Boxen	8
CVJM Sport	3
Dart	2
DJK Sport	5
DLRG	15
Eishockey	1
Eissport	7
Floorball	1
Fußball	61
Gehörlosensport	1
Golf	3
Handball	21
Hapkido	4
Hockey	2
Taekwondo	1
Judo	15
Ju-Jutsu	4
Kanu	12
Karate	5
Kegeln	1
Kneipp-Bund	1

Handlungskonzept „Bewegt GESUND bleiben im Kreis Unna!“

Leichtathletik	29
Luftsport	4
Moderner Fünfkampf	2
Motorsport	9
Motoryacht	2
Aikido	1
Radsport	7
Rasensport-Tauziehen	1
Reiten und Fahren	24
Ringen	2
Rollhockey	2
Rollkunstlauf und -tanz	2
Schach	13
Schützen	35
Schwimmen	18
Segeln	3
Ski	7
Sportfischen LWAF	5
Sportfischen	44
Sportakrobatik	2
Taekwondo	8
Tanzen	3
Tauchen	7
Tennis	36
Tischtennis	24
Triathlon	7
Turnen	47
Volleyball	24
Wu-Shu	2

Abb. 1: Sportarten und Anzahl der anbietenden Vereine im Kreis Unna

Der KreisSportBund e.V. versteht sich als

- » Dienstleister für Sportvereine und Sportverbände
- » Partner im politischen und gesellschaftlichen Raum
- » Anlaufstelle für alle Bürgerinnen und Bürger
- » Servicestelle und Dienstleister zu Fragen rund um den Sport
- » Gesundheits- und Bildungsakteur

Den Sport vor Ort stärken

Ziel unserer Arbeit ist es, den gemeinwohlorientierten Sport im Kreis Unna zu stärken und zukunftssicher aufzustellen. Wir wollen Sportvereine und Sportverbände durch gezielte Förderung und geeignete Maßnahmen in die Lage versetzen, Sport- und Bewegungsangebote für Menschen jeden Alters zu erschließen und vorhalten zu können.

Wir wollen fit machen für die Anforderungen, die der demografische und gesellschaftliche Wandel an Sportvereine und Sportverbände stellt, Impulse geben für eine zeitgemäße Vereinsentwicklung und dabei beratend, unterstützend und mitgestaltend tätig sein.

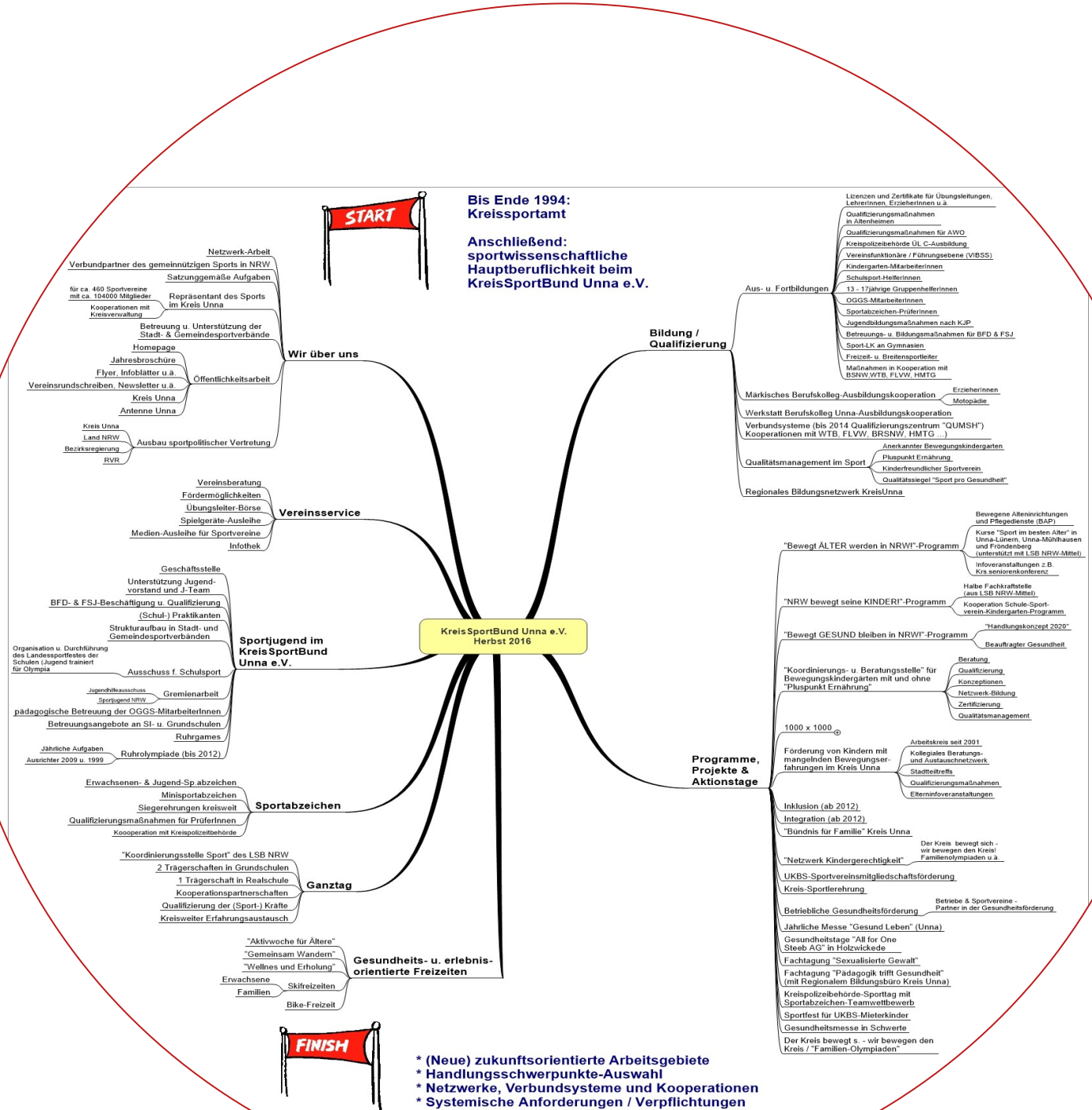
Im Verbundsystem arbeitet der KreisSportBund Unna e.V. in einigen Feldern mit den beiden im Kreis Unna (Kamen) ansässigen Fachverbänden – Fußball- und Leichtathletik-Verband Westfalen e.V. (FLVW) und Westfälischer Tennis-Verband (WTV) – zusammen.



Handlungskonzept „Bewegt GESUND bleiben im Kreis Unna!“

Profil und Leistungsspektrum

Das folgende Schaubild veranschaulicht das Spektrum der verschiedenen Handlungsfelder und Serviceleistungen des KreisSportBundes Unna e.V. Als Netzwerkpartner gemeinsam mit dem Landessportbund NRW, der Kreisverwaltung Unna, den Sportvereinen im Kreis Unna, Kindergärten, Schulen und weiteren Akteuren aus dem Bildungs- Arbeits-, Sozial- und Gesundheitssektor verändern sich Aufgaben, Arbeitsgebiete, Leistungen, Kooperationen, Aktivitäten u. ä. oftmals, so dass die untere Abbildung nur als schnell vergängliche „Momentaufnahme“ gesehen werden kann.



Mitglieder

Im Kreis Unna sind 104.181 BürgerInnen (davon 43.065 weiblichen Geschlechts und 61.161 männlichen Geschlechts) in einem der 459 Sportvereine organisiert (Stand: 1.1.2016). Das entspricht einem Organisationsgrad von 26,6 %. Die Mitgliederentwicklung im KreisSportBund Unna e.V. spiegelt den Wandel wider, der die Sportlandschaft NRWweit kennzeichnet. Die Zahl der Vereine nimmt ab. Auch die Gesamtzahl der Mitglieder in den Sportvereinen nimmt aufgrund der demografischen Entwicklung im Kreis Unna ab. Der Organisationsgrad der

Bevölkerung in den Sportvereinen ist jedoch weitgehend konstant. Begründet ist dieses in der Tatsache, dass viele Kommunen im Kreis Unna einen Einwohner-Rückgang registrieren, sodass die Relation von Bewohnern und Sportvereinsmitgliedschaften nahezu identisch geblieben ist. Bei den Absolutzahlen ist ein Rückgang im Bereich der Kinder- und Jugendlichen sowie der 20 bis 40jährigen Erwachsenen und ein deutlicher Zuwachs in den Altersklassen ab 41 bis 60+ zu verzeichnen.

Der KSB Unna reagiert auf den daraus erwachsenden Handlungsbedarf u.a. durch die Beteiligung an den Programmen des Landessportbundes NRW. Vielfältige Aktivitäten erfolgen schon seit mehreren Jahren in den nachfolgenden Landesprogrammen:

» **„NRW bewegt seine KINDER!“**

(Zertifizierung von Bewegungskindergärten, offizielle Kooperationen von Schulen und Sportvereinen, Vielzahl von Qualifizierungsmaßnahmen für die Multiplikatoren in der Arbeit mit der Zielgruppe „Kinder“, Qualitätszirkel, Träger-schaften Offener Ganztages-schulen, des KreisSportBundes Unna e.V. im Rahmen der Offenen Ganztages-schulen u.v.m.)

» **„Bewegt ÄLTER werden in NRW!“**

(Angebotsentwicklung, Netzworkebildung, Qualifizierungsmaßnahmen für die Multiplikatoren in der Arbeit mit der Zielgruppe „Ältere“ – inkl. Pflegekräfte u.a. wie z. B. im Modellprojekt „Bewegende Alteneinrichtungen und Pflegedienste“, Aktionstage u.v.m.)

» **„Bewegt GESUND bleiben in NRW!“**



Handlungskonzept „Bewegt GESUND bleiben im Kreis Unna!“

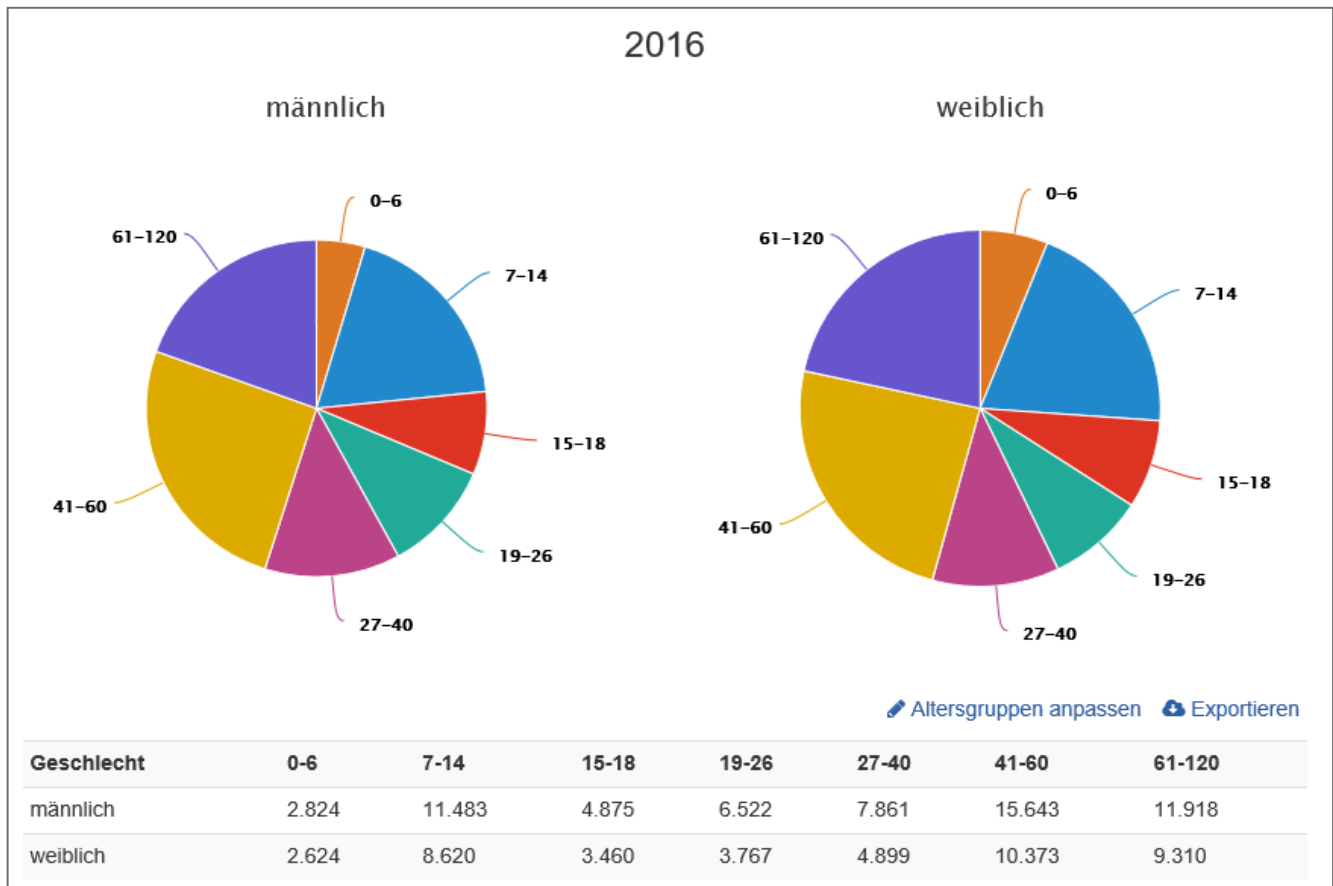


Abb. 3: Altersverteilung der Sportvereinsmitglieder im Kreis Unna 2016
(Quelle: Bestandserhebung 2016 LSB NRW)



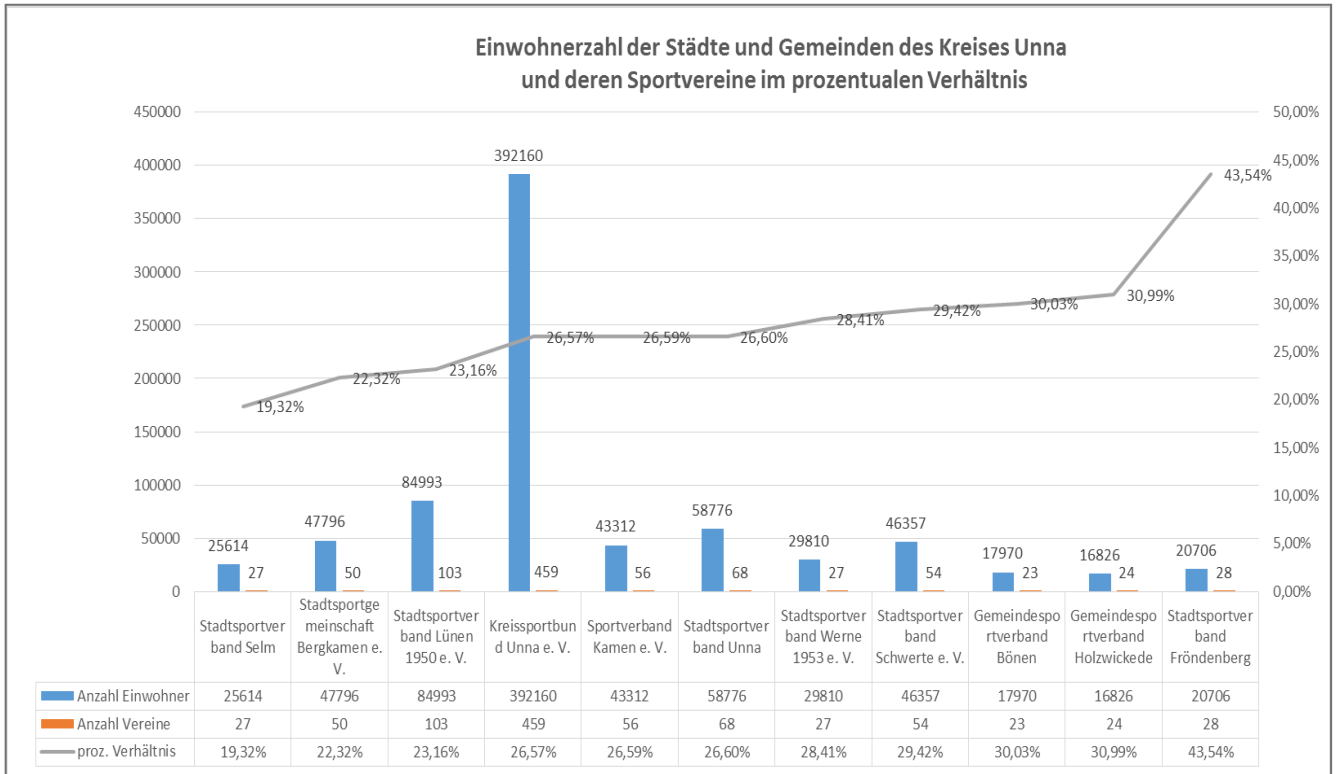


Abb. 4: Zahl der Einwohner und der Vereine sowie der Organisationsgrad in den Städten und Gemeinden im Kreis Unna (Quelle: Bestandserhebung 2016 LSB NRW)

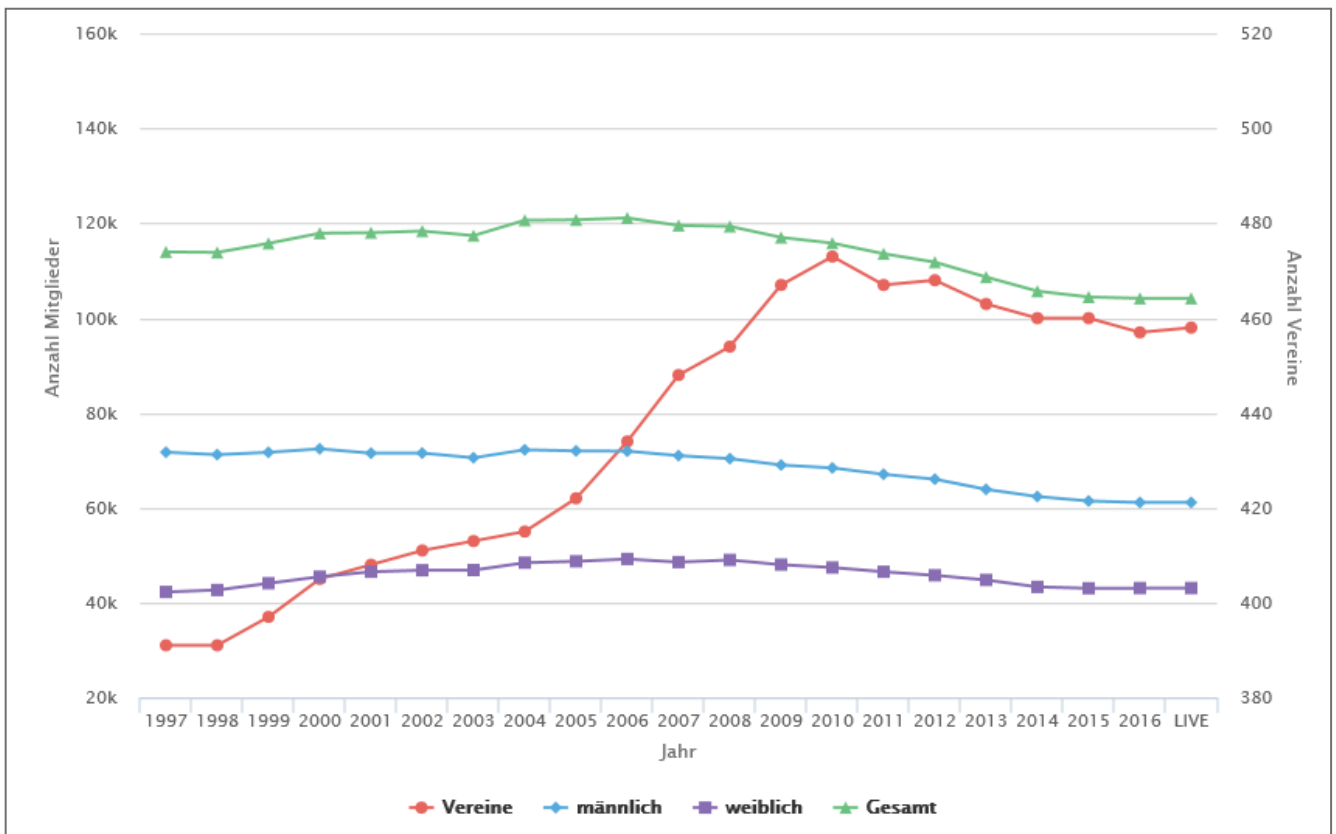


Abb. 5: Mitgliederentwicklung KSB Unna gesamt seit 1997 (Quelle: Bestandserhebung 2016 LSB NRW)

Handlungskonzept „Bewegt GESUND bleiben im Kreis Unna!“

Vereinsangebote mit dem Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT

Das Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT wurde im Oktober 2000 durch den Deutschen Sportbund bundesweit und ein halbes Jahr später (April 2001) vom Landessportbund in Nordrhein-Westfalen eingeführt. Es ist die Dachmarke des Sports für besonders qualitätsgesicherte und geprüfte Sportangebote im Bereich der Prävention/Gesundheitsförderung. Es umfasst auch den „PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB“ des Deutschen Turner-Bundes sowie „Gesund und fit im Wasser“ des Deutschen Schwimmverbandes.

Es gibt Angebote in folgenden Bereichen:

- » Haltungs- und Bewegungssystem
- » Herz-Kreislaufsystem
- » Stressbewältigung und Entspannung
- » Gesundheitsförderung für Kinder
- » Gesundheitsförderung für Ältere.

Die Teilnahme an diesen Angeboten kann von den Krankenkassen nach § 20 SGB V bezuschusst werden.

17 Vereine im Kreis Unna bieten insgesamt 196 SPORT PRO GESUNDHEIT-Angebote an (Oktober 2016). Das sind gut 3,7% aller Vereine und ca. 4,3 Angebote pro 100.000 Einwohner. Der Kreis Unna nimmt damit bei der Angebotsdichte im Landesvergleich einen vorderen Platz ein.

Zum überwiegenden Teil werden Angebote im Bereich des Muskel-Skelettsystems z. B. bei Rückenbeschwerden, durchgeführt. Die übrigen Bereiche fallen stark ab. Im Angebotsbereich „Stressbewältigung und Entspannung“ gibt es kein Angebot, was jedoch im landesweiten Vergleich kein Ausnahme-Phänomen darstellt.

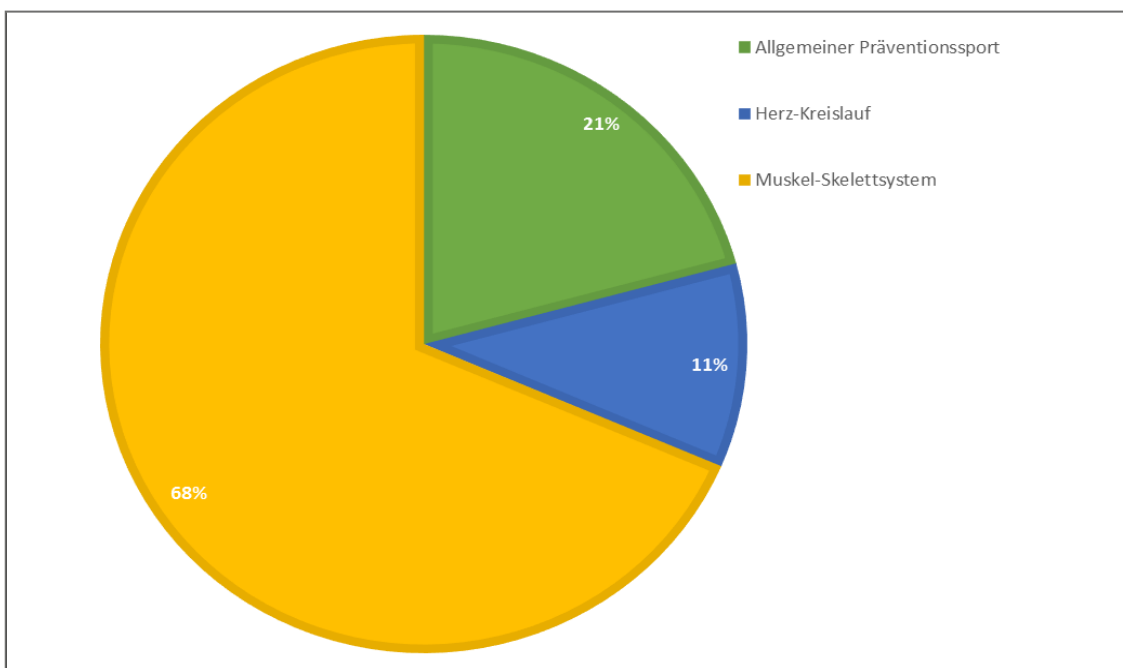


Abb. 6: Aufteilung der SPORT PRO GESUNDHEIT-Angebote im Kreis Unna nach Bereichen bezogen auf die insgesamt 198 Angebote (Quelle: LSB NRW 2015)



Die Recherchen für das vorliegende Handlungskonzept ergaben u.a., dass Lünen (mit 85.867 Einwohnern die größte Stadt des Kreises Unna) und die Stadt Selm mit 26.603 Einwohnern über kein einziges Angebot mit dem Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT besitzen. Siehe dazu die Abbildungen sechs bis neun.

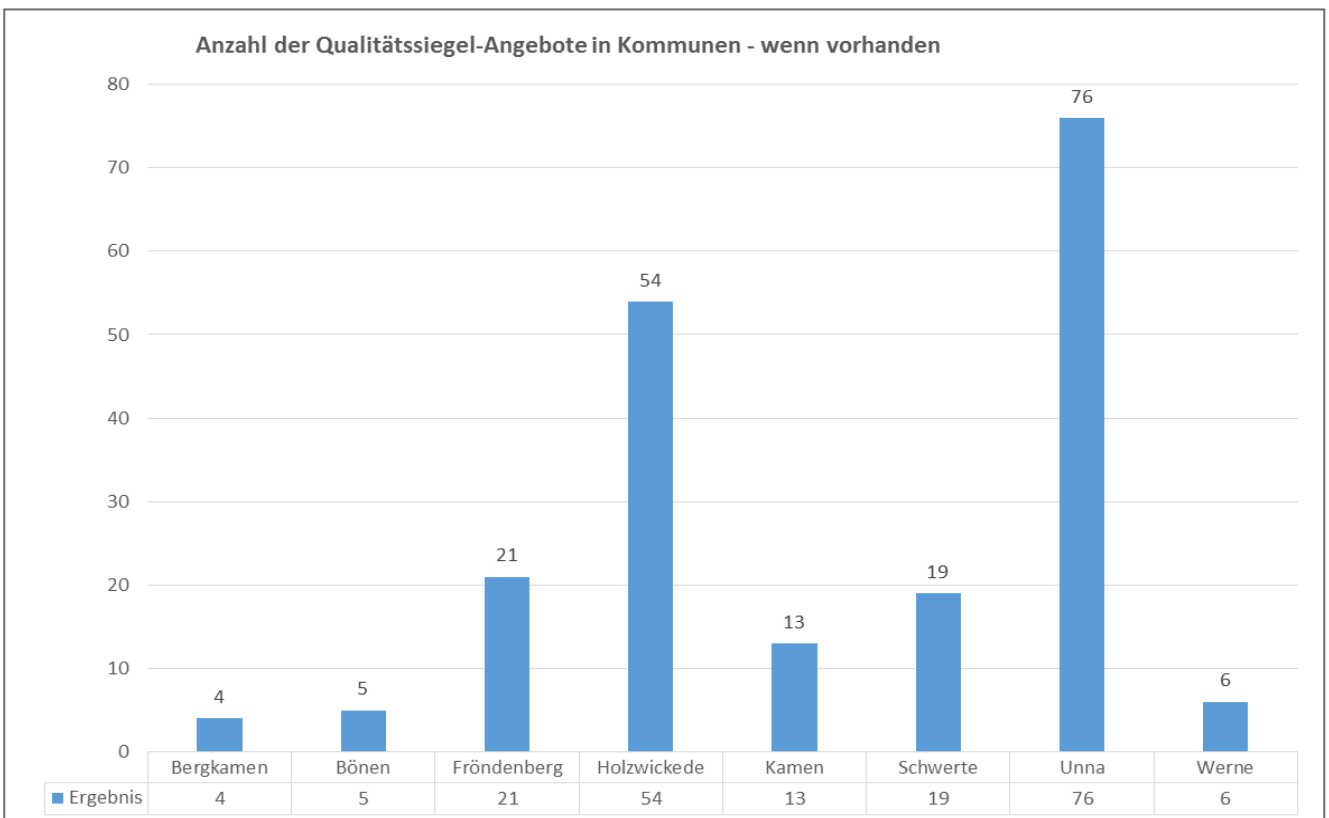


Abb. 7: Anzahl der Qualitätssiegel-Angebote in Kommunen – wenn vorhanden
(Quelle: LSB NRW Oktober 2016)

Handlungskonzept „Bewegt GESUND bleiben im Kreis Unna!“

Die nachfolgende Abbildung acht verdeutlicht die Relation von allen Sportvereinen im Kreis Unna zu denen mit Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT in den zehn Städten und Gemeinden. Auffällig ist, dass die Städte Lünen und Selm kein einziges Angebot mit dem Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT besitzen.

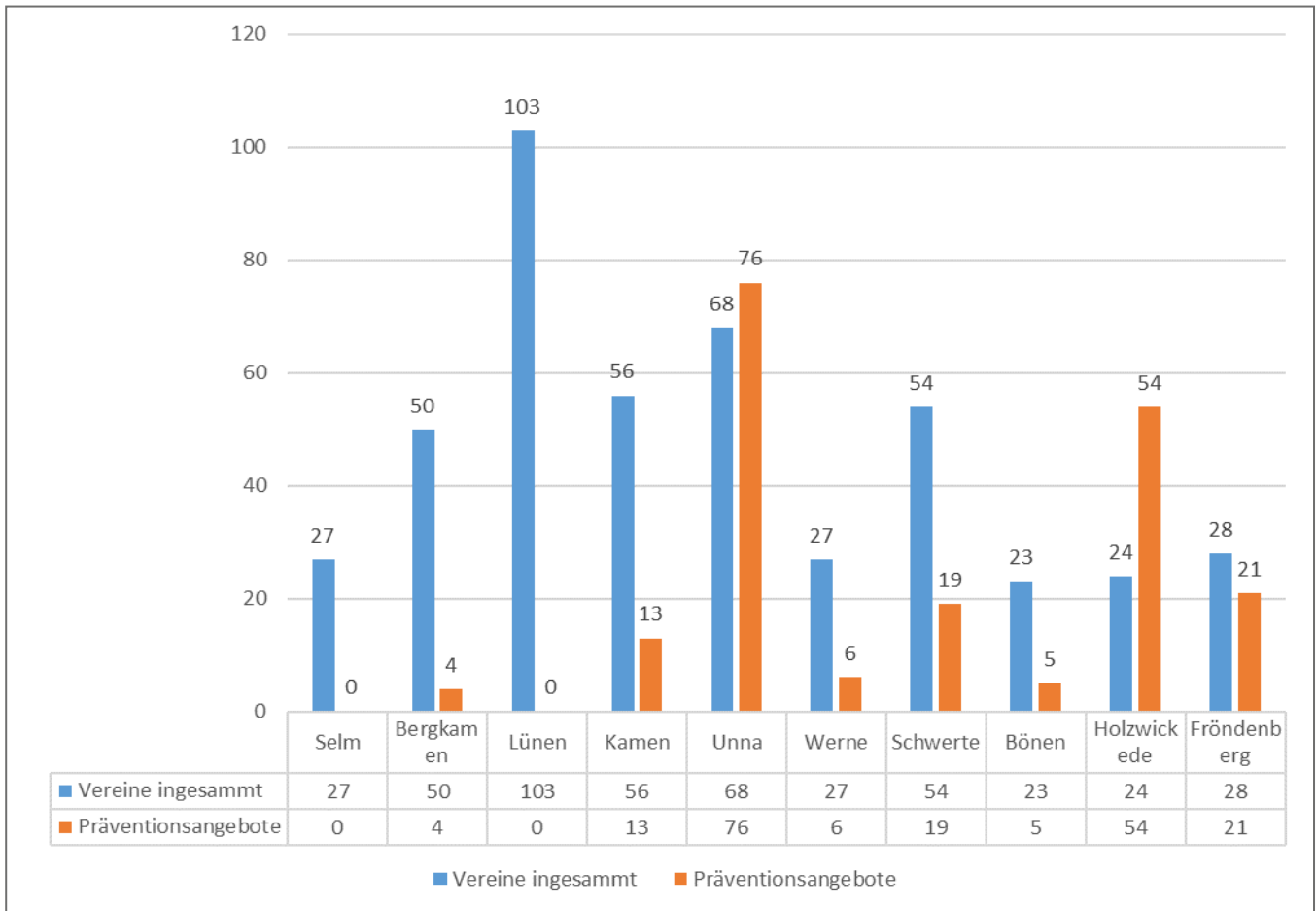


Abb. 8: Die Städte und Gemeinden im Kreis Unna mit der Gesamtzahl ihrer Vereine und – wenn vorhanden – der Zahl der Vereine mit Qualitätssiegel (Quelle: LSB NRW Oktober 2016)

Bei der Abbildung acht auf Seite 16 ist allerdings zu beachten, dass eine ganze Reihe von Qualitätssiegel-Angeboten in den Städten Bergkamen, Bönen, Fröndenberg, Kamen, Schwerte und Unna nicht von ortsansässigen Vereinen durchgeführt werden, sondern von einem Sportverein, der seinen Sitz in der Gemeinde Holzwickede hat.

Die genaue Zuordnung der zertifizierten Präventionsangebote zu den verantwortlichen Sportvereinen sind in der Abbildung zehn auf Seite 17 zu finden.

Vereine mit Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT	Angebotsanzahl
Werner Sport Club 2000 e.V.	3
Verein für Leibesübungen Kamen Corp. 1854-Turnabt.	1
TV Eintracht Lünern-Stockum 1898 (Unna)	3
Turnverein Werne 1903 e.V.	3
Turngemeinde Heeren-Werve 1926 e.V. (Kamen)	8
TLV Rünthe v. 1977 e.V. (Bergkamen)	1
TG Holzwickede v.1884 e.V.	1
SV Holzwickede 1912/29 e.V.	1
Rehasport-Gesundheitshaus - Kurbad-Kamen	2
Medi-Sport e.V. (Fröndenberg)	3
Malteser Hilfsdienst e.V. (Schwerte)	1
KreisSportBund Unna e.V.	5
Kneipp-Verein Unna e.V.	15
Holzwickeder Sport Club e.V.	138
Gesamtschul-Sportverein Fröndenberg 1972	4
aktivTreff Ruhr-Verein für Gesundheitssport und Fitsein im Alltag e. V. (Schwerte)	7
Gesamtergebnis	196

Abb. 9: Registrierte Vereine mit Qualitätssiegel-Angeboten und deren Anzahl im gesamten Kreisgebiet
(Quelle: LSB NRW Oktober 2016)



Handlungskonzept „Bewegt GESUND bleiben im Kreis Unna!“

Kommunen und Vereine	Anzahl von Angeboten
Bergkamen	4
Holzwickeder Sport Club e.V.	3
TLV Rünthe v. 1977 e.V.	1
Bönen	5
Holzwickeder Sport Club e.V.	4
Malteser Hilfsdienst e. V.	1
Fröndenberg	21
Gesamtschul-Sportverein Fröndenberg 1972	4
Holzwickeder Sport Club e.V.	14
Medi-Sport e.V.	3
Holzwickede	54
Holzwickeder Sport Club e.V.	53
TG Holzwickede v.1884 e.V.	1
Kamen	13
Holzwickeder Sport Club e.V.	2
Rehasport-Gesundheitshaus - Kurbad-Kamen	2
Turngemeinde Heeren-Werve 1926 e.V.	8
Verein für Leibesübungen Kamen Corp. 1854-Turnabt.	1
Schwerte	19
aktivTreff Ruhr-Verein für Gesundheitssport und Fitsein im Alltag e. V.	7
Holzwickeder Sport Club e.V.	10
Unna	76
Holzwickeder Sport Club e.V.	52
Kneipp-Verein Unna e.V.	15
KreisSportBund Unna e.V.	5
SV Holzwickede 1912/29 e.V.	1
TV Eintracht Lünern-Stockum 1898	3
Werne	6
Turnverein Werne 1903 e.V.	3
Werner Sport Club 2000 e.V.	3
Gesamtergebnis	196

Abb.10: Registrierte Vereine mit Qualitätssiegel-Angeboten und deren Anzahl in den jeweiligen Kommunen (Quelle: LSB NRW Oktober 2016)



Präventionssport

Angebote pro 100.000 Einwohner

2014

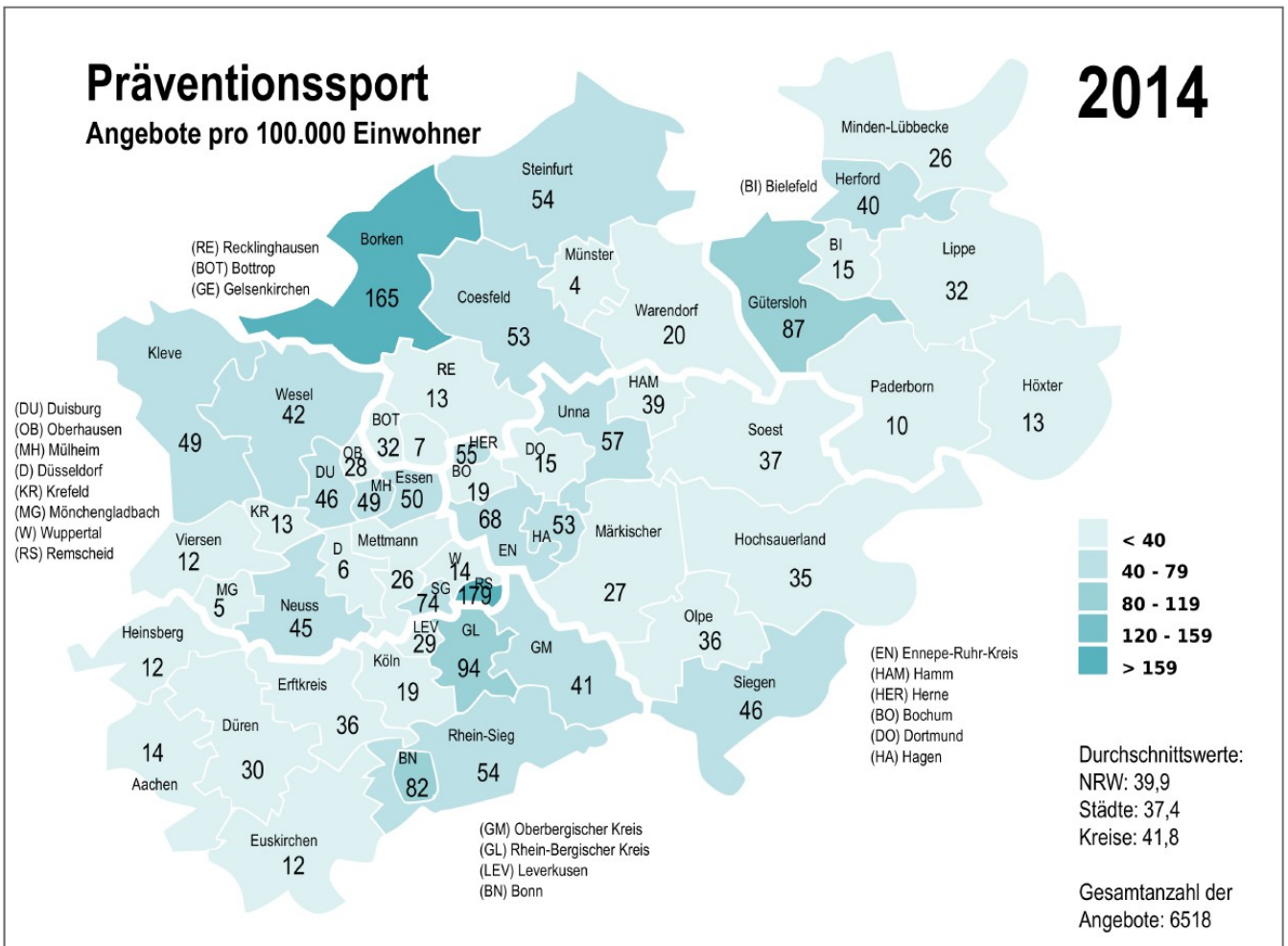


Abb. 11: Der KSB Unna mit den zertifizierten SPORT PRO GESUNDHEIT-Angeboten im NRW-Vergleich (Quelle: LSB NRW 2015)

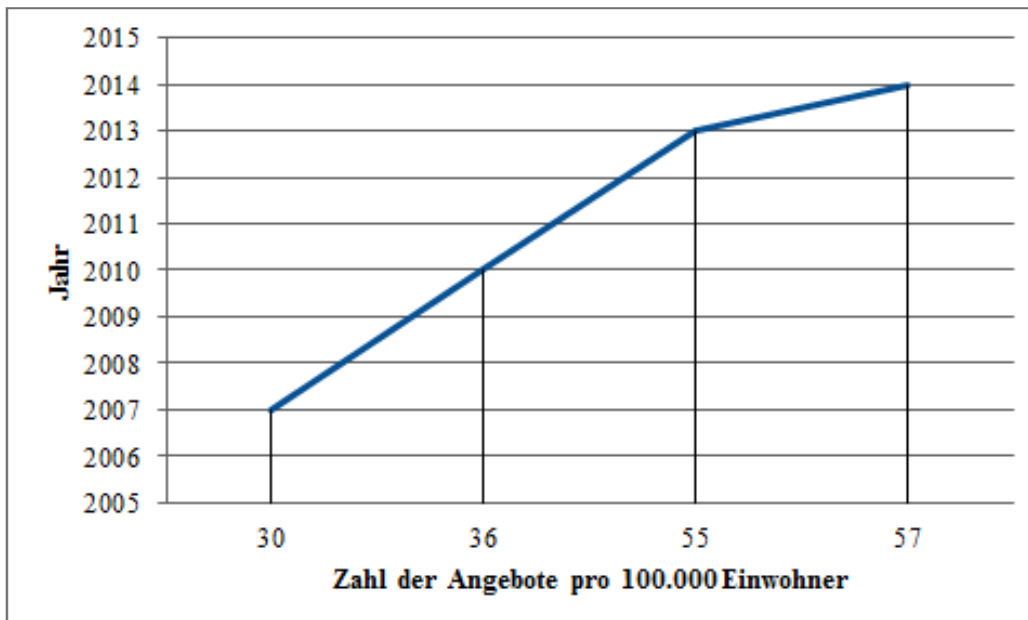


Abb. 12: Angebotsentwicklung der SPORT PRO GESUNDHEIT-Angebote von 2007 bis 2014 im Kreis Unna (Quelle: LSB NRW 2016)

Handlungskonzept „Bewegt GESUND bleiben im Kreis Unna!“

REHASPORT-Angebote der Vereine

Der REHASPORT wird ärztlich als eine ergänzende Leistung zur medizinischen Rehabilitation verordnet. Die Angebote werden u.a. vom Landessportbund NRW geprüft und unterliegen einem Qualitätssicherungssystem.

Es gibt Angebote für u.a. folgende Indikationen:

• Stütz- und Bewegungsapparat

- » Wirbelsäule-/ Haltungsschäden
- » Amputationen / Gliedmaßenschäden
- » Osteoporose
- » Gelenkschäden
- » Morbus Bechterew
- » Endoprothesen

• Sinnesbehinderungen

- » Sehbehinderung/Blindheit
- » Hörschädigungen/Gehörlosigkeit

• Peripheres zentrales Nervensystem

- » cerebrale Bewegungsstörungen
- » Parkinson
- » Epilepsie
- » Spina bifida
- » Multiple Sklerose
- » Schlaganfall
- » Querschnittslähmung
- » Poliomyelitis
- » Neurologie

• Geistige Behinderung

- » geistige Behinderungen
- » Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom (ADS)
- » Mehrfachbehinderungen

• Psychische Erkrankungen

- » Suchterkrankungen
- » Psychische Erkrankungen
- » Verhaltensstörung

• Krebsnachsorge

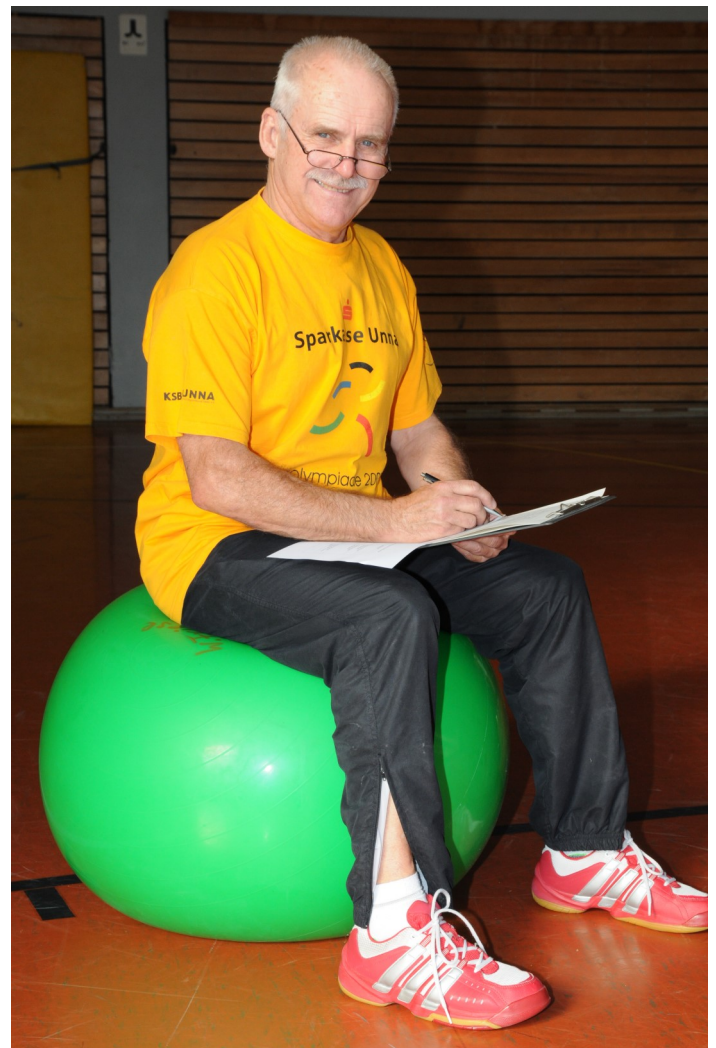
- » Brustkrebskrankungen
- » Prostata-/Blasenerkrankungen

• Herz-Kreislauf-Erkrankungen

• Diabetes

• Innere Erkrankungen

- » periphere arterielle Verschlusskrankheit
- » Asthma/Allergie/Lungensport



Die Kosten der ärztlich verordneten Teilnahme werden zeitlich befristet von den Sozialversicherungen nach § 44 SGB X übernommen.

Mit Stand Oktober 2016 bieten 10 Vereine im Kreis Unna 37 durch den Landessportbund NRW zertifizierte REHASPORT-Angebote an. Das sind knapp 8,1% aller Vereine und gut 9,4 zertifizierte REHASPORT-Angebote pro 100.000 Einwohner. Laut Behinderten- und Rehabilitationssportverband Nordrhein-Westfalen kommen im Kreis Unna noch 44 ihm angeschlossene Vereine hinzu, die entsprechende REHASPORT-Angebote durchführen. Insgesamt nimmt der Kreis Unna damit einen vorderen Platz im Landesvergleich ein (siehe Tabelle 12). Die Angebotsentwicklung seit 2007 erfolgt allerdings nur sehr langsam: von 542 Angebote im Jahr 2007 auf 585 Angebote 2014 bzw. von 129 auf 149 Angebote pro 100.000 Einwohner.

Zum überwiegenden Teil existieren Angebote im Bereich des Stütz- und Bewegungsapparates. Es folgen Angebote für Menschen mit geistiger Behinderung, mit Erkrankungen der inneren Organe und mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

	Wert	Ø KSB/SSB	Ø NRW
Stütz- und Bewegungsapparat	573,03 je 100k Einwohner	545,79 je 100k Einwohner	478,50 je 100k Einwohner
Sinnesbehinderung	0 je 100k Einwohner	0,13 je 100k Einwohner	0,29 je 100k Einwohner
Peripheres zentrales Nervensystem	16,34 je 100k Einwohner	15,90 je 100k Einwohner	14,00 je 100k Einwohner
Geistige Behinderung	23,74 je 100k Einwohner	27,62 je 100k Einwohner	26,21 je 100k Einwohner
Psychische Erkrankungen	2,55 je 100k Einwohner	1,52 je 100k Einwohner	1,74 je 100k Einwohner
Krebsnachsorge	3,83 je 100k Einwohner	3,78 je 100k Einwohner	3,84 je 100k Einwohner
Herz-/Kreislaufkrankungen	13,27 je 100k Einwohner	10,04 je 100k Einwohner	10,83 je 100k Einwohner
Diabetes	2,55 je 100k Einwohner	2,71 je 100k Einwohner	2,51 je 100k Einwohner
Innere Organe	16,59 je 100k Einwohner	13,07 je 100k Einwohner	14,19 je 100k Einwohner

*100k = 100.000

Abb. 13: REHASPORT-Angebote im Kreis Unna pro 100.000 Einwohner gegliedert nach Angebotsbereichen mit Vergleich zum Durchschnitt der anderen Kreissportbünde in NRW und Gesamtvergleich NRW (alle Stadt- und Kreissportbünde)
(Quelle: Basisdaten Stadt- und Kreissportbünde NRW des LSB NRW 2015)



Handlungskonzept „Bewegt GESUND bleiben im Kreis Unna!“

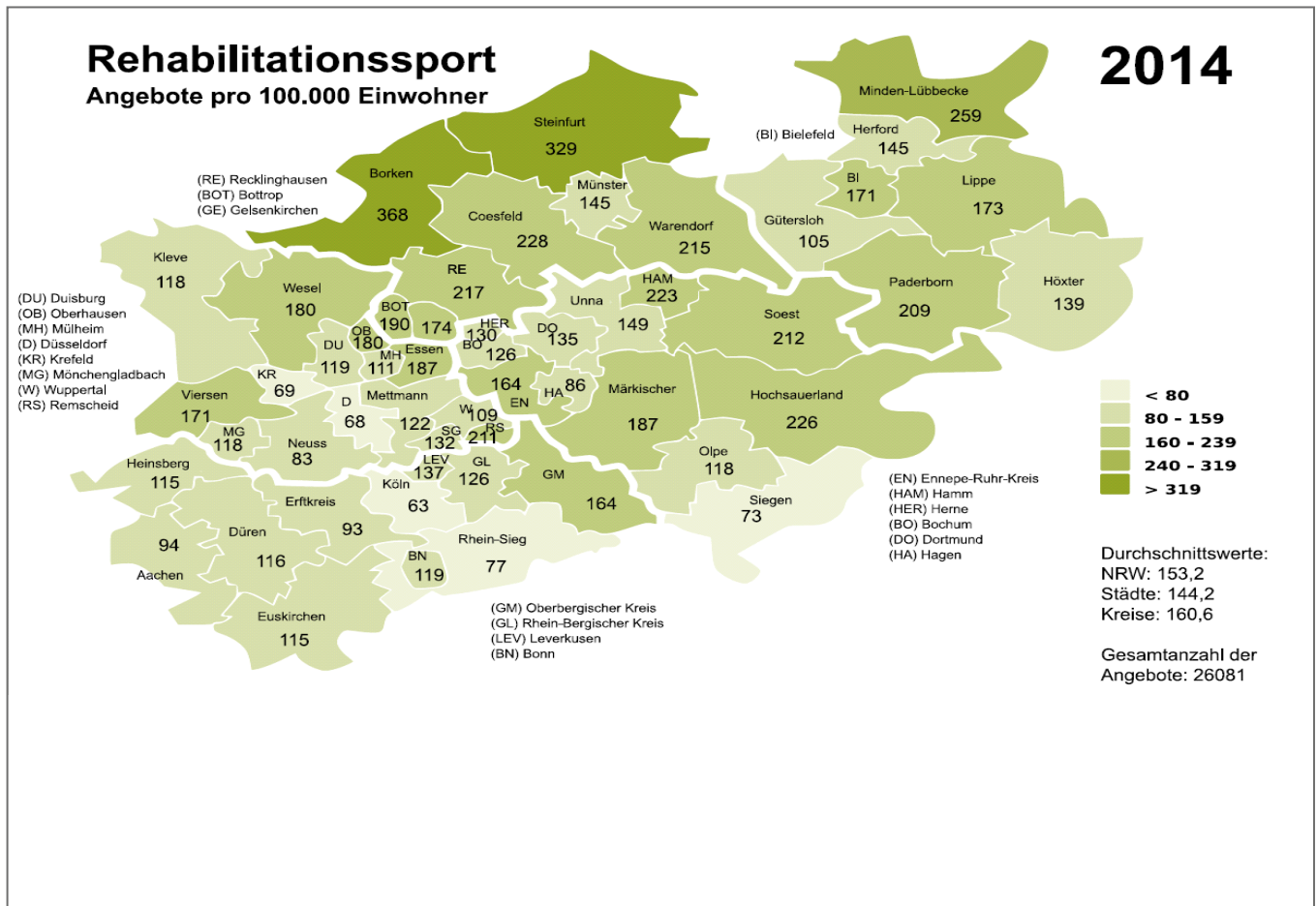


Abb. 14: Der KSB Unna mit den zertifizierten REHASPORT-Angeboten im NRW-Vergleich
 (Quelle: LSB NRW 2015)

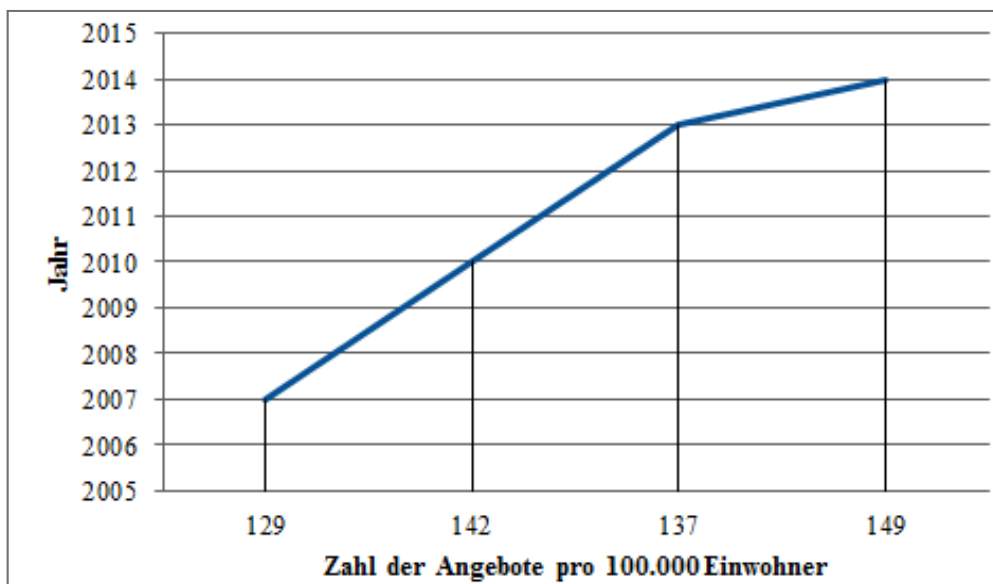


Abb. 15: Entwicklung der REHASPORT-Angebote von 2007 bis 2014 im Kreis Unna
 (Quelle: LSB NRW 2016)

Mitarbeiterqualifizierung für den Gesundheitssport

Die zertifizierten Gesundheitssportangebote in der Prävention und in der Rehabilitation werden von besonders aus- und fortgebildeten Übungsleitungen geleitet.

Die Übungsleiter-C-Lizenz (1. Lizenzstufe) ist die Grundausbildung. Die darauf aufbauende Übungsleiter-B-Lizenz (2. Lizenzstufe) umfasst folgende für die Angebote im Gesundheitssport relevanten Profile:

Sport in der Prävention

- Haltungs- und Bewegungssystem
- Herz-Kreislaufsystem
- Stressbewältigung und Entspannung
- Gesundheitsförderung für Kinder
- Gesundheitsförderung für Ältere

Sport in der Rehabilitation

- Orthopädie
- Innere Medizin
- Geistige Behinderungen
- Neurologie
- u.a.

Im Kreis Unna verfügen 1214 Personen über eine ÜL-C-Lizenz (Erfassung über Lizenzgültigkeit 31.12.15 – 31.12.20 mit Wohnort im Kreisgebiet) des Landessportbundes NRW. 331 Übungsleitungen haben zusätzlich eine ÜL-B-Lizenz.

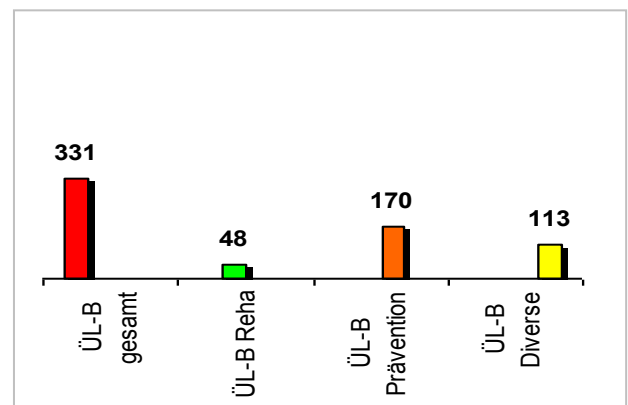
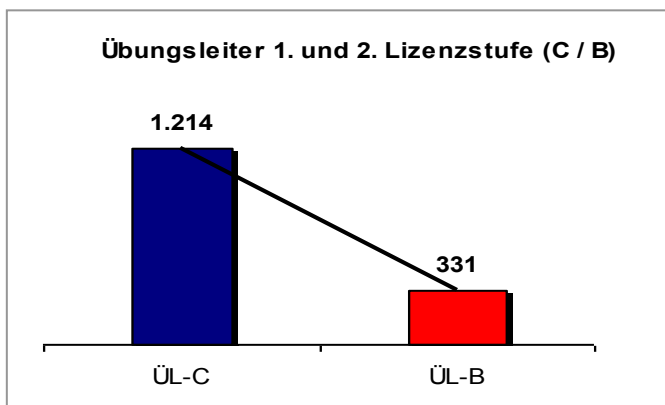


Abb. 16: Zahl der Übungsleitungen im Kreis Unna differenziert nach Lizenzart

Viele **REHASPORT-Angebote** im Kreis Unna werden auch durch den Behinderten- und Rehabilitationssportverband Nordrhein-Westfalen e. V. (BRSNW - Fachverband für Rehabilitation durch Sport) lizenzierten Übungsleitungen durchgeführt.

Nachfolgende Lizenzen sind beim BRSNW im Kreisgebiet registriert:

- » Orthopädie: 261 Lizenzen
 - » innere Medizin: 35 Lizenzen
 - » Neurologie: 33 Lizenzen
 - » Geistige Behinderung: 37 Lizenzen
 - » psychische Erkrankungen: 2 Lizenzen
- (Stand: September 2016)



Handlungskonzept „Bewegt GESUND bleiben im Kreis Unna!“

Die auf der vorherigen Seite zugrunde gelegten Zahlen von LizenzinhaberInnen sind Ende Oktober 2016 vom Landessportbund NRW übermittelt worden. Die Anzahl der in den Lizenzarten vom KreisSportBund Unna e.V. ausgebildeten Personen ist noch bedeutend größer. An den vielfältigen Qualifizierungsmaßnahmen des KSB Unna nehmen viele Menschen teil, die aus anderen Städten und Kreisen Nordrhein-Westfalens anreisen und ihre Ausbildung mit einer Lizenzerteilung abschließen. Aufgrund ihres Wohnortes sind diese allerdings nicht in der zuvor aufgelisteten Statistik erfasst.

Berücksichtigt wurden vom Landessportbund NRW folgende Lizenzarten:

1214 ÜL-C-InhaberInnen

331 LizenzinhaberInnen auf der 2. Lizenzstufe insgesamt - darunter:

- » Abenteuer- und Erlebnissport
- » Bewegungserziehung im Kleinkind- und Vorschulalter
- » ÜL-B Selbstbehauptung / Selbstverteidigung
- » ÜL-Prävention Haltung und Bewegung
- » ÜL-Prävention Gesundheitstraining für Ältere
- » ÜL-Prävention Gesundheitstraining für Kinder
- » ÜL-Prävention Stressbewältigung & Entspannung
- » ÜL-Rehabilitation Sport in der Krebsnachsorge
- » ÜL-Rehabilitation Sport in Herzgruppen
- » Vereinsmanager B
- » Bewegung, Spiel und Sport für 6 - 12jährige Kinder
- » ÜL-B Sport der Älteren-Aufbau
- » ÜL-Prävention Herz-Kreislauf
- » ÜL-Rehabilit. Sport bei Diabetes
- » ÜL-Rehabilitation Orthopädie



Abb. 17: Einordnung der Lizenzen und Qualifizierungswege ab 2017

4. Der Kreis Unna

Struktur

Der Kreis Unna ist einer der flächengrößten und bevölkerungsreichsten Kreise in Nordrhein-Westfalen. In den acht Städten und zwei Gemeinden leben gut 396.000 Menschen.

Die Stadt Lünen ist mit fast 86.000 Einwohnern die größte Stadt des Kreises, der insgesamt überwiegend ländlich geprägt ist. (Stand 31.12.2015, Quelle: www.kreis-unna.de)

Bevölkerung des Kreises Unna am 31.12.2015

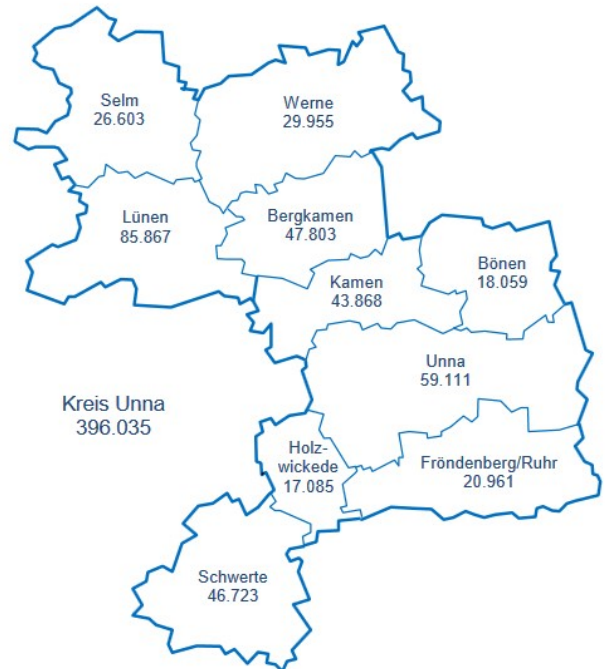


Abb. 18: Kommunen und Einwohnerzahlen
(Quelle: www.kreis-unna.de)

Bevölkerung des Kreises Unna am 31.12.2015			
Stadt/ Gemeinde	insgesamt	männlich	weiblich
Bergkamen	47.803	23.562	24.241
Bönen	18.059	8.790	9.269
Fröndenberg/Ruhr	20.961	10.293	10.668
Holzwickede	17.085	8.310	8.775
Kamen	43.868	21.485	22.383
Lünen	85.867	41.810	44.057
Schwerte	46.723	22.767	23.956
Selm	26.603	13.272	13.331
Unna	59.111	28.581	30.530
Werne	29.955	14.568	15.387
Kreis Unna	396.035	193.438	202.597

Quelle: Landesbetrieb Information und Technik Nordrhein-Westfalen (IT.NRW)
Bevölkerungsfortschreibung auf Basis des Zensus 2011

Abb. 19: Kommunen, Einwohnerzahlen und Geschlecht
(Quelle: www.kreis-unna.de)

Als etablierter Wirtschaftsstandort mit Sitz namhafter Unternehmen¹ ist der Kreis Unna ein Zuzugsgebiet mit vergleichsweise hoher Lebensqualität.

¹A(wie z. B. in Bergkamen: Bayer Pharma AG, in Bönen: KIK Textilien & Non-Food Holding GmbH, in Holzwickede: Montanhydraulik GmbH, in Kamen: IKEA, in Lünen: Caterpillar Global Mining Europe GmbH, in Unna: GKN Stromag GmbH)

Handlungskonzept „Bewegt GESUND bleiben im Kreis Unna!“

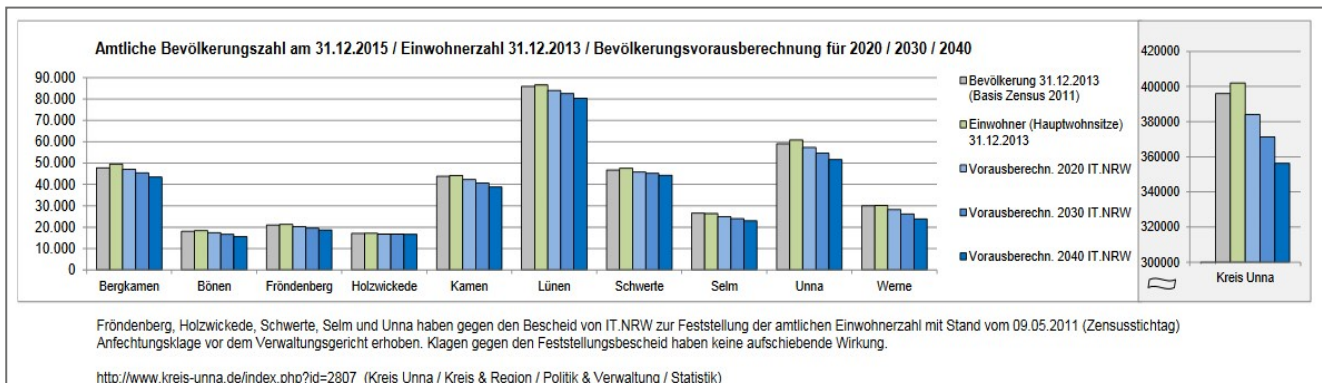


Abb. 20: Bevölkerungsvorausberechnung (Quelle: www.kreis-unna.de)

Versorgungsstrukturen – Demografie

Der Kreis Unna bietet seinen Bewohnern insgesamt gute Rahmenbedingungen, gekennzeichnet durch niedrige Lebenshaltungskosten, einer hohen Dichte an Kindergärten und Schulen, Versorgungs- und Betreuungseinrichtungen sowie attraktiven Kultur- und Freizeitangeboten. Flächendeckend gibt es offene Ganztagschulen und Familienzentren. Der Gesundheitsbericht des Kreises Unna weist eine gute medizinische Versorgungslage speziell auch im klinischen Bereich aus. Dies schließt die Betreuung älterer Menschen mit ein. Kennzeichnend ist die vergleichsweise niedrige Arbeitslosenquote, die mit 21,5% (Jahresdurchschnitt 2015) deutlich unter den Werten in NRW und dem Bundesdurchschnitt liegt.

Demografische Situation

Das Durchschnittsalter liegt im Kreis Unna bei 44 Jahren (Quelle: www.kreis-unna.de). Die Einwohner sind damit im Schnitt jünger als in vergleichbaren Kreisen in NRW. Die Bevölkerungszahl ist sinkend. In Bezug auf die Bevölkerungsalterung geht der demografische Wandel auch am Kreis Unna nicht vorbei.

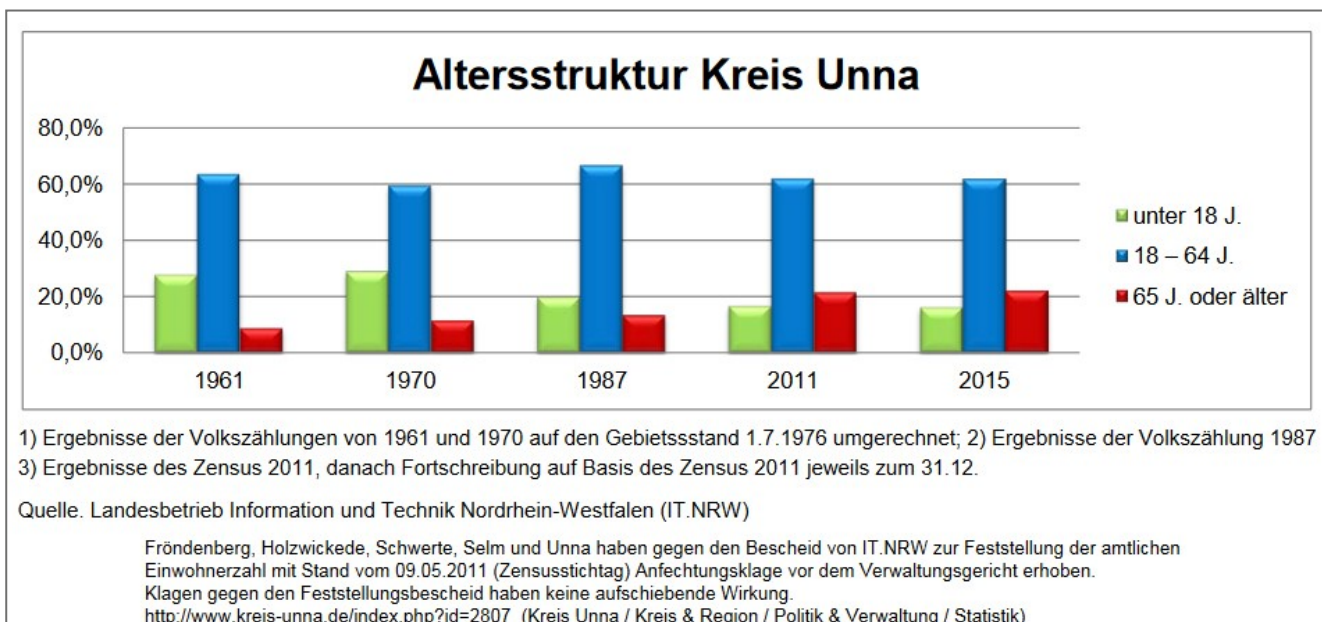
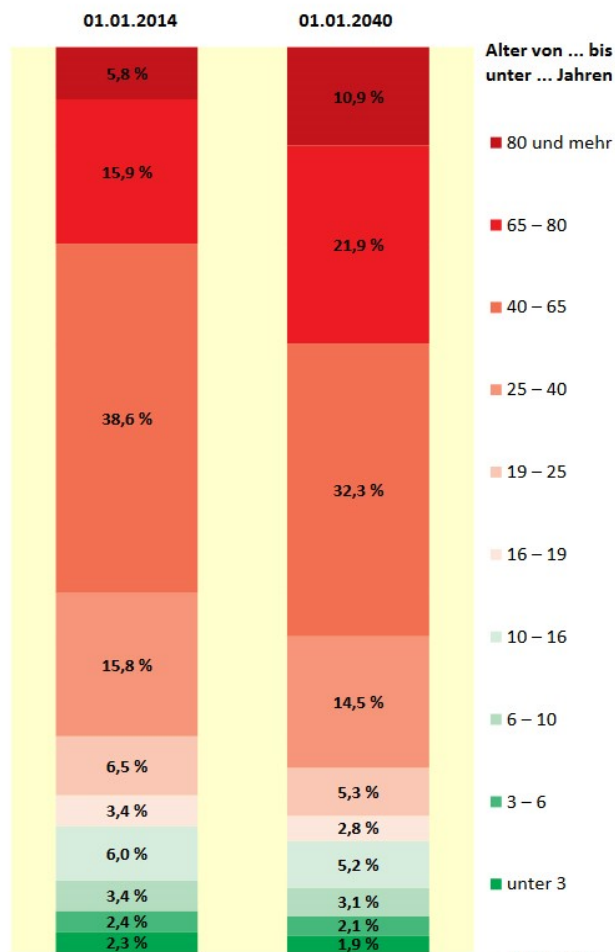


Abb. 21: Altersstruktur (Quelle: www.kreis-unna.de)

**Bevölkerungsentwicklung in den
kreisfreien Städten und Kreisen
Nordrhein-Westfalens 2014 bis 2040^{*)}
nach Altersgruppen:
Kreis Unna**

Alter von ... bis unter ... Jahren	01.01.2014	01.01.2040	Veränderung vom 01.01.2014 bis 01.01.2040
unter 3	8 900	6 900	-22,3 %
3 – 6	9 300	7 600	-17,7 %
6 – 10	13 200	11 100	-15,7 %
10 – 16	23 500	18 400	-21,4 %
16 – 19	13 400	9 900	-26,3 %
19 – 25	25 400	18 900	-25,6 %
25 – 40	61 900	51 700	-16,6 %
40 – 65	151 100	115 100	-23,8 %
65 – 80	62 300	77 900	+25,1 %
80 und mehr	22 700	38 700	+70,8 %
insgesamt	391 600	356 300	-9,0 %



^{*)} Ergebnisse der Bevölkerungsvorausberechnung 2014 bis 2040/2060

Quelle: Landesbetrieb Information und Technik Nordrhein-Westfalen (IT.NRW)

Grafik: IT.NRW



Abb. 22: Bevölkerungsentwicklung
nach Altersgruppen
(Quelle: www.kreis-unna.de)

Handlungskonzept „Bewegt GESUND bleiben im Kreis Unna!“

Der aktuelle Demographiebericht prognostiziert ein deutliches Anwachsen der über 60-jährigen und der Hochbetagten in allen Städten und Gemeinden des Kreises Unna.

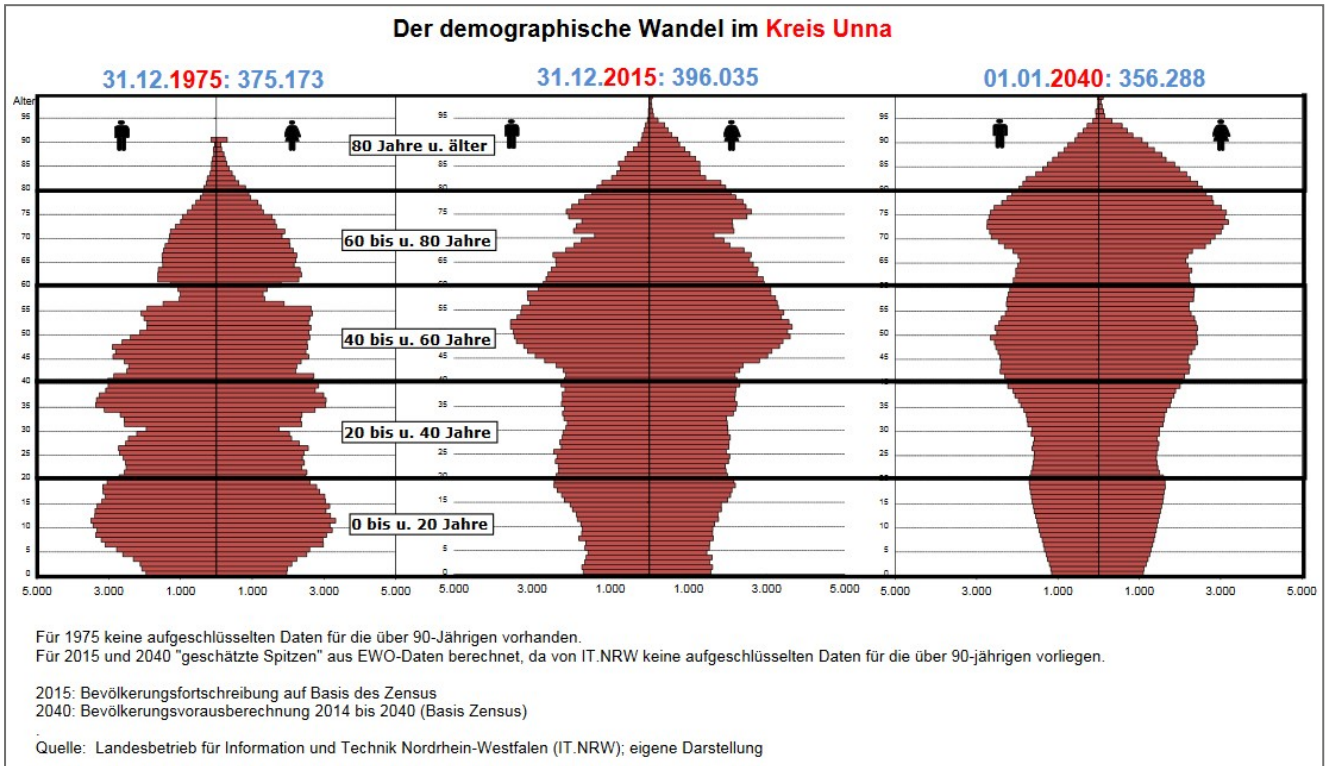


Abb. 23: Demographischer Wandel im Kreis Unna (Quelle: www.kreis-unna.de)



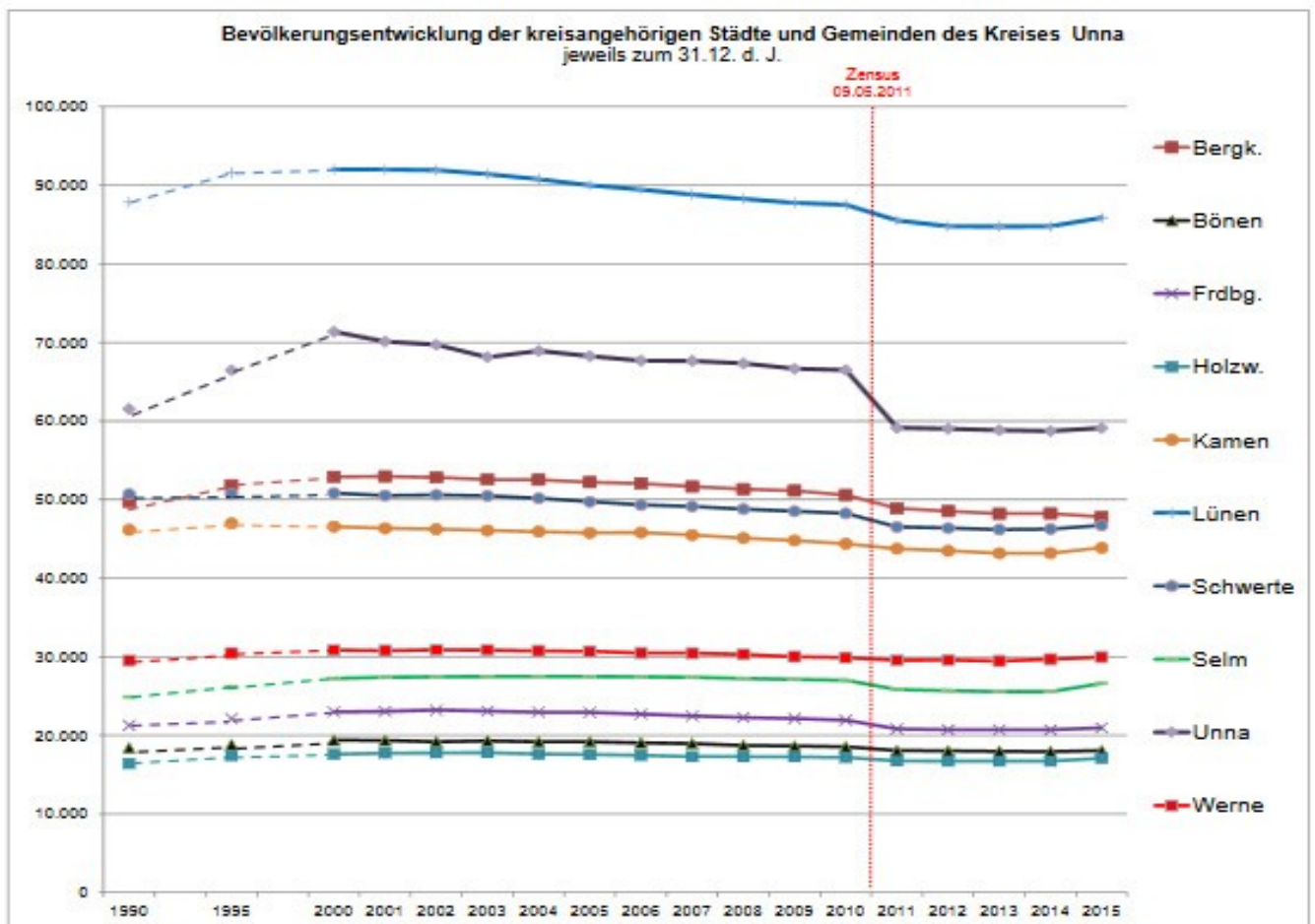
Bevölkerungsentwicklung im Kreis Unna (jeweils 31.12. d.J.)

Stadt/Gemeinde	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015
Bergkamen	52.564	52.517	52.225	52.054	51.661	51.328	51.149	50.587	48.892	48.534	48.209	48.218	47.803
Bönen	19.298	19.175	19.181	19.059	18.960	18.717	18.630	18.533	18.057	18.023	17.980	17.934	18.059
Frdbg./Ruhr	23.074	22.952	22.903	22.694	22.458	22.266	22.135	21.915	20.806	20.698	20.705	20.695	20.961
Holzwickede	17.797	17.620	17.571	17.446	17.305	17.283	17.264	17.180	16.754	16.725	16.721	16.722	17.085
Kamen	46.077	45.931	45.767	45.816	45.494	45.103	44.803	44.398	43.765	43.496	43.177	43.189	43.868
Lünen	91.450	90.800	90.022	89.456	88.832	88.297	87.783	87.530	85.554	84.798	84.775	84.783	85.867
Schwerte	50.497	50.175	49.730	49.326	49.132	48.797	48.523	48.259	46.518	46.376	46.198	46.270	46.723
Selm	27.490	27.496	27.472	27.456	27.398	27.247	27.123	27.001	25.827	25.697	25.553	25.557	26.603
Unna	68.132	68.932	68.264	67.680	67.662	67.342	66.652	66.502	59.145	59.015	58.856	58.724	59.111
Werne	30.840	30.747	30.695	30.477	30.451	30.299	29.994	29.901	29.555	29.578	29.448	29.682	29.955
Kreis Unna	427.219	426.345	423.830	421.464	419.353	416.679	414.056	411.806	394.873	392.940	391.622	391.774	396.035

Quelle: Landesbetrieb Information und Technik Nordrhein-Westfalen (IT.NRW)

bis 2010: Bevölkerungsfortschreibung auf Basis der Volkszählung 1987

ab 2011: Endgültige Bevölkerungsfortschreibung auf Basis des Zensus 2011



Handlungskonzept „Bewegt GESUND bleiben im Kreis Unna!“

Sport – Politik – Verwaltung: eine starke Allianz im Kreis Unna

Der Kreis Unna ist sportlich bewegt! Der KreisSportBund Unna e.V. ist nicht nur als Sportorganisation, sondern auch als gesellschaftliche Kraft und verlässlicher Partner von Politik und Verwaltung in den Bereichen Bildung, Gesundheitsförderung und Breitensportlicher Arbeit etabliert. Bereits im Jahr 1990 vereinbarte er mit dem Kreis Unna einen „Pakt für den Sport“. Diese Allianz bildet seither die Basis für eine vielseitige, positive (Breiten-) Sportentwicklung. Seitdem erfolgt auch eine systematische Zusammenarbeit im Bereich „Gesundheit“. Fachtagungen wie z. B. „Kids in Bewegung“, „Lernen in Bewegung“, „Sexualisierte Gewalt“, „Mobbing im Netz“, die flächendeckende Einführung des „Anerkannten Bewegungskindergartens“, die Mitarbeit im „Bündnis für Familie“ und der „Kreissenorenkonferenz“ oder auch die sportlichen Angebote rund um das Kreishaus bei seiner Wiedereröffnung nach umfangreicher Renovierung sind dafür nur einige Beispiele.

Zusammenarbeit in der Kommunalen Gesundheitskonferenz

Die Kommunale Gesundheitskonferenz (KGK) des Kreises Unna ist ein hochrangig besetztes Gremium mit Mitgliedern u. a. der Krankenkassen, der kassenärztlichen Vereinigung, des Kinderschutzbundes, der Selbsthilfegruppen, der Wohlfahrtsverbände etc. Als Partner hat der KreisSportBund Unna e.V. darin mehrmals Auszüge aus seinen Arbeits- und Servicebereichen vorgestellt. Gemeinsam werden vereinbarte Gesundheitsziele im Kreis verfolgt.

Er bringt dabei die Bedeutung des organisierten Sports und die durch Sportvereine erbrachten Beiträge zur Gesundheit der Bürgerinnen und Bürger des Kreises ein. Der KreisSportBund Unna e.V. wirkte dabei auch in den Arbeitskreisen „Arbeit und Gesundheit“, „Fit and Food“, „Netzwerk Kindergerechtigkeit“ sowie im „Handlungsfeld Gesundheit“ mit.

5. Handlungskonzept 2020 „Bewegt GESUND bleiben im Kreis Unna!“

Sport und Gesundheit im Fokus der Sportentwicklung

Gesundheit ist ein gesellschaftlicher Megatrend. Das Aufgreifen dieses Themas ist eines der wichtigsten Segmente zur Zukunftssicherung der Sportvereine.

Gesundheit ist das höchste Lebensgut. In modernen Gesellschaften gilt Gesundheit überdies als Indikator für Leistungsfähigkeit und Teilhabe. Die persönliche Fitness und der Erhalt von Gesundheit stehen im Ranking einer wachsenden Zahl von „lifestyle-orientierten“ Menschen auf Platz eins.

Gesundheitsorientierte Bewegungsangebote werden daher in Zukunft verstärkt nachgefragt sein. Andererseits wachsen die zivilisationsbedingten Erkrankungen in erschreckendem Maße. Einschlägige Studien belegen, dass sich die Deutschen zu wenig bewegen.

Daraus resultiert ein großer Handlungsbedarf. Sport und Gesundheit ist also ein wichtiges Handlungsfeld mit Chance auf „Entwicklung“ für den gemeinwohlorientierten Sport in NRW und auch im Kreis Unna.



Leitziele und Handlungsschwerpunkte

Mit dem vorliegenden Handlungskonzept 2020 „Bewegt GESUND bleiben im Kreis Unna!“ werden folgende Leitziele verfolgt:

- » Schärfung des öffentlichen Bewusstseins für die Wichtigkeit von Bewegung und Sport für die Gesundheit
- » Verbesserung des Informationsstands über die gesundheitsorientierten Leistungen und Angebote der Sportvereine
- » Intensivierung der Vernetzung zwischen dem organisierten Sport und den Akteuren des Gesundheits-, Bildungs-, Arbeits- und Sozialsektors
- » Sicherung und kontinuierlicher Ausbau der Strukturen und Qualitäten sportlicher Angebote im Präventions- und Rehabilitationsbereich
- » Förderung der Bereitschaft der Sportvereine in Nordrhein-Westfalen, gesellschaftliche Mitverantwortung für die Gesundheit der Menschen zu übernehmen
- » Unterstützung der Sportvereine, sich zu gesundheitsfördernden Lebensorten im umfassenden Sinne zu entwickeln

Die Umsetzung des vorliegenden Handlungskonzepts erfolgt schrittweise bis zum Jahr 2020. Dazu sind vier einander ergänzende Schwerpunkte festgelegt:

1. Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein
2. Zertifizierte Gesundheitssportangebote im Sportverein
3. Gesundheitspartner Sport
4. Gesundheitsmarketing im Sport

Alle Initiativen des Handlungskonzepts „Bewegt GESUND bleiben im Kreis Unna!“ haben zum Ziel, die Sportvereine mit ihren differenzierten Sport- und Bewegungsangeboten zu unterstützen, in ihrer Entwicklung zu fördern und mit anderen Akteuren zu vernetzen.

Schwerpunkt I: Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein

Die Bürgerinnen und Bürger im Kreis Unna sollen in ihrem Alltag Lebenswelten vorfinden – dazu gehören auch Sportvereine –, deren Rahmenbedingungen so beschaffen sind, dass sie eine gesundheitsbewusste Lebensführung der Menschen im Alltag unterstützen.

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) bezeichnet eine Lebenswelt als gesundheitsfördernd, wenn die räumlichen und sozialen Bedingungen, die die Menschen dort vorfinden, und die Aufgaben und Belastungen, die sie dort zu bewältigen haben, ihrer Gesundheit zugutekommen. Der Sportverein betreibt dann nicht nur Gesundheitsförderung in und durch seine Angebote, sondern ist selbst der Gegenstand und das Ziel von gesundheitsfördernden Ideen und Maßnahmen. Nach dem Motto „Was können und müssen wir tun, um den Menschen, die zu uns kommen, Bedingungen zu bieten, die ihrer Gesundheit zugutekommen, zumindest sie aber nicht beeinträchtigen?“

Der KSB Unna wird deshalb die Sportvereine im Kreis Unna dabei unterstützen, dass sie ihre interne Organisationsstruktur

und ihre Vereinskultur unter Berücksichtigung der Leitidee einer umfassenden Gesundheitsförderung gestalten. Sie können damit zugleich Teil der bundesweit durch das Präventionsgesetz angestoßenen Entwicklung zur Intensivierung der Gesundheitsförderung in Lebenswelten (Settings) werden und ggf. an bereitgestellten Fördermitteln (durch die Sozialversicherungen) partizipieren.

Unter dem Motto „Sportvereine im Kreis Unna - Gesundheit leben“ wird der KSB Unna

- » in der Binnenstruktur des Sports für die Idee des „Gesundheitsfördernden Lebensorts Sportverein“ aktiv werben, z. B. auf Mitgliederversammlungen, auf der eigenen Homepage, in Vereinsitzungen, in den Medien etc.
- » Workshops zur Motivation der Vereine anbieten, sich dieser Herausforderung zu stellen.
- » ein Vereins-, Informations-, Beratungs- und Schulungssystem (VIBSS) entwickeln, das die Vereine bei ihrem entsprechenden Engagement unterstützt.
- » die entsprechenden Projekte des Landessportbundes NRW auch im Kreis Unna implementieren.

Handlungskonzept „Bewegt GESUND bleiben im Kreis Unna!“

Schwerpunkt II:

Zertifizierte Gesundheitssportangebote im Sportverein

Die Bürgerinnen und Bürger im Kreis Unna sollen in den Sportvereinen ein bedarfsgerechtes und bedürfnisorientiertes Spektrum an Sport- und Bewegungsangeboten für die Prävention/Gesundheitsförderung und die Rehabilitation vorfinden. Sport kann einen Beitrag zur Erhaltung und Verbesserung der physischen, psychischen und sozialen Leistungsfähigkeit leisten. So macht er (wieder) fit oder stabilisiert die Menschen für die Herausforderungen in Beruf und Alltag. In den gesundheitsorientierten Angeboten sollen Menschen (wieder) herangeführt werden, ihre Gesundheitsressourcen gezielt zu erhalten und zu stärken.

Der KreisSportBund Unna e.V. wird deshalb die Sportvereine im Kreis Unna dabei unterstützen, dass sie bedarfsgerecht und bedürfnisorientiert qualitätsgesicherte Sportangebote in der Prävention / Gesundheitsförderung und in der Rehabilitation unter qualifizierter Leitung, mit nachhaltigen Strukturen und in geeigneten Sport- und Bewegungsräumen anbieten.

Unter dem Motto „Gesundheitssport - eine starke Säule der Sportvereinsentwicklung im Kreis Unna“ wird der KreisSportBund Unna e.V.

- » die Sportvereine über die Rahmenbedingungen und die Möglichkeiten des Gesundheitssports informieren, z. B. auf Mitgliederversammlungen, auf der eigenen Homepage, in Vereinssitzungen, in den Medien etc.
- » Neueinsteiger-Vereine gezielt beraten und begleiten
- » die vom Landessportbund NRW bereitgestellte Datenlage der zertifizierten Präventions- und Rehabilitationssportangebote analysieren und eine systematische bedarfsorientierte und unter den Sportvereinen abgestimmte Angebotsentwicklung initiieren. Hier sollen insbesondere bisher vernachlässigte Angebotsbereiche entwickelt werden wie z. B. Angebote für Menschen mit Diabetes oder Angebote in der Krebsnachsorge, Angebote für Menschen mit geistigem Handicap sowie für Menschen mit neurologischen Erkrankungen wie Demenz, Schlaganfall etc.
- » jährlich jeweils eine Informations- und Netzwerkveranstaltung „Aktuelle Entwicklungen SPORT PRO GESUNDHEIT“ sowie „Aktuelle Entwicklungen im REHASPORT“ für die im Gesundheitssport bereits engagierten Sportvereine auf Kreisebene durchführen
- » das Qualifizierungssystem (Aus- und Fortbildungen) auf der 2. Lizenzstufe „Prävention“ sowie „Rehabilitation“ bedarfsgerecht ausbauen.



Schwerpunkt III: Gesundheitspartner Sport

Die Bürgerinnen und Bürger im Kreis Unna sollen durch das optimale Zusammenwirken der gesellschaftlichen Akteure, zu denen auch der gemeinwohlorientierte Sport gehört, möglichst einfach und ressourcenschonend Zugang zu qualitativ und fachlich abgesicherten Versorgungsleistungen im Bereich Sport und Bewegung erhalten. Dazu gehören Angebote der Sportvereine innerhalb ihrer Binnenstruktur genauso wie Sport- und Bewegungsangebote der Sportvereine in den Lebenswelten der Menschen (Settings), wie z. B. in Kindergärten, im Offenen Ganztage, in Betrieben, in Seniorenstätten, aber auch übergreifend im Quartier.

Sportvereine verstehen sich auch als Koproduzenten von Wohlfahrtsleistungen. Dies geschieht im Zusammenspiel mit staatlichen, halbstaatlichen und zivilgesellschaftlichen Akteuren. Sie bringen dabei den besonderen Wert des bürgerschaftlichen Engagements ein. Und sie steuern die besonderen Möglichkeiten von Bewegung, Spiel und Sport zur Förderung der Gesundheit bei. Als „Anwalt für Sport und Gesundheit“ bewegen sie sich aktiv in den kommunalen Handlungsfeldern des Gesundheits-, Bildungs-, Arbeits- und Sozialsektors und sind Partner der verschiedenen Akteure.

Schwerpunkt IV: Gesundheitsmarketing im Sport

Die Bürgerinnen und Bürger im Kreis Unna sollen für eine gesunde Lebensführung sensibilisiert und dazu motiviert werden, Bewegung verstärkt in den Alltag zu integrieren sowie die gesundheitsorientierten Angebote der Sportvereine zu nutzen.

Die Sportvereine im Kreis Unna verfügen bereits über ein weitgehend flächendeckendes Sport- und Bewegungsangebot in der Prävention/Gesundheitsförderung und in der Rehabilitation.

Darüber hinaus besteht ein vielfältiges differenziertes Angebot im sportartungebundenen und im sportartgebundenen Breiten-, Fitness- und Wellnesssport. Trotzdem kennen oder finden nach wie vor viele Menschen nicht das für sie passende wohnortnahe Sportvereinsangebot oder suchen es außerhalb des gemeinwohlorientierten Sports.

Der KreisSportBund Unna e.V. wird deshalb die Sportvereine im Kreis Unna dabei unterstützen, dass sie sich kompetent und aktiv mit dem Thema „Sport und Gesundheit“ in die Netzwerke zur Prävention / Gesundheitsförderung und zur Rehabilitation einbringen. Unter dem Motto „Sportvereine: ein starker Gesundheitspartner“ wird der KreisSportBund Unna e.V.

- » verantwortliche Akteure des Gesundheits-, Bildungs-, Arbeits- und Sozialsektors im Kreis Unna über die Bedeutung von Bewegung, Spiel und Sport für Gesundheit, Prävention und Rehabilitation und die Möglichkeiten der Sportvereine in Kooperationen informieren, z. B. im Rahmen von Ausschusssitzungen, Koordinierungstreffen, Veranstaltungen etc.
- » seine Arbeit in der Kommunalen Gesundheitskonferenz an dem Handlungskonzept „Bewegt GESUND bleiben im Kreis Unna!“ ausrichten
- » seine Netzwerkstrukturen nutzen, um Kooperationen zwischen Sportvereinen und Organisationen, Einrichtungen, Verbänden etc. anzubahnen
- » Programme und Projekte des Landessportbundes NRW im Kreis Unna, wie u.a. „Anerkannter Bewegungskindergarten“, „Sport im Offenen Ganztage“, „Bewegend Alteneinrichtungen und Pflegedienste“, „Quartiere in Bewegung“, mit der Zielrichtung „Implementierung von zertifizierten Gesundheitssportangeboten“ unterstützen.

Der KreisSportBund Unna e.V. wird deshalb die Sportvereine im Kreis Unna dabei unterstützen, dass sie ihre Werbung bzw. Öffentlichkeitsarbeit für ihre Gesundheitssportangebote professionell gestalten und dafür attraktive Medien nutzen können.

Unter dem Motto „Überwinde deinen inneren Schweinehund“ (ÜdiS) wird der KreisSportBund Unna e.V.

- » seine Öffentlichkeitsarbeit im Handlungsfeld „Sport und Gesundheit“ an der Kampagne des Landessportbundes NRW orientieren
- » seine Internetseiten mit den Internetseiten der ÜdiS-Kampagne mit den dort hinterlegten Vereinsangebotsdatenbanken verlinken
- » die Sportvereine aktiv über vorhandene ÜdiS-Medien und die Nutzung des Key Visual informieren
- » die Sportvereine bei der Nutzung des entsprechenden Vereins-, Informations-, Beratungs- und Schulungssystems (VIBSS) des Landessportbundes NRW zur Entwicklung eines Marketingkonzepts unterstützen.

Handlungskonzept „Bewegt GESUND bleiben im Kreis Unna!“

6. Zusammenfassung und Ausblick

Die Bürgerinnen und Bürger des Kreises Unna sollen über die gesundheitliche Bedeutung von Bewegung, Spiel und Sport und die differenzierte Angebotsbreite und das besondere Leistungsprofil der Sportvereine insbesondere im Gesundheitssport informiert sein.

Die Sportvereine im Kreis Unna sollen durch Information, Beratung und Schulung unterstützt werden, Gesundheitssport-Angebote bedarfs- und bedürfnisorientiert vorzuhalten und mit anderen relevanten Akteuren auf kommunaler Ebene zusammenzuarbeiten.

Der KreisSportBund Unna e.V. setzt dafür in den kommenden Jahren in enger Partnerschaft mit der Politik und den Akteuren des Gesundheits-, Bildungs-, Arbeits- und Sozialsektors auf Kreisebene das vorliegende Handlungskonzept „Bewegt GESUND bleiben im Kreis Unna!“ um. Im Mittelpunkt stehen dabei:

- » Stärkung der Bedeutung des Sports in der Prävention und in der Rehabilitation
- » Information, Sensibilisierung, Beratung und Schulung der Verantwortlichen
- » Unterstützung der Vereine beim Auf-/ Ausbau differenzierter Gesundheitssportangebote
- » Stärkung der Sportvereine als gesundheitsfördernder Lebensort
- » Initiierung und Etablierung eines „Gesundheits-Netzwerkes“ zur Bewegungsförderung
- » Verstärkte Öffentlichkeitsarbeit im Sinne der übergeordneten Ziele des Handlungskonzepts

Foto: Diverse Ehrengäste und das Team des KreisSportBundes Unna e.V. beim „Tag der offenen Tür“ anlässlich der neuen Geschäftsstelle im „Haus Opherdicke“ in Holzwickede am 5. September 2016.





Bewegung. Vielfalt. Leidenschaft.



KreisSportBund Unna e.V. (KSB Unna)

Dorfstraße 29 (Haus Opherdicke) • 59439 Holzwickede
Telefon (0 23 03) 27-13 24 • Telefax (0 23 07) 27-69 24
servicebuero@ksb-unna.de • www.ksb-unna.de