



## **Infos aus dem Fachbereich „Sport der Älteren“: Bewegt Älter werden in Duisburg**

Der Stadtsport Duisburg bietet den Sportvereinen Informationsveranstaltungen, Workshops und Aktionstage rund um das Thema „Sport der Älteren“ an. Der demographische Wandel und unsere infolgedessen immer älter werdende Gesellschaft führt zu besonderem Handlungsbedarf der Vereine auf dieser Ebene. Seit vielen Jahren beteiligt sich der SSB Duisburg an den Förderprogrammen **„Bewegt ÄLTER werden“** und **„Bewegt GESUND bleiben“** des Landessportbund NRW und unterstützt seine Vereine in der Zielgruppenanalyse und der Planung und Durchführung entsprechender zielgruppengerechter Maßnahmen. Neben Themen wie der Einführung in den Rehabilitationssport werden außerdem auch allgemeinere Themen der Vereinspraxis, wie beispielsweise die Mitarbeitergewinnung und Quartiersarbeit abgedeckt.

Auch wenn uns die Ereignisse der letzten Monate zum Stillstand gezwungen haben, hat es sich der Fachbereich trotz alledem zur Aufgabe gemacht, in der zweiten Jahreshälfte Bewegung in die Duisburger Vereinslandschaft rund um den Sport der Älteren zu bringen. Daher bieten wir Interessierten unter anderem folgende Workshops an:

### **1) Workshop „Mitarbeitergewinnung“**

Wann? Donnerstag, 17.09.20, von 18-21:30 Uhr

Wo? Im Seminarraum des SSB Duisburg (Bertaallee 8b 47055 Duisburg)

#### **Inhalte:**

- Ermittlung von zielgruppengerechten Ansprachen potenzieller Ehrenamtlicher
- Maßnahmen zur Gewinnung und Bindung Ehrenamtlicher
- Analyse der Bedarfe und Bedürfnisse der Zielgruppe „Ältere“
- Identifikation von Kooperations- und Netzwerkpartnern
- Entwicklung von Projektideen zur Ausgestaltung ehrenamtlicher Aufgabenfelder in der Vereinsarbeit

Referent: Klaus-Peter Uhlmann

### **2) Workshop „Rehabilitationssport“**

Wann? Donnerstag, 01.10.20, von 18-21:30 Uhr

Wo? Im Seminarraum des SSB Duisburg (Bertaallee 8b 47055 Duisburg)

#### **Inhalte:**

- Gesetzliche und vertragliche Rahmenbedingungen im REHASPORT
- Aufdeckung vereinsinterner Potenziale, Ressourcen und möglicher Kooperationspartner
- Information über potenzielle Einnahmen bzw. Ausgaben durch REHASPORT
- Abrechnung von REHASPORT: Ablauf, Vorstellung verschiedener Rechenzentren und Drittanbieter

- Typische Fehler und deren Vermeidung beim Einstieg in den REHASPORT
- Informations- Beratungs- und Unterstützungsleistungen des LSB NRW und der SSB/KSB/FV

Referent: Rainer Peters

**Die Teilnahme an den Workshops ist im Rahmen der Förderprogramme des LSB NRW kostenlos. Der SSB Duisburg stellt für die Workshops jeweils Snacks und Getränke zur Verfügung.**

**Um eine formlose Anmeldung an [serfort@ssb-duisburg.de](mailto:serfort@ssb-duisburg.de) wird gebeten.**

**Die Workshops richten sich an:**

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

Was außerdem noch ansteht:

### **3) 29. Aktionstag „Sport der Älteren“**

Wann? 03.11.20, von 14-18 Uhr

Wo? AWO-Seniorenzentrum Karl-Jarres-Straße

Bereits zum 29. Mal organisiert der Stadtsportbund Duisburg den sogenannten Aktionstag „Sport der Älteren“. In diesem Jahr stellt das Seniorenzentrum an der Karl-Jarres-Straße in Duisburg-Hochfeld seine Räumlichkeiten hierfür bereit und öffnet für einen halben Tag seine Türen für bewegungswillige Duisburger Seniorinnen und Senioren.

Traditionell fällt der Startschuss durch eine kurze Begrüßung durch die Organisatoren des SSB und eine Sportaufführung.

In den kommenden Stunden sind die Bewohner des Seniorenzentrums sowie die externen Besucher dazu eingeladen, eine bunte Palette an verschiedensten Bewegungsangeboten auf dem Gelände des Seniorenzentrums zu testen, welche durch qualifizierte Übungsleiter aus den Duisburger Sportvereinen vorgestellt werden. So begeisterten in den letzten Jahren zum Beispiel Yoga-, Crossboccia- oder Gedächtnistraining-Angebote.

Im Anschluss bietet gemeinsames Kaffeetrinken, Kuchenessen und Musizieren in Begleitung der Duisburger Sängerin Anja Lerch einen runden Abschluss.

**Eine vorherige Anmeldung für den Aktionstag ist nicht notwendig. Die Teilnahme ist im Rahmen der Förderprogramme des LSB NRW kostenlos.**