

## Bewegt gesund bleiben in Herne

Der Stadtsportbund (SSB) als Gemeinschaft der Sportvereine ist die größte zivilgesellschaftliche Kraft in der Stadt.

Er ist aktiver Gestalter und konstruktiver Begleiter gesellschaftlicher Entwicklungen. In seiner Verantwortung greift er aktuelle Herausforderungen auf und bietet seinen Sportvereinen zeitgemäße Antworten für zukunftsorientiertes Handeln.

Der SSB akzentuiert sein Zukunftsverständnis aufgrund gesellschaftlicher Veränderungen und richtet seine Zielausrichtungen auf der Grundlage seiner Satzung, seiner programmatischen Aussagen und in Orientierung an den jeweiligen Programmgrundlinien des Landessportbundes NRW aus.

In seiner aktuellen Zielausrichtung betont der SSB ausdrücklich, auch das zentrale LSB-Thema „Gesundheit“ aktiv mitzutragen und es für die Herner Sportvereine unter der Programmrichtung „Bewegt gesund bleiben in Herne“ zu akzentuieren.

Der SSB – wie der LSB - legt ein Verständnis von Gesundheit zugrunde, bei dem Gesundheit kein überdauernder und objektiver Zustand ist, sondern von jedem selbst täglich im Zusammenspiel mit den individuellen und gesellschaftlichen Lebensumständen und Bedingungen hergestellt, geschaffen und gelebt werden muss. Für Personen/Gruppen, die einen Gesundheitsweg noch nicht alleine bzw. nicht mehr gehen können, ist Begleitung unumgänglich.

Zu diesem modernen Verständnis gehört auch, unter Gesundheit nicht nur die Vorbeugung bzw. Vermeidung und Behandlung von Beschwerden und Erkrankungen zu sehen, sondern auch die Förderung und Stärkung von Gesundheitsressourcen, insbesondere Fähigkeiten und Grundhaltungen, die helfen mit gesundheitsbedrohlichen Belastungen umzugehen. Unter Gesundheit verstehen darum Menschen nicht selten auch mehr als körperliche Funktionsfähigkeit und Abwesenheit von Krankheit.

Bewegung, Spiel und Sport, vor allem in Sportvereinen, können die Fähigkeit zu individuell angemessenem Gesundheitsverhalten fördern und den Erwerb von Gesundheitskompetenzen unterstützen.

### **Der SSB empfiehlt seinen Sportvereinen, sich des bedeutsamen Themas „Gesundheit“ anzunehmen, weil Körperbildung, Bewegung, Spiel und Sport beispielsweise:**

- zentrale Lebensgüter sind und eine individuelle ganzheitliche Entwicklung und individuelle Gestaltungsfähigkeit unterstützen
- persönliches Wohlbefinden fördern
- die Lebensqualität, einen nachhaltigen und einen gesunden Lebensstil unterstützen
- positive gesundheitliche Wirkungen körperlicher Aktivitäten (präventiv, rehabilitativ, psychosozial) auf individuelle Leistungsfähigkeiten haben
- Grundmotive selbstbestimmender lebensbegleitender Gesundheitsförderung sind.

### **Der SSB unterstützt seine Sportvereine beispielsweise dabei:**

- sich des zentralen Themas der Sportentwicklung anzunehmen, damit das Thema Gesundheit zu einer Zielrichtung des jeweiligen Sportvereins wird
- sich zu einem gesundheitsförderlichen sozialen Lebensort zu entwickeln
- gesundheitsorientierte Angebote bedarfsgerecht und bedürfnisorientiert zur Gesundheitsförderung, Prävention und Rehabilitation anzubieten
- sich zu einem kompetenten und aktiven Gesundheitspartner zu entwickeln
- sich als gesundheitsförderlicher Lebensort zu vermarkten, damit sie verstärkter wahrgenommen werden, auch im Vergleich zu kommerziellen Anbietern.

**SSB - Sportvereine profitieren nachhaltig von der angemessenen Beteiligung an der Umsetzung „Bewegt gesund bleiben in Herne“, beispielsweise durch:**

- stärkere Wahrnehmung des Vereins durch die Herner Bevölkerung; Vereinsimagegewinn
- aktive Beteiligung an einer Gemeinwohlaufgabe, Sportverein als Gesundheitsakteur im Stadtteil bzw. in der Stadtteilkultur
- die Tatsache, dass immer mehr Menschen als Motiv für einen Sportvereinseintritt das Thema „Gesundheit“ angeben
- neue Zielgruppen
- eine Gewinnung neuer und Bindung bisheriger Mitglieder
- vereinsinterne (Weiter-) Entwicklung durch die Fortsetzung bzw. Erschließung des Schwerpunktes Gesundheit
- ein neues gesundheitsförderliches Vereinsmilieu
- eine Blickerweiterung durch Kooperation und Vernetzung mit anderen im Gesundheitssektor handelnden Akteuren, auch mit konkurrierenden Gesundheitsanbietern

**Der SSB empfiehlt seinen Sportvereinen, die nachfolgenden Umsetzungsaspekte zu berücksichtigen:**

- Festlegen einer vereinsinternen klaren Zielrichtung „Bewegt gesund bleiben im Verein“ mit einem Profil „Gesundheitsakteur“ und eines Handlungsplanes mit gesundheitsorientierten Maßnahmen
- Aufbauen einer vereinsinternen Infrastruktur mit gesundheitsorientierten Angebotsrahmen, adäquaten Räumen und personeller Verantwortlichkeit
- Informieren, Sensibilisieren, Beraten und Beteiligen der Vereinsmitglieder
- Weiterentwickeln bzw. Umbauen des Sportvereins zu einem gesundheitsförderlichen Lebensort und Berücksichtigen von Bewertungsinstrumenten
- Qualifizieren von Mitarbeiterinnen/Mitarbeitern und Vereinsmitgliedern
- Durchführen regelmäßiger Öffentlichkeitsarbeit
- Berücksichtigen eines Qualitätsmanagements
- Nutzen von Informationsmaterialien und Unterstützungshilfen
- Nutzen von Kooperationen und Netzwerkbeteiligung
- Organisieren einer Prozessbegleitung durch den SSB nach Bedarf.

**Der SSB hält das Thema Gesundheit für einen Eckpfeiler der Sportentwicklung und wünscht sich eine aktive Beteiligung seiner Herner Sportvereine!**

*Inhalt: Dr. Klaus Balster*

*Redaktion (SSB-Programmbeirat „Bewegt gesund bleiben in Herne“):*

*Dr. K. Balster, V. Gößling, P. Herrmann-Kopp, B. Ladewig, I. Losch-Schroeder, G. Lutomski, G. Misterek*

*Verabschiedet durch den Vorstand des Stadtsportbundes Herne am 16.2.2012*