



Dokumentation 2016/2017

Kooperation der Sparda-Bank West mit dem Landessportbund Nordrhein-Westfalen

BEWEGT ÄLTER WERDEN IN NRW!

Impressum

Herausgeber: **Landessportbund Nordrhein-Westfalen e.V.**
Friedrich-Alfred-Straße 25
47055 Duisburg
www.lsb.nrw

Verantwortlich: Landessportbund NRW – Referat Breitensport/Generationen

Inhalte und Redaktion: Judith Blau
Miriam Streich
Ines Konnert
Joachim Lehmann
Pamela Wenk

Fotos: www.lsb.nrw/bilddatenbank
TuS Niedereimer e.V., Aachen (Seite 8)

Gestaltung: Agentur Komhus (Essen)

Ausgabe: Duisburg, 2017

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	4
Allgemeine Zusammenarbeit	5
Ausschreibung	6
Gutes Beispiel	8
Allgemeine Öffentlichkeitsarbeit.....	9
Sonstige Veröffentlichungen/Materialien	12
Abschlussveranstaltung	14
Fazit	19



Vorwort

Seit dem 1. Oktober 2014 kooperieren die Sparda-Bank West und der Landessportbund Nordrhein-Westfalen im Programm „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“.

Gemeinsames Ziel der dreijährigen Kooperation war es, die Bewegung und den Sport von Menschen in der Altersgruppe der 55- bis 70-Jährigen unter dem Motto „Gemeinsam sportlich sein!“ im gemeinwohlorientierten Sport zu fördern, mit der Intention

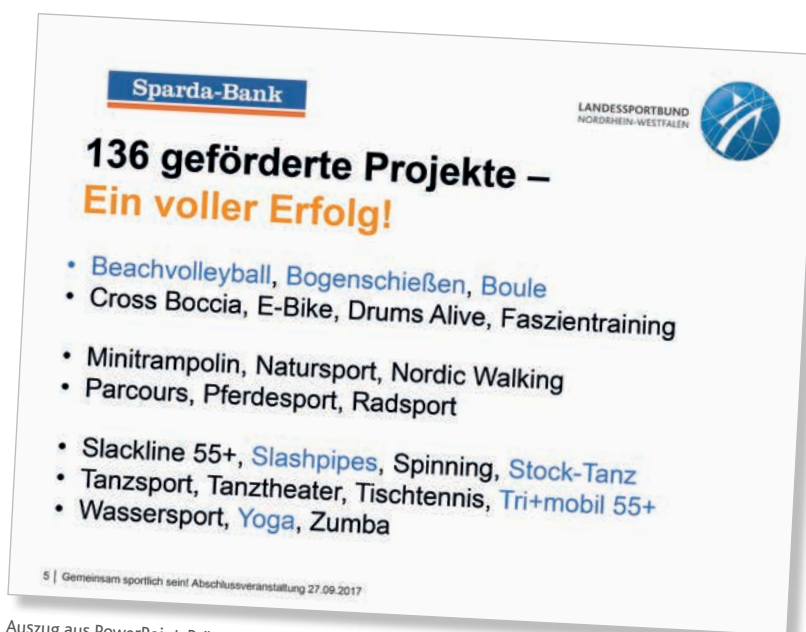
- gesellschaftliche Verantwortung zu übernehmen
- Gemeinschaft zu fördern
- einen Beitrag zur Gesundheitsförderung zu leisten.

Die Zusammenarbeit sah die Durchführung von verschiedenen Maßnahmen vor:

- Alle sieben Vertriebsleitungen sowie die Filialen der Sparda-Bank West an 43 Standorten unterstützten die Sportvereine und Bünde vor Ort bei der Bewerbung und Einführung neuer Angebote unter dem Motto „Gemeinsam sportlich sein!“ für die Zielgruppe
- „Gute Beispiele“ der Projekte wurden systematisch entwickelt, dokumentiert und publiziert
- Ein Förderprogramm für Sportvereine zur Entwicklung und Einführung neuer Angebote wurde gemeinsam verwirklicht
- Gemeinsame Aktionen und Veranstaltungen wurden organisiert
- Gemeinsame Kommunikationsmedien wurden entwickelt

Mit insgesamt 136 erfolgreich umgesetzten Projekten in drei Jahren war die Kooperation sehr erfolgreich. Die gelungene Abschlussveranstaltung fand am 27. September 2017 in Duisburg statt.

Die vorliegende Broschüre dokumentiert auszugsweise für das Jahr Oktober 2016 bis September 2017 die gemeinsamen Aktivitäten und Maßnahmen der Sparda-Bank West und des Landessportbundes NRW.



Auszug aus PowerPoint-Präsentation „Gemeinsam sportlich sein!“ Abschlussveranstaltung, 27.09.2017

Allgemeine Zusammenarbeit

Die Partnerschaft wurde aktiv nach gemeinsamen Grundsätzen umgesetzt:

- Steuerungsmeetings in Duisburg am 4. Oktober 2016 und 17. Februar 2017 im Hause des LSB NRW
- Ausschreibung 2017 „Gemeinsam sportlich sein!“
- Logo der Sparda-Bank West auf den zentralen Medien/Veröffentlichungen
- LSB-Schweinehund mit Sparda-Bank West-Logo
- Teilnahme an NRW-Sportgala am 9. Dezember 2016 in Dortmund
- Abschlussveranstaltung am 27. September 2017 in Duisburg



Vorstand Sparda-Bank West Herr Dominik Schlarmann während Abschlussveranstaltung September 2017

Ausschreibung

Sparda-Bank LANDESSPORTBUND NORDRHEIN-WESTFALEN

Ausschreibung 2016/2017: Sportvereine können sich jetzt wieder bewerben

Gemeinsam sportlich sein!

Durch eine Kooperation des Sports mit der Sparda-Bank West eG können ab sofort weitere Projekte gefördert werden, durch die neue Sport- und Bewegungsangebote für 55- bis 70-Jährige entwickelt, eingeführt, dokumentiert und veröffentlicht werden. Vielfältige Maßnahmen können geplant und Gestaltungsmöglichkeiten genutzt werden, wenn das im Sinne des Programms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ geschieht und dadurch neue Angebote zum fitness-, wettkampf- und gemeinschaftsorientierten Sportlich-Sein entstehen.

Diese Maßnahmen können neue Trainingsmöglichkeiten, aber auch regelmäßige Treffs mit Bewegungsangeboten sein.

Außerdem sollen diese Aspekte berücksichtigt werden:

- GEMEINSAM sportlich sein! – in homogenen Gruppen für „junge Alte“ oder in generationsübergreifenden Angeboten oder in Gruppen/Aktionen zur Integration oder Inklusion, für Behinderte und Familien.
- Quartiersbezug: Das Projekt kommt den Menschen vor Ort, den Vereinen und den Bündnissen zugute.
- Die Gemeinwohlorientierung der Sparda-Bank West und des gemeinnützigen Sports werden verdeutlicht.

Förderungswürdig sind

- Maßnahmen, die
 - o für Ältere einen vergleichenden Wettkampf- und einen individuellen Leistungscharakter haben – ohne übertrieben leistungsorientiert zu sein
 - o ausgerichtet sind auf den Breitensport oder Fitness.
- Sportvereine, die
 - o im Geschäftsgebiet der Sparda-Bank West eG liegen
 - o im Zuge der neuen Maßnahme eng mit dem örtlichen Sportbund und der örtlichen Sparda-Bank Filiale zusammenarbeiten
 - o nachhaltig spezifische und für das Quartier passende Möglichkeiten zur Bewegung und zum Sport älterer Menschen schaffen und
 - o damit eine gesellschaftliche Verantwortung übernehmen, für die Gemeinschaft etwas tun und einen Beitrag zur Gesundheit und Lebensqualität, zum Wohlbefinden und Spaß Älter-Werdender leisten.

Gefördert werden

Jährlich mindestens 30 Projekte durch Hilfen für die beteiligten Sportvereine in Form

- von Informationen, Beratungen, Materialien und
 - o Honorarkosten für Trainer und UL, Koordinierungs-, Helfer-, Betreueraktivitäten
 - o Kosten für Veranstaltungen, z.B. Helfer, Honorare, Mieten, Öffentlichkeitsarbeit
 - o Mieten für die Nutzung von Bewegungs-/Veranstaltungsräumen
 - o Öffentlichkeitswirksame Maßnahmen (Flyer, Plakate, Info-Material, Roll-Ups ...)
 - o Zuschuss für Sport- und Spielgeräte in angemessenem Verhältnis (max. 50%)
 - o Vereinsinterne Schulungen, Workshops und dergleichen (z.B. Honorare, Raumkosten, Fahrtkosten für Referenten, Materialien)

Nicht gefördert werden:

- o bereits bestehende und etablierte Angebote
- o Personalkosten für hauptberufliches Personal, Sportkleidung aller Art
- o Medikamente, Alkohol, Drogenartikel, Gutscheine, Präsente und Prämien
- o Energiekosten
- o Wartung/Arbeitspflege
- o einmalige Aktionen oder Angebote, die einen zeitlich stark begrenzten Rahmen haben sowie reine Aktionstage ohne anschließende Maßnahme.

Die Aufwendungen dürfen nur für das lokale Projekt zum „Gemeinsam sportlich sein!“ eingesetzt werden und müssen über eine Belegliste nachgewiesen werden. Alle Förderbedingungen entnehmen Sie bitte dem Formular „Richtlinien zur Projektförderung“.

Zum Verfahren

- Eine Bewerbung für den Förderzeitraum vom 01.10.2016 bis 30.09.2017 ist im Einzelfall noch möglich.
- Anträge zur Förderung bitte mit einer kurzen Beschreibung zum Inhalt/Thema des geplanten Angebots und mit einer groben Kosten- und Einnahmplanung an den Landessportbund NRW richten. Dort werden die Unterlagen geprüft und mit den zuständigen Bündnissen und Filialen der Sparda-Bank abgestimmt.
- Nicht verausgabte und ordnungsgemäß nachgewiesene Mittel müssen zurückgezahlt werden.
- Bedingungen:
 - o Ein Erfahrungsbericht und eine Belegliste zu den Einnahmen und Ausgaben müssen sechs Wochen nach Abschluss des Projektes vorgelegt werden.
 - o Die örtlichen Projekte werden vor Beginn gemeinsam mit der Sparda-Bank West eG öffentlichkeitswirksam angekündigt. Den entsprechenden Presseartikel senden Sie nach Veröffentlichung an den Landessportbund NRW.
 - o „Gute Beispiele“ werden vom Landessportbund NRW zentral veröffentlicht.

Notwendige Angaben zur Bewerbung:

1. Antragsformular
2. Projektskizze mit Darstellung Ihres Projektes
3. grobe Planung der Kosten und Einnahmen

Formulare unter: www.vibss.de/service-projekte/bewegt-aelter-werden/foerderung/
[projekte/](http://www.vibss.de/service-projekte/bewegt-aelter-werden/foerderung/) (vibss.de: Service/Projekte → Bewegt ÄLTER werden → Förderungen/Projekte)

Bitte senden Sie Ihre Bewerbung so bald wie möglich per Post oder E-Mail an:

Landessportbund NRW
 Ines Konnert
 Friedrich-Alfred-Straße 25
 47055 Duisburg
 Tel. 0203 7381-832
 E-Mail: ines.konnert@lsb-nrw.de

Landessportbund NRW
 Miriam Streich
 Friedrich-Alfred-Straße 25
 47055 Duisburg
 E-Mail: Miriam.Streich@lsb-nrw.de

Duisburg, August 2016

Seite 2 von 2

Ausschreibung 2016/2017 „Gemeinsam sportlich sein!“

Sparda-Bank LANDESSPORTBUND NORDRHEIN-WESTFALEN

Landessportbund Nordrhein Westfalen e.V.
 Referat Breitensport
 Frau Ines Konnert
 Friedrich-Alfred-Str. 25
 47055 Duisburg

Bewegt ÄLTER werden in NRW!
Antrag auf Projekt-Förderung „Gemeinsam sportlich sein!“ 2016/2017

Für die Durchführung eines Projekts beantragen wir eine Förderung in Höhe von _____ Euro (max. 2.000,00 EUR)

Titel des Projekts	
Beginn/Zeitraum	
Antragsteller/Verein	
Anschrift	
Ansprechpartner/in	
Telefon	
E-Mail	

*Bitte Angaben in Druckschrift ausfüllen

LSB-Vereinskennziffer:

Voraussetzung für die Inanspruchnahme finanzieller Förderungen und Zuschüsse des LSB NRW durch Vereine ist die Meldung der Mitglieder nach Mitgabe der Richtlinie für die Bestandserhebung (<http://www.lsb-nrw.de/vereine/vereine-center/bestandserhebung/>)
 Ein Finanzierungsplan und eine Projektbeschreibung sind diesem Antrag als Anlagen beifolgt.

 Datum, Unterschrift

Anlagen

Projektantrag

Sparda-Bank LANDESSPORTBUND NORDRHEIN-WESTFALEN

Gemeinsam sportlich sein!

Richtlinien zur Projektförderung

Inhaltliche Ausrichtung

1. Ziel des Projekts ist der Aufbau neuer Sport- und Bewegungsangebote für 55- bis 70-Jährige in Sportvereinen.
2. Durch diese Sport- und Bewegungsangebote sollen im Sinne des Programms „Bewegt ÄLTER werden in NRW“ neue Angebote zum fitness-, wettkampf- und gemeinschaftsorientierten Sportlich-Sein und Fit-Sein entwickelt und eingeführt werden.
3. Die Sport- und Bewegungsangebote müssen **neue Angebote** sein, die **nachhaltig** geplant sind und im Sinne des **Quartiersbezugs** den Menschen vor Ort zugutekommen.

Formale Voraussetzungen

1. Antragsteller sind gemeinnützige Sportvereine, die eine **Meldung zur Besonderehebung** abgegeben haben, einem **Fachverband** und einem **Stadt- bzw. Kreissportbund** angehören und wegen der Förderung des Sports als **gemeinnützig** anerkannt sind.
2. Zusammen mit dem Antragsformular sind eine **Projektskizze** und ein **Kostenplan** beim Landessportbund NRW einzureichen. Zusätzlich muss ein grober Zeitraum der Maßnahme angegeben werden (mindestens jedoch der geplante Beginn).
3. Geförderte Vereine erhalten einen Zuschuss von maximal **2.000 €** in Form einer Festbetragsfinanzierung aus Mitteln der Sparda-Bank West eG.
4. Über die Verwendung der Mittel sind ein **Verwendungsnachweis** und ein **Sachbericht** vorzulegen. Das Formular für den Verwendungsnachweis wird vom LSB NRW gestellt. Der Sachbericht erfolgt online. Den Link dazu versendet der LSB NRW.
5. Bei Förderzusage erfolgt eine **öffentlichkeitswirksame, symbolische Übergabe** der finanziellen Mittel durch die Filialleitung der zuständigen Sparda-Bank vor Ort. Die Organisation erfolgt in Absprache zwischen dem Sportverein und der Sparda-Bank Filiale. Den entsprechenden Presseartikel sendet der Verein als Nachweis an den Landessportbund NRW.
6. Der geförderte Verein nutzt alle ihm zur Verfügung stehenden Mittel und Wege zur **öffentlichkeitswirksamen Darstellung** seines neuen Projekts, um möglichst viele Teilnehmer für sein neues Angebot zu erreichen (Flyer, Plakate, Anzeigenschaltung in der Zeitung etc.). Hierbei wird die Sparda-Bank Filiale vor Ort aktiv involviert. Digitale Vorlagen für Flyer und Plakate können beim Landessportbund NRW angefordert werden.

1 von 2

Richtlinien zur Projektförderung

Sparda-Bank LANDESSPORTBUND NORDRHEIN-WESTFALEN

7. Die **Nachhaltigkeit** des aufzubauenden Angebotes ist auf Dauer sicherzustellen. Kursangebote über wenige Wochen werden nicht gefördert.
8. Es können nur Kosten anerkannt werden, die im jeweils **ausgeschriebenen Zeitraum** anfallen und abgerechnet werden. Die Kosten – insbesondere **Materialkosten** – müssen in einem angemessenen Verhältnis zueinander stehen.
9. Die Fördermittel können für **folgende Kosten** eingesetzt und nachgewiesen werden:
 - ✓ Honorarkosten für Übungsbetrieb (max. 25,00 €/Stunde), Koordinierungs-, Helfer- und Betreuerstätigkeiten
 - ✓ Kosten für die **Schulung** und (Weiter-) **Qualifizierung** der Übungsleitungen
 - ✓ **Vereinsinterne Schulungen, Workshops** und dergleichen (z.B. Honorare, Raumkosten, Fahrtkosten für Referenten, Materialien - max. 33,00 €/Stunde)
 - ✓ **Kosten für Veranstaltungen**, z.B. Info-Veranstaltungen (Helfer, Honorare, Mieten, Öffentlichkeitsarbeit, Verpflegung...)
 - ✓ **Mieten** für die Nutzung von Bewegungs-/Veranstaltungsräumen
 - ✓ **Öffentlichkeitswirksame Maßnahmen** (Flyer, Plakate, Info-Material, Roll-Ups...)
 - ✓ **Fahrtkosten** in Höhe von 30 Cent/km (nur innerhalb NRW), die im Zusammenhang mit der Projektkoordination vor Ort entstehen
 - ✓ **Zuschuss für Sport-/ Spielgeräte und technische Geräte**. Die Fördersumme darf nicht überwiegend für Sport- und Spielgeräte oder technische Geräte verwendet werden und wird nur in Verbindung mit anderen Maßnahmen/Aktivitäten anerkannt.

Nicht gefördert werden:


- bereits bestehende, etablierte Angebote sowie Angebote, die schon einmal im Projekt „Gemeinsam sportlich sein!“ gefördert wurden
- Personalkosten für hauptberufliches Personal, Sportkleidung aller Art
- Medikamente, Alkohol, Drogenartikel, Gutscheine, Präsente und Prämien
- Energiekosten
- Wartung/Anlagenpflege
- einmalige Aktionen oder Angebote, die einen zeitlich stark begrenzten Rahmen haben
- reine Aktionstage ohne anschließende Maßnahme

10. Im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit zur geförderten Maßnahme sind die **Logos der Sparda-Bank und des Landessportbundes NRW** zu verwenden. Beide werden vom Landessportbund NRW zur Verfügung gestellt.
11. **Presse- und Öffentlichkeitsarbeit** sind ein absolutes Muss bei der Kooperation von Verein und Filiale. Das bedingt u.a. eine Aufbereitung der Kooperation auf der Internetseite des Vereins unter Einsatz des Logos der Sparda-Bank, ggf. auf der Seite Förderer oder Sponsor, und eines Beitrags oder Presseartikels unter der Rubrik **Aktuelles** oder **News**.

2 von 2

» AUSSCHREIBUNG "GEMEINSAM SPORTLICH SEIN!" GESTARTET

Dritte Förderstaffel für Vereine



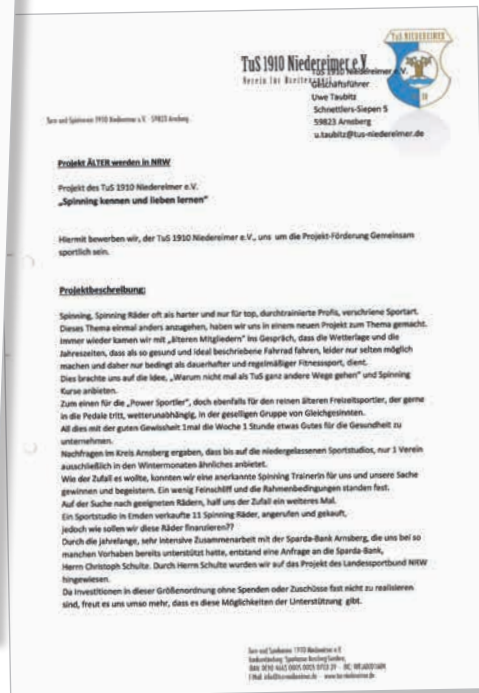
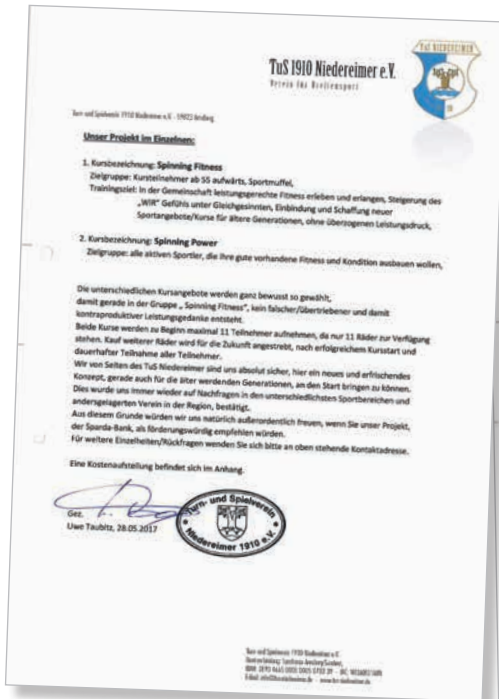
„Gemeinsam sportlich sein!“ - unter diesem Motto steht die seit dem 01.10.2014 laufende Kooperation der Sparda Bank West mit dem Landessportbund NRW e. V. Durch die Zusammenarbeit können neue Sport- und Bewegungsangebote für die Altersgruppe der 55- bis 70-Jährigen mit bis zu 2.000 Euro pro Sportverein gefördert werden. Außerdem wird mit Materialien und Beratungen unterstützt. Für den Förderzeitraum 2016/17 können sich die Sportvereine ab sofort noch bis zum 30. November 2016 bewerben.

Weitere infos, Ausschreibung und Förderantrag

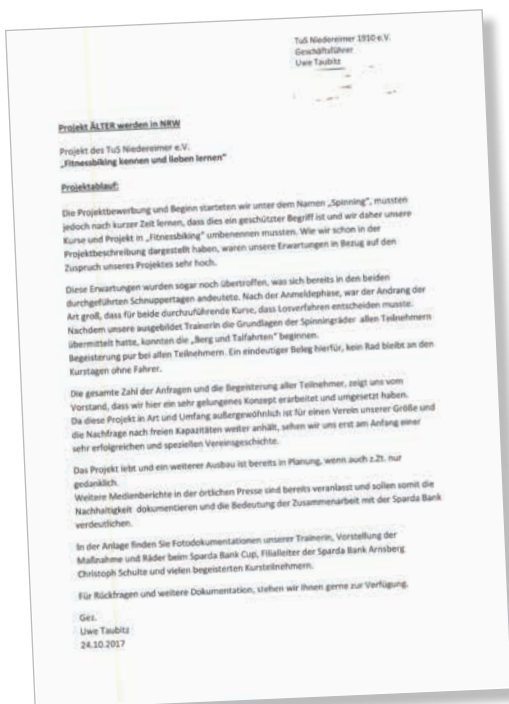
Auszug aus Newsletter LSB vom 12.09.2016 „Dritte Förderstaffel für Vereine“

Gutes Beispiel

Mit dieser „Bewerbung“ hat der TuS 1910 Niedereimer e.V. in Arnsberg beispielhaft den Weg zu einer Förderung aufgezeigt:



Beispiel-Bewerbung 2016/2017 „Gemeinsam sportlich sein!“



Projektbeschreibung TuS Niedereimer e.V.



TuS Niedereimer e.V.

Allgemeine Öffentlichkeitsarbeit

Zukunftspreis und Anschubfinanzierung

Deutsche Sportjugend: Ausschreibung

IM WESTEN. Zum sechsten Mal hat die Deutsche Sportjugend (DSJ) den Zukunftspreis in Höhe von 10 000 Euro für innovative und kreative Ideen von Sportangeboten in Sportvereinen ausgeschrieben. Bewegungsangebote Bei dieser Ausschreibung werden Bewegungsangebote von Sportvereinen gesucht, die den Übergang vom Kindergarten in die Grundschule mitgestalten, so zum Beispiel gemeinsame Sportfeste von Kita und Grundschule. Dazu gehören auch Grundschulangebote von Vereinen, die bereits Vorschulkindern

offenstehen. Bewerbungsschluss ist der 26. März 2017. An erfahrenere Semester richtete sich eine Kooperation mit der Sparda-Bank West, dank der Vereine eine Starthilfe von bis zu 2000 Euro erhalten können. Diese Anschubfinanzierung soll Sportvereinen helfen, neue Angebote für 55- bis 70-Jährige zu entwickeln und einzuführen. Hintergrund bildet das Programm „Bewegt älter werden in NRW!“. Insgesamt werden jährlich 30 Projekte gefördert. Eine Bewerbung für den Förderzeitraum vom 1.10.2016 bis

30.9.2017 ist bis zum 30.11.2016 möglich. Anträge zur Förderung sind mit einer kurzen Beschreibung zum Inhalt des geplanten Angebots und mit einer groben Kosten- und Einnahmenplanung an den Landessportbund (LSB) NRW zu richten. Bewerbungen und Projektanträge für Zukunftspreis und „Bewegt älter werden in NRW“ erfolgen online unter www.dsj.de/kinderwelt www.vibss.de/service-projekte

Artikel Ruhr Nachrichten vom 02.11.2016

Bewegung bis ins hohe Alter

RHYERN Sport bis ins hohe Alter, Bewegung, trotz Arthrose und Gelenkschmerzen: Das ist beim SV Westfalia Rhyern in einer überschaubaren Gruppengröße möglich. Dazu hat der Sportverein ein präventives Sportangebot ins Leben gerufen, das sich an Menschen richtet, die trotz Verschleißerkrankungen wie Arthrose in Bewegung bleiben wollen. Auch nach Gelenkoperationen und abgeschlossener Rehabilitation und Therapie bietet sich dieser Kursus an. Das Kursangebot des SV Westfalia findet in Kooperation mit dem Landessportbund NRW und der Sparda-Bank West zum Projekt 'Gemeinsam sport-

lich sein!' statt. Eine entsprechende Förderzusage liegt dem Verein vor. Bei der Kurs für die Sportler kostenlos. Was erwartet die Sportler an den Trainingstagen? Kursleiterin Renate Florissen bereitet Matten- oder Hockertraining zur und Wirbelsäule vor. Des Weiteren gibt muskulatur nach 'Pilates in der Prävention', moderates Gang-, Stand- und Gleichgewichtstraining sowie Reaktions- und Koordinationsübungen für den Alltag.

Wann findet der Kursus statt? Immer montags in der Zeit von 10 bis 11 Uhr. Start ist am 9. Januar. Das Angebot gilt bis zu den Sommerferien, letzter Kurs-Montag ist der 26. Juni. Wo findet das Angebot statt? In der Sporthalle des Weiterbildungsförums Hamm, ehemalige Lohschule, an der Lohschule. Ist eine Anmeldung erforderlich? Wegen der begrenzten Teilnehmerzahl müssen sich Interessierte bei der Kursleiterin Renate Florissen, Telefon 02385/3477 oder E-Mail r.florissen@gmx.de anmelden.

Artikel Westfälischer Anzeiger vom 15.12.2016

Sparda-Bank West unterstützt Gesundheitssport in Rhyern

Regelmäßiges Training fördert die Fitness und Beweglichkeit. Aber was sind die richtigen Übungen? Was können vor allem ältere Menschen trotz Gelenkschmerzen und anderer Wehwechen leisten? Beim SV Westfalia Rhyern läuft seit einigen Wochen unter der Leitung von Übungsleiterin Renate Florissen ein solcher Kursus, der sich an die ältere Generation wendet. Dieses Gesundheitsprogramm wird finanziell unterstützt von der Sparda-Bank West, so dass die Kursgebühren für die Teil-

nehmer entfallen. 'Die meisten Teilnehmer sind keine Vereinsmitglieder. Die sonst üblichen Kursgebühren werden von der Bank in Kooperation mit dem Landessportbund getragen', erklärt Petra Schulz von der Geschäftsstelle des SV Westfalia und freut sich, dass der Sportverein auf diesem Wege 37 Kursteilnehmer dieses präventive Training anbieten kann. Hamms Sparda-Bank-Filialleiter Sebastian Nühse kam nun in die Sporthalle der ehemaligen Lohschule, um das Sportangebot kennenzulernen.

'Die Anmeldezahlen haben unsere Erwartungen weit übertroffen', berichtet Übungsleiterin Florissen, die den Kursus sogar splitten musste. 'Wir wollen Alltagssituationen nachspielen, dabei auf die richtigen Bewegungsmuster achten', erklärt Florissen. Und: 'Wir wollen in jeder Stunde etwas zu lachen haben. Das hält jung', ergänzt sie. *jb/Foto: Beuning*



Artikel Westfälischer Anzeiger vom 02.02.2017

Slackline beim TV Dellbrück

Dellbrück (red). Der TV Dellbrück möchte mit dem Projekt „Slackline- und Fitnesstraining für Ältere“ ein zukunftsorientiertes und attraktives Sport- und Fitnessprogramm mit den Faktoren Spaß und Gesundheit installieren. Im Rahmen der Initiative „Bewegt Älter werden in NRW!“ konnte durch die Förderung und Unterstützung des Landessportbundes NRW und der **Sparda Bank West** ein kostenloser Schnupperkurs mit zehn Einheiten angeboten werden. Zehn Teilnehmer nahmen an dem Schnupperkurs teil. Das Training bestand aus Gleichgewichtsübungen mit verschiedensten Aufbauten und wurde in einem besonderen Zirkel, gezielt auf Übungen zur Muskelkräftigung abgestimmt, durchgeführt. Die Teilnehmer gaben ein durchweg positives Feedback. Eine Teilnehmerin berichtete begeistert: „Ich übe jetzt immer beim Zähneput-

zen im Einbeinstand.“ Auch Luise Mertens, die Kursleiterin, war erfreut und berichtete, dass alle Teilnehmer am Ende des Schnupperkurses sicherer waren und sich auch auf der Slackline bereits besser fortbewegen konnten.

Dank der erfolgreichen Zusammenarbeit konnte der TV Dellbrück ein weiterführendes Angebot für die älteren Mitmenschen aus dem Einzugsgebiet Dellbrück entwickeln. Der Kurs „In Balance“ basiert auf den Inhalten des Schnupperkurses und auf den Konzepten des Projektes „Slackline- und Fitnesstraining für Ältere“. „In Balance“ wird im Rahmen des DellFitClubs des TV Dellbrück angeboten und bietet die Möglichkeit, die Begleiterscheinungen des Alterns wie die zunehmende Schwierigkeit, das Gleichgewicht zu erhalten, oder nachlassende kognitive Eigenschaften wie Konzentrationsfähigkeit zu vermindern.

Artikel Kölner Wochenspiegel vom 07.12.2016

Hier gibt 's Angebote für jedes Alter

Beim TSV Gellenkirchen setzt man auf großen Gemeinschaftssinn - Neue Angebote für ältere Menschen



Die „Modernen Gruppen“ kommt schon einige Jahre gewohnt.

von Günther von Fricken
 Tanzsport für den Nachwuchs und Training für Senioren, zwei Dinge, die eigentlich schieflich weit voneinander entfernt sind. Doch beim TSV Gellenkirchen ist es überlappend kein Problem. Beide sportlichen Angebote beruhen auf dem gleichen Fundament: dem TSV Gellenkirchen (TSV) entstand vor 28 Jahren, nachdem immer halb des Gellenkirchener Kameradesportvereins eine Showtanzgruppe die Europameisterschaft gewann. Die Abwehr wählten da auch regelmäßig und in Schaulust als Turniersport praktizieren. Also gründete man den TSV GZ und schloss sich dem Deutschen Verband für GZ und Schaulustsport (DVG) an. Der TSV ist also weniger karnevalistisch sondern sportlich ausgerichtet und dabei ebenfalls Mitglied im Landesverband und auch im Kreisverband Hünfeldberg. In den Jahrzehnten seines Bestehens gewan-

nen die Aktivitäten nicht nur für Kinder und Jugendliche sondern auch für ältere Erwachsene attraktiv machen. So bekam der Verein auch im Frühjahr des gleichen Jahres das erste Qualitäts-Siegel „Sport.gut.Gesund.“ vom Deutschen Olympischen Sportbund überreicht und darf seitdem Präventionskurse anbieten, die über die Krankenkasse abgerechnet werden können. Seit 2016 engagiert sich der Verein bei verschiedenen Projekten im Bereich „Bewegt älter werden in NRW“. Mittlerweile bestehen zwei Kooperationen mit Seniorenzentren und Pflegeeinrichtungen, bei denen ein dauerhaftes Sportangebot platziert wurde. Zusätzlich werden weitere altersgerechte Sportangebote wie der „Beispiel Baller-Turnier-Walking für Ältere sowie altersgerechte funktionelle Gymnastik.“ Die Angebote werden sehr gerne angenommen, vor allem weil jeder seine individuellen Trainingsinhalte selbst bestimmen kann, so Präzise sprach Frau Henrichs: „Menschen so wie jeder kann“, lautet das oberste Gebot. Alle Teilnehmer sind mit sehr viel Freude dabei und die Trainingsfolge ist sehr abwechslungsreich. Zudem bestehen die Kurse aus gemischten Gruppen - also für Jedermann und jede Frau. Aktuell gibt es ein neues Sportangebot in Kooperation mit dem Lan-

desportbund und der Sparda West für die Altersklasse 55-70. Dieser Kurs findet jeden Montag um 18.15 Uhr in der alten Halle des Berufskollegs in Gellenkirchen am Berliner Ring statt. Interessierte können jederzeit zu einem Schnuppertag kommen. Ab 4. März startet ein weiterer Präventionskurs für Sport- und Wiedereinsteiger - „Gesund und fit Älter werden“ werden die Muskel- und die Aktivierung des Herz-Kreislaufsystems langsam wieder trainiert. Dieser Kurs wird zudem von der Krankenkasse bezuschusst.

Wer bei diesen Kursen gerne mitmachen möchte kann sich unverbindlich bei der Übungsleitung unter der Telefonnummer 01712114654 oder per Mail unter tsv@tsv-gellenkirchen.de informieren.

Info: Weitere Informationen und Kontaktmöglichkeiten zum TSV sind zu finden auf der Homepage www.tsv-gellenkirchen.de.



Beim Training der „Älteren Semester“ steht der Spaß im Vordergrund.

Artikel Super Sonntag vom 19.02.2017

Gemeinsam sportlich sein



Für die Trittmobil-Projektarbeit mit Menschen zwischen 55 bis 70 Jahre erfreut sich der Sportverein Trinitas Dortmund von 2012 aus Syburg nicht nur der Unterstützung des Landessportbundes NRW, sondern auch der Sparda-Bank West. Denn die kofinanziert das Projekt mit einem Zuschuss.

RN-FOTO KLINKE

Artikel Ruhr Nachrichten vom 23.02.2017

NEUE KURSE BEIM TANZSPORTCLUB SCHWARZ-GELB AACHEN

TANZEN IN GUTER GESELLSCHAFT!

Knapp ein Jahr ist vergangen, seit der TSC von einem Mietobjekt in seine eigenen Räumlichkeiten an der Professor-Wieler-Straße in Aachen-Nord gezogen ist. Der Betrieb hat sich eingespielt und es ist Zeit für etwas Neues! Deshalb bietet der Verein zwei zusätzliche Kurse mit besonderem Schwerpunkt an:



Für aktive 55- bis 70-jährige findet ein Tanzkurs im Rahmen des Programms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ statt, der von der Sparda-Bank West und dem Landessportbund NRW mit 2.000 Euro gesponsert wird. Unter dem Motto „Gemeinsam sportlich sein“ wird ab dem 3. April Bewegung mit Spaß verbunden. Vorkenntnisse im Bereich Tanz sind nicht erforderlich, Frauen und Männer können auch ohne Partner teilnehmen. Der Kurs findet jeweils montags, von 10 bis 11.30 Uhr statt und umfasst zehn Termine, die Teilnahme kostet 35 Euro pro Person. Ein weiterer Kurs dieses Projekts ist ab September geplant.

den Rollstuhl angewiesen sind. Gemeinsam mit ihren BegleiterInnen erlernen sie die Grundlagen des Rollstuhltanzens, gleichberechtigt und unter Anleitung unseres erfahrenen Trainers Udo Dumbek. Ab dem 9. Mai startet der 90-minütige Kurs jeweils dienstags um 18 Uhr, die Teilnahme kostet pro Paar 56 Euro für insgesamt 14 Termine.

Und für alle, die den Frühling gebührend feiern möchten: Der Verein lädt herzlich zum Maiball am 30. April ab 20 Uhr ins Clubheim ein! Der Eintritt ist frei, elegante Garderobe erwünscht!

Tanzen auf Rädern? Kein Problem! Mit einer großzügigen Finanzspritze von über 5.000 Euro fördert die „Aktion Mensch“ den neuen Kurs für Menschen mit körperlichen Einschränkungen, die auf

TSC Schwarz-Gelb Aachen, Professor-Wieler-Straße 12 (Zufahrt über Liebigstraße) www.schwarz-gelb-aachen.de
 Credit: René Schözel (Archiv)

Artikel Aachen Nord vom 01.03.2017

Nordic-Walking-Kurs startet im Mattlerbusch

Röttgersbach.

Ein Nordic Walking-Kurs für Personen 50plus beginnt am 28. März bis 9. Mai, immer dienstags von 17.30 bis 19 Uhr im Mattlerbusch in Fahm (Parkplatz 2

Niederrhein-Theme). Der Kurs ist eine Fördermaßnahme der Sparda-Bank in Kooperation mit dem Landessportbund. NordicWalking ist eines der besten Präventionsmittel für nur eingeschränkt bewegungsfähige Menschen. Der Kurs

ist für Teilnehmer kostenlos. Fachkundige Anleitung gibt der DSV-Nordic-Walking-Trainer Werner Preuß, Anmeldung unter: 0171/1955314 oder per E-Mail: preussw@t-online.de.

Artikel WAZ Duisburg vom 21.03.2017

Bislang größte Einzelspende an den Verein

Unter dem Motto „Gemeinsam sportlich sein“ steht die Kooperation der Sparda-Bank West mit dem Landessportbund NRW zur Förderung von Bewegungsprojekten für die Altersgruppe von 55 bis 70 Jahren in Sportvereinen. Durch die finanzielle Unterstützung der Genossenschaftsbank entstehen jährlich bis zu 30 Angebote, die das LSB-Programm „Bewegt älter werden in NRW!“ intensivieren.

Aus diesem Pool erhielt der Warburger Sportverein eine Spende in Höhe von 2.500 Euro für das Kursprogramm „Fit ab 60+“.

„Die Zusammenarbeit ist für uns doppelt sinnvoll. Zum einen übernehmen wir gern gesellschaftliche Verantwortung. Zum anderen leisten wir dadurch einen wichtigen Beitrag zur Gesundheitsförderung und Lebensqualität vor Ort“, sagt Frank Becker, Filialleiter der

Sparda-Bank West in Warburg. „Der demografische Wandel ist allen bewusst, wir werden unser Angebot in diese Richtung in Zukunft intensivieren und ausweiten“, freut sich WSV-Vorsitzender Helmut Motyl über die bislang größte Einzelspende an den Verein. Der WSV hat mit speziell ausgebildeten Übungsleitern ein zielgerichtetes Kursangebot „Fit ab 60+“ eingerichtet. (man)



Artikel NW Warburg vom 07.07.2017

Gemeinsam für die Gesundheit

Die Sparda-Bank West unterstützt zusammen mit dem Landessportbund NRW ein Angebot, das auch weniger aktive 55- bis 70-jährige mit ganzheitlichen Bewegungsübungen für Sport begeistert.



Sabine Kruhen (2.v.l.) stellte mit Birgit Reimers (vorne) und Fahim Aziz Safi (2.v.l.) das Programm vor. Foto: Sparda-Bank West

Mönchengladbach. „Gemeinsam sportlich sein“ – unter diesem Motto steht die Kooperation der Sparda-Bank West mit dem Landessportbund NRW e.V., die sich mit der Förderung neuer Sport- und Bewegungsangebote für 55- bis 70-jährige beschäftigt. Durch die finanzielle Hilfe von 100.000 Euro pro Jahr sollen jährlich mindestens 30 Projekte entstehen, die das Programm „Bewegt älter werden in NRW“ des Landessportbundes zusätzlich intensivieren.

In Mönchengladbach unterstützt die Sparda-Bank West nun das Gesundheits-Center JuJitsu Jitsu Karate e.V., das durch den Kurs „Faszi Qi - Fasziens & Tai Chi & Qi Gong“ auch wenig aktive Senioren ansprechen möchte. Sabine Fruhen, Filialleiterin

der Sparda-Bank in Mönchengladbach, stellte das Angebot nun am 27. März zusammen mit Birgit Reimers, Vorsitzende des Vereins, und Fahim Aziz Safi, Heimgeschäftsführer des DRK-Hauses „Am Volksgarten“, vor. Die Übungen, die im Gesundheits-Center angeboten werden, schulen mit ganzheitlichen Bewegungsformen die motorischen und kognitiven Fähigkeiten der Teilnehmer und sorgen unter anderem für eine Verbesserung des Kreislaufes und der Atmung. So sollen Ge-

sundheit und Beweglichkeit bis in das hohe Alter bewahrt werden.

Für Sabine Fruhen ist die Unterstützung eine Selbstverständlichkeit. „Wir übernehmen gern gesellschaftliche Verantwortung, weil wir als Bank mit unserer Region und den Kunden, die wir kennen und die uns vertrauen, fest verbunden sind. Außerdem leisten wir durch die Kooperation einen wichtigen Beitrag zur Gesundheitsförderung und Lebensqualität der Menschen in unserer Region“, so die Filialleiterin.

Aachener Senioren tanzen sich fit

Sparda-Bank unterstützt neues Angebot des TSC Schwarz-Gelb

Aachen. Mit einem neuen Angebot richten sich die Tänzer und Tänzerinnen vom TSC Schwarz-Gelb Aachen nun speziell an ein älteres Publikum zwischen 55 und 70 Jahren. Ermöglicht hat dies die Sparda-Bank Aachen, die den TSC im Rahmen der Kooperation „Gemeinsam sportlich sein“ des Landessportbundes NRW unterstützt.

Bei dem neuen Kurs „Aachener Senioren tanzen sich fit“ können ältere Menschen auch ohne Vorkenntnisse das Tanzen erlernen. Eine Teilnahme ist mit und ohne Partner möglich. Damit för-

dern die Senioren ihre Gesundheit und haben darüber hinaus die Möglichkeit, neue Kontakte zu knüpfen.

100 000 Euro pro Jahr

„Wir übernehmen gern gesellschaftliche Verantwortung, weil wir als Bank mit unserer Region und den Kunden fest verbunden sind. Außerdem leisten wir durch die Kooperation „Gemeinsam sportlich sein“ einen wichtigen Beitrag zur Gesundheitsförderung und Lebensqualität der Menschen in unserer Region“, erklärt der Aachener Filialleiter Torsten Eickhoff. Die Kooperation

der Sparda-Bank West mit dem Landessportbund steht unter dem Motto „Gemeinsam sportlich sein“. Durch die – bis Herbst 2017 vereinbarte – finanzielle Unterstützung der Genossenschaftsbank in Höhe von insgesamt 100.000 Euro pro Jahr entstehen jährlich mindestens 30 Projekte, – das Angebot des TSC „Aachener Senioren tanzen sich fit“ ist eines davon. Alles zum TSC im Internet: www.schwarz-gelb-aachen.de



Torsten Eickhoff (r.), Filialleiter der Sparda-Bank in Aachen, stellt zusammen mit Alexandra Schieferdecker (2.v.l.), zweite stellvertretende Vorsitzende des Vereins, den Kursteilnehmern das neue Angebot für 55- bis 70-jährige vor. Foto: Sparda-Bank West

ArtikelExtra Tipp Mönchen-Gladbach vom 02.04.2017

Artikel Aachener Nachrichten vom 07.06.2017

Sonstige Veröffentlichungen/Materialien



Eindruckplakat mit 1 Bild



Eindruckplakat mit 3 Bildern



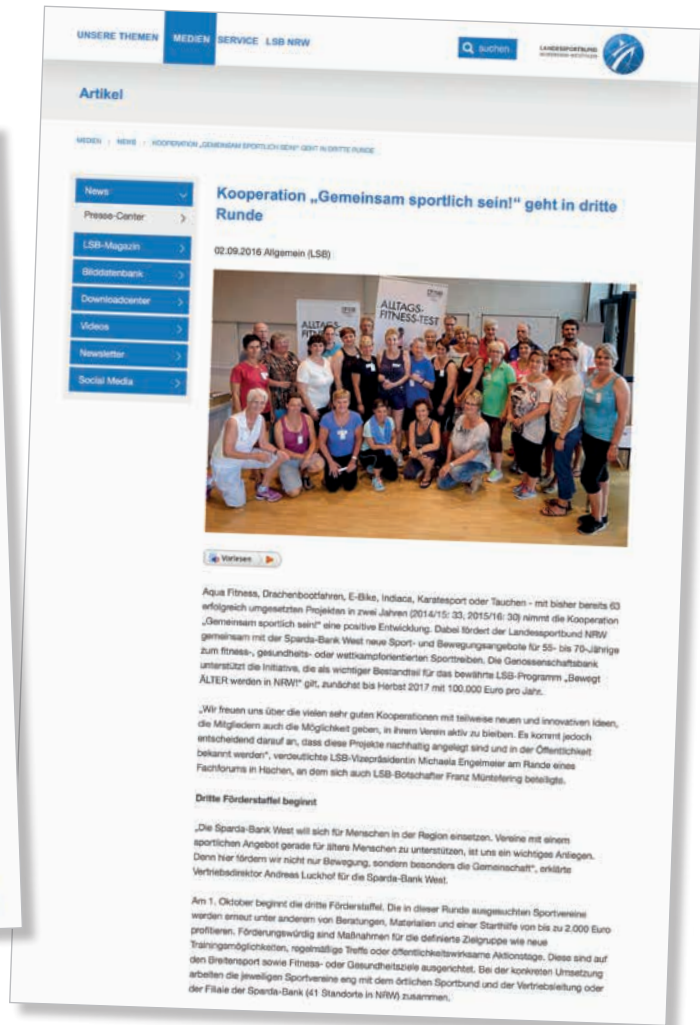
Eindruckplakat mit 1 Bild



Eindruckplakat mit 3 Bildern



Logo Sparda-Bank in WIR IM SPORT 5/2017



Pressecenter LSB „GSS geht in die 3. Runde“ vom 02.09.2016



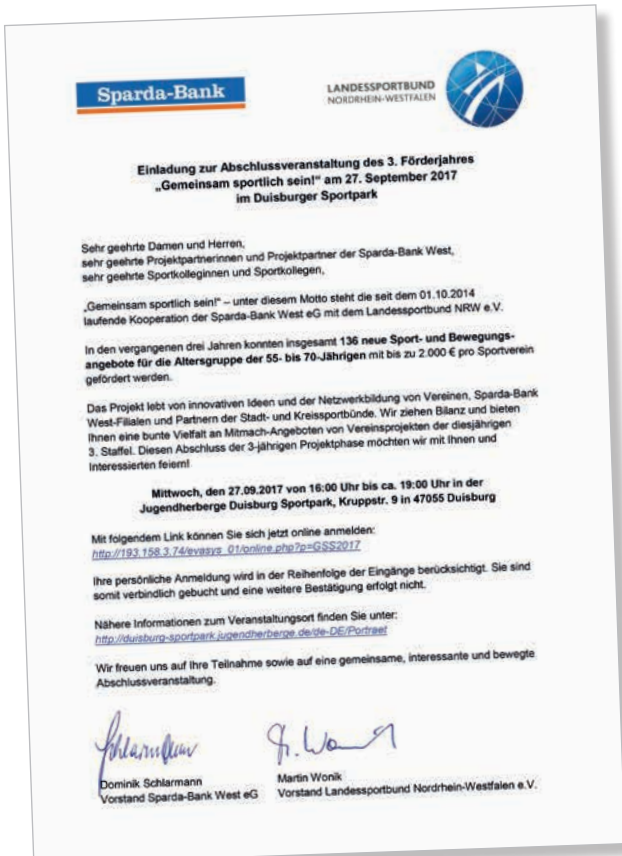
Facebook-Post LSB vom 30.08.2016



Twitter-Eintrag LSB vom 02.09.2016

Abschlussveranstaltung

Am Mittwoch, dem 27. September 2017 zogen der Landessportbund NRW und die Sparda-Bank West Bilanz über die dreijährige Kooperation „Gemeinsam sportlich sein!“ und boten in einer gelungenen Abschlussveranstaltung in Duisburg eine bunte Vielfalt an Mitmach-Aktionen von Vereinsprojekten der 3. Staffel.



Einladung zur Abschlussveranstaltung



Programm zur Abschlussveranstaltung



Auszug aus WIS 5/2017, Seite 6 „Save the date“



Facebook-Post LSB vom 27.09.2017 „Eine muntere Runde Boule....“



LSB Internet News „LSB NRW und Sparda-Bank West feiern über 100 „Volltreffer“ vom 29.09.2017



Twitter-Eintrag LSB vom 27.09.2017 „Slashpipe-Übungen....“



Abschlussveranstaltung GSS mit Dominik Schlarmann, Vorstand Sparda-Bank West, Martin Wonik, Vorstand LSB NRW, Judith Blau, Referatsleitung Breitensport/Generation LSB NRW



Abschlussveranstaltung GSS mit Dominik Schlarmann, Vorstand Sparda-Bank West (li.) und Martin Wonik, Vorstand LSB NRW



Mitmach-Aktion „Tri+mobil 55+“



Mitmach-Aktion Slashpipes



Mitmach-Aktion Yoga



Mitmach-Aktion Bogenschießen



Mitmach-Aktion Boule



Mitmach-Aktion Beach-Volleyball



Stocktanz-Vorführung während Abschlussveranstaltung GSS

Fazit

Erklärtes Ziel seit Beginn der Kooperation im Oktober 2014 war es, innerhalb der 3-jährigen Projektphase 100 neue Vereinssprojekte zu fördern. Insgesamt konnten 136 Vereine durch ihr Engagement im Bereich „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ von der Förderung profitieren. Die Bandbreite der neuen Angebote für Ältere im 3. Förderjahr war wieder groß. Neben altbewährten Sportarten wie Beachvolleyball, Boule und Yoga wurden auch neue Aktivitäten wie Slashpipes, Bogenschießen und Fitnessbiking für die 55- bis 70-Jährigen geschaffen.

Den Menschen aus zahlreichen NRW-Regionen stehen diese neuen Vereinsangebote offen. Die geförderten Vereine kommen u.a. aus Essen, Mülheim, Dortmund, Sölde, Arnsberg und Duisburg.

Das Projekt „Gemeinsam sportlich sein!“ machte während der gesamten 3-jährigen Kooperation mehr als deutlich, welches Potenzial in den Sportvereinen steckt. Die sehr gute Zusammenarbeit zwischen Vereinen und Sparda-Bank-Filialen vor Ort sowie die Begleitung der neuen und oftmals innovativen Angebote bestätigten, wie sinnvoll und gewinnbringend ein Zusammenschluss des organisierten Sports mit dem Wirtschaftssektor ist.



Landessportbund Nordrhein-Westfalen e.V.

Friedrich-Alfred-Straße 25
47055 Duisburg

Tel. 0203 7381-832

Fax 0203 7381-3832

E-Mail: Ines.Konnert@lsb.nrw

www.lsb.nrw