



# Ausschreibung: AlltagsTrainingsProgramm (ATP)



Das ATP wurde im Rahmen des Programms „Älter werden in Balance“ der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) auf der Grundlage aktueller sportwissenschaftlicher Erkenntnisse entwickelt und soll ab 2017 bundesweit in das Angebot von Sportvereinen aufgenommen werden.

Kooperationspartner sind der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB), der Deutsche Turner-Bund (DTB), der Landessportbund Nordrhein-Westfalen (LSB NRW) und die Deutsche Sporthochschule Köln (DSHS). Gefördert wird es durch den Verband der Privaten Krankenversicherung e.V. (PKV). Das ATP zielt darauf ab, die für den Alltag wichtigen Fähigkeiten von älteren Menschen, wie z. B. Kraft, Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit, möglichst alltagsnah zu trainieren. Die Teilnehmenden werden sensibilisiert, den Alltag drinnen und draußen als Trainingsmöglichkeit zu verstehen und dadurch ein effektives Mehr an Bewegung in das tägliche Leben einzubauen. Dabei sollen bewusst Bewegungsherausforderungen, Hindernisse und Belastungen angenommen werden, um trainingswirksame Reize zu setzen.

Das ATP ist ein **12-wöchiges, standardisiertes** Kursprogramm, das von Sportvereinen angeboten werden kann. Der Kurs richtet sich an **bewegungsinaktive Menschen über 60 Jahre**, auch solche, die bereits Mitglied im Verein sind. In den jeweils **60-minütigen Kurseinheiten** werden verschiedene Alltagssituationen und Tätigkeiten (z. B. Treppensteigen, Tragen, Auf- und Hinsetzen oder Stützen) genutzt, um diese als Übungs- und Trainingsmöglichkeit zu erkennen und zu nutzen.

2017 und 2018 kann in NRW eine finanzielle Unterstützung zur ATP-Kurs-Durchführung beim LSB NRW beantragt werden. Die Kurse werden mit einer maximalen Fördersumme von 800,- € pro Kurs seitens der BZgA unterstützt.



## Formale Voraussetzungen:



- Antragsteller können Sportvereine aus Nordrhein-Westfalen sein, die eine Meldung zur Bestandserhebung abgegeben haben, einem Fachverband und einem Stadt- bzw. Kreissportbund angehören und wegen der Förderung des Sports als gemeinnützig anerkannt sind. Pro Sportverein können maximal bis zu drei ATP-Kurse gefördert werden (mit jeweils unterschiedlichen Teilnehmern). Weitere Kursförderungen werden im Einzelfall geprüft und entschieden. Es können **keine bereits bestehenden Kurse** bzw. Dauerangebote gefördert werden.
- Aufgrund der finanziellen Förderung des Kurses dürfen **keine Teilnahmegebühren** erhoben werden.
- Mit der Genehmigung zum vorzeitigen Maßnahmenbeginn können alle maßnahmenbezogenen Ausgaben ab dem Zeitpunkt der Bewilligung abgerechnet werden. Die Genehmigung des vorzeitigen Maßnahmenbeginns begründet keinen Rechtsanspruch auf die Förderung.
- Zusammen mit dem Antragsformular ist ein grober Zeitraum des Kurses anzugeben (mindestens jedoch der Start- und Endtermin des Kurses).
- Der Kurs muss von einem/einer **autorisierten Übungsleiter/in** (2. Lizenzstufe Prävention) **oder Interessierte mit entsprechender beruflicher Qualifikation** (Sportwissenschaftler, Physiotherapeuten, Sport- und Gymnastiklehrer) durchgeführt werden, der/die an einer ATP-Einweisungsveranstaltung teilgenommen hat. (Termine und Standorte für weitere Einweisungsveranstaltungen für Übungsleiter/innen finden Sie unter <http://www.vibss.de/service-projekte/sport-und-gesundheit/alltagstrainingsprogramm/>)
- Geförderte Vereine erhalten einen Zuschuss von **maximal 800,00 €** in Form einer Anteilsfinanzierung; die Verwendung der Mittel ist durch einen **Verwendungsnachweis (inkl. Belegliste) und einen Sachbericht (1-2 Seiten)** nachzuweisen.
- Für die **Öffentlichkeitsarbeit** werden entsprechende Materialien zur Verfügung gestellt, die Sie unter [www.aelter-werden-in-balance.de/atp/werbematerialien/](http://www.aelter-werden-in-balance.de/atp/werbematerialien/) finden. Bei allen Veröffentlichungen ist das ATP-Logo zu verwenden.



## Förderfähige Ausgaben können u. a. sein:

- Honorare (bezogen auf die Maßnahme):  
Das ÜL-Honorar soll sich an der jeweiligen Vereins-Honorarordnung ausrichten – es können jedoch maximal 30,00 €/Zeitstunde abgerechnet bzw. erstattet werden.
- Ausgaben für Öffentlichkeitsarbeit:  
Ausgaben für z. B. den Druck von Flyern und Plakaten (Fremdbeleg), Werbe-Annoncen, Radio-Werbung
- Verbrauchsmaterial:  
Ausgaben für Klein- und Arbeitsmaterial, dass der Maßnahme konkret zugeordnet werden kann. Kosten für die Anschaffung der elastischen Übungsbänder können abgerechnet werden. Die Übungsbänder gehen nach Abschluss des Kurses in den Besitz der Teilnehmenden über.
- Miete/sonstiges:
  - Raummiete (für Räumlichkeiten oder Plätze, die ausschließlich für die Maßnahme angemietet werden und sich nicht im Eigentum und/oder Besitz des Trägers der Maßnahme befinden).
  - Ausgaben für Druckerzeugnisse und Portokosten, die ausschließlich dieser Maßnahme zugeordnet werden können (Fremdbeleg).

## Grundsätzlich nicht förderungsfähig sind Ausgaben für z. B.:

- Blumensträuße, Geschenke, Gutscheine
- allgemeine Give-Aways, z. B. Kugelschreiber, Regenschirme etc.
- T-Shirts oder andere Bekleidung
- (anteilige) Personalkosten
- alkoholische Getränke (s.o.)
- Nachweise über Eigenbelege
- Materialien, die auch nach der Durchführung der Maßnahme weiter genutzt werden (außer elastische Übungsbänder, s.o.)
- anteilige Miete der Geschäftsstelle, IT-Ausstattung, Druckerpatronen, Büromöbel

Ansprechperson für NRW:

Landessportbund NRW e.V.  
Julia Engel  
Friedrich-Alfred-Str. 25  
47055 Duisburg  
Tel.: 0203 7381-846  
E-Mail: [Julia.Engel@lsb.nrw](mailto:Julia.Engel@lsb.nrw)

Ansprechperson bundesweit:

Christian Ammann  
Tel.: 0221 8992-544  
(Montags und Freitag)  
0221 4982-7115  
(Dienstag bis Donnerstag)  
E-Mail: [c.ammann@dshs-koeln.de](mailto:c.ammann@dshs-koeln.de)