

„Bewegt ÄLTER werden in NRW! - Engagement und Ehrenamt im Sport“.

Sport und freiwilliges Engagement sind untrennbar miteinander verbunden. In den 19.000 Sportvereinen in NRW werden tagtäglich ehrenamtliche und freiwillige Höchstleistungen erbracht. In dem Workshop „Bewegt ÄLTER werden in NRW! – Engagement im Aktionsfeld des Sports“ wurde anhand ausgewählter Projekte und Handlungsfelder des Programms BÄw des Landessportbunds Nordrhein-Westfalen aufgezeigt, in welchem Maße der organisierte Sport mit seinen Mitgliedsorganisationen durch Ehrenamt und freiwilliges Engagement lebt. Im Umkehrschluss bedeutet dies, dass der Sport vielfältige und attraktive Betätigungsfelder für alle Lebensphasen, Interessen und Fähigkeiten aufweist. Damit bietet er (nicht nur) Erwachsenen vielseitige Möglichkeiten sich in ihren individuell unterschiedlichen Lebensphasen (neue) Aktionsfelder zu erschließen, sich zu beteiligen, ihre Kompetenzen einzusetzen und/oder zu erweitern.

Der Workshop zeigte auf, dass Sport freiwilligem Engagement attraktive Aktionsfelder und eine Bühne bietet. Die Vorstellung des vielfältigen freiwilligen Engagements im organisierten Sport sowie des Engagements von Sportvereinen in der Gesellschaft im Kontext des Programms „Bewegt Älter werden in NRW!“ boten den Ausgangspunkt für einen regen Erfahrungsaustausch mit den Vertreterinnen und Vertretern der anderen anwesenden Organisationen.

„Erfolgreiche Quartiersarbeit von Sportvereinen: Aktives Ehrenamt macht den Unterschied“

Ehrenamtlich Aktive sind das „Herz des Sportvereins“, auch bei Quartiersprojekten. Folgende zentrale Fragen wurden verfolgt: Welche Quartiersprojekte von Sportvereinen waren bzw. sind erfolgreich? Welche Schwierigkeiten sind von ehrenamtlich Aktiven zu meistern und was müssen diese für einen Erfolg mitbringen? Die Vorstellung erfolgreicher Projekte und den jeweilig Engagierten dahinter ließ einen Erfahrungsaustausch der Workshopteilnehmer/-innen entstehen.

Mitmachangebot: Alltags-Fitness-Test

Dieses morgendliche Angebot am zweiten Tag der Herbstakademie stand allen offen und wurde gut angenommen. Der Alltags-Fitness-Test (AFT) ist ein standardisierter Test zur Erfassung der alltagsrelevanten körperlichen Fitness von Personen im Alter von 60 bis 94 Jahren. Mit dem wissenschaftlich fundierten und in den USA entwickelten Test können frühzeitige Anzeichen körperlicher Schwächen erkannt und darauf aufbauend individuelle Trainingsempfehlungen gegeben werden. Nach einem kurzen theoretischen Einstieg und Informationen zu dem AFT bestand für alle Teilnehmer/-innen die Möglichkeit, sich individuell zu testen. Getestet wurden die Beweglichkeit im Schulter- und Beckengürtel. Manche Teilnehmer/-innen waren so engagiert und interessiert, dass sie den ganzen Test ausprobieren wollten, d.h. auch ihre Arm- und Beinkraft, sowie die Ausdauer und Geschicklichkeit testeten.

Aus dem Rückblick des Veranstalters Kuratorium Deutscher Altershilfe KDA:

„Zur Herbstakademie 2017 kamen knapp 130 Ehren- und Hauptamtliche aus der gemeinwesenorientierten Seniorenarbeit nach Duisburg, um konkrete und praxisnahe Anregungen für die eigene Arbeit mitzunehmen, voneinander zu lernen, Erfahrungen auszutauschen und gemeinsam über zukünftige Entwicklungen nachzudenken.“

Erstmals konnten Interessierte das Programm der Herbstakademie mitgestalten. Sie brachten Themen wie den Ehrenamt KomPass und den telefonischen Besuchsdienst für Seniorinnen und Senioren ein. Claudia Pinl, Buchautorin und Politikwissenschaftlerin, beendete die Akademie mit einem kritischen Impuls über „Selbstbestimmung und Instrumentalisierung, der die aktuellen Herausforderungen im freiwilligen Engagement hervorhob. Aber natürlich gab es wieder viel Zeit und Raum für Spiel, Spaß und Besinnung bei dieser Herbstakademie, damit gute Gespräche geführt und neue Impulse aufgenommen werden können.

Zahlreiche Programm-Unterstützerinnen und -Unterstützer

Ohne die freiwillige Mitwirkung vieler ehren- und hauptamtlicher Mitarbeitender in den Organisationen, Projekten und Kommunen ist eine solche Veranstaltung mit einem umfangreichen 2-Tages-Programm nicht möglich! Besonderer Dank gilt den Kooperationspartnerinnen und –partnern des Forum Seniorenarbeit NRW:

- Diakonisches Werk des Kirchenkreises Leverkusen
- Erzbistum Köln
- Interkulturelles Nachbarschaftsnetzwerk 55plus; Ev. Kirche Moers-Meerbeck
- Kompetenzzentrum für Kulturelle Bildung Im Alter und Inklusion
- KunstDenkmal Stolpersteine
- Kuratorium Deutsche Altershilfe e.V.
- Landesarbeitsgemeinschaft der Seniorenbüros
- Landesarbeitsgemeinschaft der Freiwilligenagenturen in NRW e.V.
- Landesbüro altengerechte Quartiere NRW
- Landesintegrationsrat NRW
- Landesseniorenvertretung NRW
- Landessportbund NRW
- Landeskoordination für ältere Lesben und Schwule NRW angesiedelt in Rubicon Köln
- Lehmbruck-Museum Duisburg
- Malteser Deutschland gGmbH, Köln und Malteser Hilfsdienst e.V, Langenfeld.
- Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen
- ProjektWerkstatt Seniorenbildung
- Seniorenbüro Bochum Ost und Seniorenbüro Bochum Mitte
- SONNENWEG e.V.
- Stadt Ahlen
- Stadt Kempen
- Zwischen Arbeit und Ruhestand (ZWAR) und ZWAR Borken“