



Fachartikel

## „SPORT PRO GESUNDHEIT- Angebote in Nordrhein-Westfalen“

Entwicklungen und Ergebnisse  
von Qualitätsüberprüfungen



Herausgeber: LandesSportBund Nordrhein-Westfalen  
Friedrich-Alfred-Str. 25  
47055 Duisburg  
[www.wir-im-sport.de](http://www.wir-im-sport.de)

Verantwortlich: Referat 4 „Breitensport/Sporträume“:  
Fachbereich „Sport und Gesundheit“

Text und Redaktion: Dr. Michael Matlik

Auswertungen: Dietmar Fritzsche (Plan\_B)

Gestaltung: Martina Tiedmann

Ausgabe: Duisburg 2009 (12/09)

# Inhalt

1. Handlungsprogramm 2015 „Sport und Gesundheit“ für das Land Nordrhein-Westfalen.....	4
2. Das Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT .....	4
3. Die Umsetzung in Nordrhein-Westfalen.....	5
4. Analyse der SPORT PRO GESUNDHEIT-Angebote .....	6
5. Perspektiven .....	9
6. Arbeitsgrundlagen für das Handlungsfeld „Sport und Gesundheit“ in Nordrhein-Westfalen.....	10

# 1. Handlungsprogramm 2015 „Sport und Gesundheit“ für das Land Nordrhein-Westfalen

Der LandesSportBund und das Land Nordrhein-Westfalen haben das Handlungsfeld „Sport und Gesundheit“ zu einem Schwerpunkt der Sportentwicklung in Nordrhein-Westfalen gemacht. Mit dem „Handlungsprogramm 2015 ‘Sport und Gesundheit’ für das Land Nordrhein-Westfalen“ soll das Handlungsfeld zukunftsorientiert weiterentwickelt werden. „Mit dieser Offensive wollen wir insbesondere das öffentliche Bewusstsein für die Unverzichtbarkeit von Bewegung und Sport schärfen, die Angebotsstrukturen ausbauen, die Qualität sportlicher Angebote im Präventions- und Rehabilitationsbereich sichern und kontinuierlich verbessern sowie einen Beitrag leisten zur Vernetzung aller gesundheitsfördernden Bemühungen in Nordrhein-Westfalen.“<sup>1</sup> Die Sportvereine mit ihrem differenzierten Sport- und Bewegungsangebot stehen im Zentrum der Offensive. Sie gilt es zu unterstützen und in ihrer Entwicklung zu fördern. Alle Initiativen des „Handlungsprogramms 2015“ haben diese Orientierung.

Die mittlerweile über 4.000 präventiven Sport- und Bewegungsangebote SPORT PRO GESUNDHEIT<sup>2</sup> stellen ein überaus wichtiges Angebotssegment der nordrhein-westfälischen Vereine im gesundheitsorientierten Sport dar. Die Angebote werden nach strengen Qualitätskriterien zertifiziert und unterliegen einem Qualitätsmanagement. Der vorliegende Fachartikel zeigt die Entwicklung und den aktuellen Stand des Programms sowie Ergebnisse der systematischen Qualitätsüberprüfungen auf.

## 2. Das Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT

Das Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT ist die bundesweit einheitliche Dachmarke für qualitativ abgesicherte präventive/gesundheitsfördernde Sport- und Bewegungsangebote in den Sportvereinen. Es wurde vom Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) gemeinsam mit der Bundesärztekammer entwickelt und wird auf Landesebene von den Landessportbünden gemeinsam mit den Ärztekammern und den beteiligten Sportfachverbänden umgesetzt. Das Siegel erhalten nur solche Angebote, die sich durch die Erfüllung bestimmter Qualitätskriterien – u.a. eine besondere Qualifikation der Leitung, die Erfüllung bestimmter Rahmenbedingungen und die Orientierung an einem wissenschaftlich fundierten ganzheitlichen Ansatz – auszeichnen. Deren Erfüllung wird über ein umfangreiches Anerkennungsverfahren überprüft und durch den Einsatz qualitätssichernder Instrumentarien – zum Beispiel regelmäßige Qualitätszirkel oder Teilnehmerbefragungen – nachhaltig abgesichert.

---

<sup>1</sup> Dr. Ingo Wolf, Innen- und Sportminister des Landes Nordrhein-Westfalen, und Walter Schneeloch, Präsident des LandesSportBundes Nordrhein-Westfalen, in: Sport und Gesundheit. Handlungsprogramm 2015 für das Land Nordrhein-Westfalen. Duisburg 2005, S. 5

<sup>2</sup> Inklusive der Angebote mit den Siegeln „Pluspunkt Gesundheit. DTB“ des Deutschen Turner-Bundes und „Gesund und fit im Wasser“ des Deutschen Schwimmverbandes

Es gibt Angebote in vier verschiedenen Bereichen:

- Herz-Kreislaufsystem
- Haltungs- und Bewegungssystem
- Stressbewältigung und Entspannung
- allgemeine Prävention

sowie in verschiedenen Zielgruppen- oder Themenbereichen:

- Gesundheitsförderung für Kinder und Jugendliche
- Gesundheitsförderung für Ältere

Zudem existieren sportartorientierte Angebotskonzepte mit standardisierten evaluierten Konzepten wie z.B.:

- Gesundheitssport Tischtennis
- Bewegungsraum Wasser
- G.U.T. Aikido

Mit dem Siegel werden die Zugangsmöglichkeiten zu präventiven/gesundheitsfördernden Sport- und Bewegungsangebote entscheidend verbessert. Es bietet eine klare Orientierung bei der existierenden Angebotsvielfalt. Interessierte können sicher sein, dass sie nach vergleichbaren Standards qualifiziert betreut und angeleitet werden.

Die Angebote sind über landesweite oder regionale Angebotsverzeichnisse oder über das Internet ([www.ueberwin.de](http://www.ueberwin.de), [www.sport-pro-gesundheit.de](http://www.sport-pro-gesundheit.de)) zu finden. Die niedergelassenen Ärzte sowie die Apotheken in Nordrhein-Westfalen verfügen über entsprechende Informationen.

### 3. Die Umsetzung in Nordrhein-Westfalen

Das Siegel wurde im Jahr 2000 auf Bundesebene eingeführt. Unter Federführung einer beim LandesSportBund Nordrhein-Westfalen angesiedelten Landesarbeitsgemeinschaft SPORT PRO GESUNDHEIT erfolgte die Einführung in Nordrhein-Westfalen im Jahr 2001.

Im Auftrag und mit Förderung des Deutschen Olympischen Sportbundes sowie mit Unterstützung des Sportministeriums des Landes Nordrhein-Westfalen und der Gmünder Ersatzkasse GEK sowie in enger Zusammenarbeit mit den Ärztekammern und den Sportärzdebünden erfolgte die Umsetzung in Nordrhein-Westfalen von Beginn an unter besonderer Berücksichtigung eines Qualitätsmanagements nach dem EFQM-Modell. Dazu gehörten u.a. die Bearbeitung des Anerkennungsverfahrens mit Hilfe von prozessabbildenden Instrumentarien und einem speziell entwickelten Workflow-Programm, der Einsatz von zentral ausgewerteten Teilnehmerbefragungen zur Zufriedenheit mit dem Angebot oder die Durchführung von Qualitätszirkeln für die Mitarbeiter/innen der Angebote.

Im November 2008 konnte das 3.000. Qualitätssiegel-Angebot durch den LandesSportBund zertifiziert werden. Mit Stand 01.12.2009 existierten über 4.000 gültige Angebote in Nordrhein-Westfalen. Zusammen mit den zugeordneten Siegeln „Pluspunkt Gesundheit.DTB“ des Deutschen Turnerbundes und „Gesund und fit im Wasser“ des Deutschen Schwimmverbandes konnte damit durch die Sportvereine in nur wenigen Jahren ein flächendeckendes Angebotsnetz aufgebaut werden.

Auf der Grundlage der verschiedenen eingesetzten Instrumentarien lassen sich Entwicklungstendenzen bei den zertifizierten Angeboten in Bezug auf Angebotsart und Teilnehmerstruktur feststellen.

## 4. Analyse der SPORT PRO GESUNDHEIT-Angebote

### Angebotsbereiche

Bei den mittlerweile über 4.000 (Stand: 01.12.2009) gültigen SPORT PRO GESUNDHEIT-Angeboten in Nordrhein-Westfalen sind die meisten dem Bereich „Haltungs- und Bewegungssystem“ (55,6 %) zuzuordnen. Danach folgen mit steigender Tendenz Angebote des Bereichs „Herz-Kreislaufsystem“ mit 32,4 %. Der Angebotsbereich „Stressbewältigung und Entspannung“ spielt mit 3,2 % eher eine untergeordnete Rolle.

Die zielgruppenspezifischen Angebotsbereiche „Gesundheitsförderung für Kinder/Jugendliche“ und „Gesundheitsförderung für Ältere“ werden in Nordrhein-Westfalen unter dem Angebotsbereich „Allgemeine Prävention“ subsumiert.

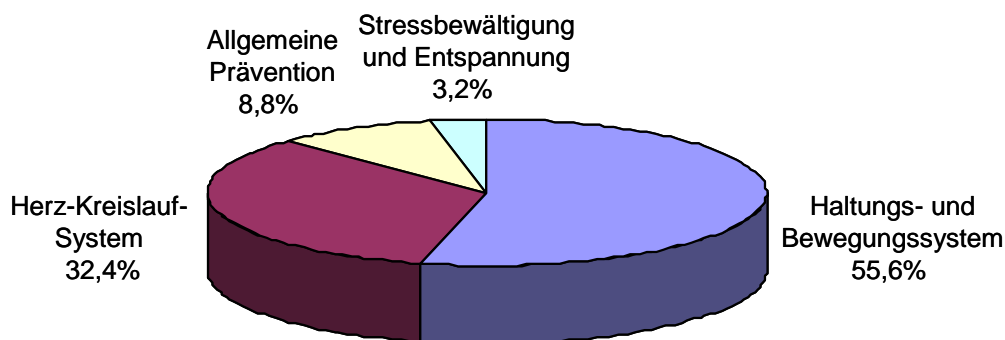


Abb.1: Prozentuale Verteilung der Angebotsbereiche, n = 4.000

## Teilnehmerbefragungen

Seit 2002 werden bei Angeboten mit dem Qualitätssiegel fakultativ Teilnehmer-Befragungen durchgeführt. Verschiedene Aspekte des Angebots, zusammengefasst in 5 Indikatorengruppen („Information/Beratung/Zulassung/Veranstaltungsräume“, „Gestaltung des Angebots“, „Nutzen/Effekte“, „Betreuung/Übungsleitung“ und „Unterlagen“), werden anonym anhand einer 4er Skalierung bewertet. Die Auswertung erfolgt zentral durch eine vom LandesSport-Bund beauftragte Firma, die die Ergebnisse der einzelnen beteiligten Angebote den betreuenden Übungsleitungen übermittelt. Eine kumulative Auswertung mit insgesamt 2.743 Bewertungsbogen aus 249 zertifizierten Angeboten von 72 unterschiedlichen Vereinen lässt Rückschlüsse auf die Alters- und Geschlechterverteilung sowie die Zufriedenheit mit dem Angebot insgesamt sowie mit einzelnen Aspekten des Angebots zu.

## Teilnehmerzusammensetzung und Informationsquellen

Da die Kategorien „Geschlecht“ und „Angaben zum Alter“ erst im Jahr 2003 in die Bewertungsbogen aufgenommen wurden, enthielten nur 1997 Bogen diese Angaben. Davon sind 65 %, von Frauen und 35 % von Männern. Bei den einzelnen Angebotsbereichen ergaben sich keine großen Unterschiede.

Das Durchschnittsalter betrug 55,8 Jahre (52,0 bei Frauen und 59,6 bei Männern).

Rund ein Drittel der Teilnehmer gibt an, vor der Teilnahme sportlich nicht aktiv gewesen zu sein.

Als hauptsächliche Informationsquelle, aus der die Teilnehmer von dem Angebot erfahren haben, erweisen sich Bekannte/Freunde (31 %) sowie die Presse (27 %). Die Werbung im Verein selbst (16 %) und die Empfehlung durch Ärzte (14 %) haben ebenfalls eine Bedeutung. Die wenigsten Teilnehmer haben durch ihre Krankenkasse den Weg in das Angebot gefunden (5 %).

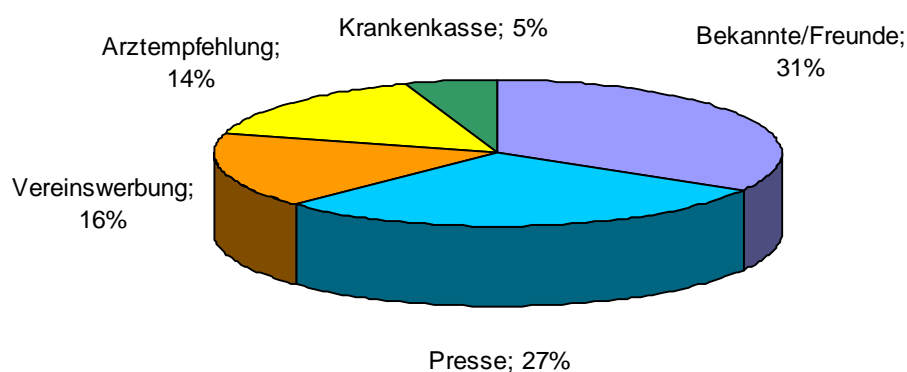


Abb. 2: Zugang zu den Angeboten

## Zufriedenheit mit dem Angebot

Insgesamt ist festzuhalten, dass mit einem Durchschnittswert von 1,45 bei einer 4er-Skalierung eine große Zufriedenheit mit dem Angebot bei den Teilnehmern zu verzeichnen ist. Alle erfassten Indikatorengruppen werden im Durchschnitt besser als 2 bewertet. Es zeigen sich keine großen Unterschiede zwischen den Geschlechtern. Aus diesem Grund wird im Folgenden auf geschlechterdifferenzierende Angaben verzichtet.

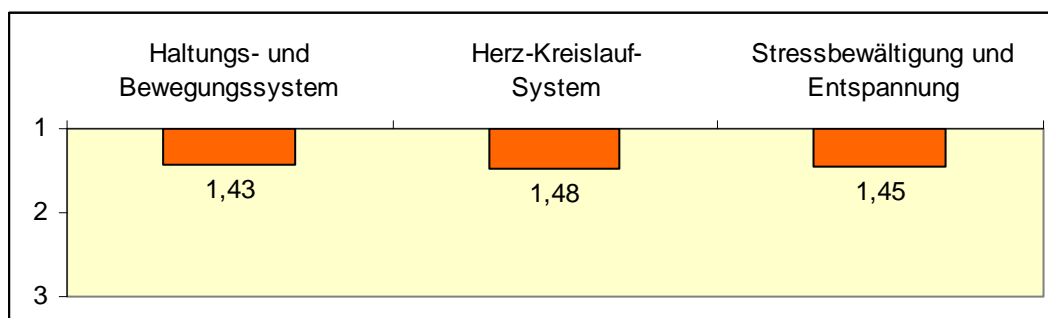


Abb. 3: Teilnehmerzufriedenheit gesamt in den einzelnen Angebotsbereichen n = 2.743

Mit Abstand am besten wird mit einem Durchschnittswert von 1,28 die Betreuung durch die Übungsleiterinnen und Übungsleiter bewertet. Danach folgen die Indikatorengruppen „Gestaltung des Angebots“ mit 1,46 und „Nutzen/Effekte“ mit 1,49. Der Aspekt „Unterlagen“, in dem die Qualität der den Teilnehmern gegebenen Informationen und Teilnehmer-Materialien zum Thema des Angebots bewertet werden, weist einen Durchschnittswert von 1,65 auf. Der Aspekt „Information/Beratung/Zulassung/Veranstaltungsräume“ wird mit dem Durchschnittswert 1,64 bewertet. Hier verschlechtert der Teilaspekt „Veranstaltungsräume“ mit einer Bewertung von 2,08 den Durchschnittswert erheblich.

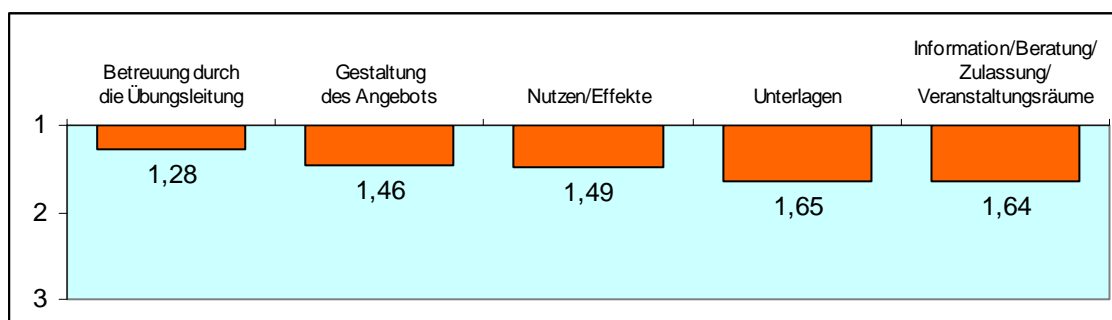


Abb. 4: Teilnehmerzufriedenheit in den fünf Indikatorengruppen



## Diskussion

Die Zufriedenheit der Teilnehmer an SPORT PRO GESUNDHEIT-Angeboten in Nordrhein-Westfalen ist hoch. Damit ist eine entscheidende Voraussetzung für die nachhaltige Bindung der Teilnehmer an die Angebote gegeben.

Lediglich in den Aspekten „Unterlagen“ und insbesondere „Räumlichkeiten“ scheinen noch Verbesserungspotenziale vorhanden zu sein. Die Qualität der Räumlichkeiten ist allerdings durch die meisten Sportvereine nur bedingt zu beeinflussen, da ihr Angebot in städtischen Anlagen stattfindet. Hier ist der Gesamtverein gefordert, mit den Kommunen ins Gespräch zu kommen. Seit 2007 liegen den Übungsleitungen reichhaltige Teilnehmermaterialien in Form von Kopiervorlagen in den vom LandesSportBund Nordrhein-Westfalen herausgegebenen Angebotsmanualen vor. Sie scheinen jedoch noch nicht durch alle Übungsleitungen eingesetzt zu werden.

## 5. Perspektiven

Die Durchführung von Teilnehmerbefragungen in den SPORT PRO GESUNDHEIT-Angeboten hat sich bewährt.

Durch die in Nordrhein-Westfalen erfolgende zentrale Auswertung erhalten die Dachorganisationen Hinweise auf die Zielgruppen der Angebote sowie auf evt. Unterstützungsbedarf der Gruppen und ihrer Mitarbeiter/innen. Die Übungsleiter/innen erhalten durch eine vom LandesSportBund entwickelte Hilfe zur Beurteilung ihrer Ergebnisse und insbesondere auch durch den Vergleich ihres Angebots mit den Landes-Durchschnittswerten konkrete Rückmeldungen über Verbesserungspotenziale ihres Angebots.

Die Arbeit der mittlerweile über 20 regelmäßig durchgeführten Qualitätszirkel in Nordrhein-Westfalen wird konsequent an den durch das Siegel vorgegebenen Qualitätskriterien orientiert. Dafür wurden entsprechende Moderationsszenarien für die betreuenden Moderatoren entwickelt. Diese werden zukünftig um die Aspekte „Teilnehmermaterialien“ und „Veranstaltungsräume“ ergänzt. Die Aus- und Fortbildungen für die Übungsleitungen werden zukünftig noch stärker an den gesundheitlichen Zielstellungen der Angebote ausgerichtet. Entsprechende Praxishilfen und evaluierte Angebotsmanuals existieren bereits. Darüber hinaus wurde ein Erhebungsbogen zur Messung insbesondere der psychosozialen gesundheitlichen Effekte bei den Teilnehmern entwickelt, der zz. erprobt wird. Die qualitätssichernden Instrumente für die SPORT PRO GESUNDHEIT-Angebote sollen über das in Nordrhein-Westfalen in Zusammenarbeit aller im gesundheitsorientierten Sport aktiven Sportfachverbände eingerichtete „QM-Online“-Portal ([www.qmsport.de](http://www.qmsport.de), vorerst nur für den Rehabilitationssport) ab 2010 für alle Übungsleitungen über das Internet abrufbar sein.

Über diese Entwicklungen informieren die Internetseiten des Fachbereich „Sport und Gesundheit“ im LandesSportBund Nordrhein-Westfalen: [www.wir-im-sport.de](http://www.wir-im-sport.de) → Breitensport → Sport und Gesundheit → Prävention.

Informationen zum Qualitätssiegel und ein Verzeichnis der in Deutschland existierenden Angebote bietet die Internetseite des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB): [www.sport-pro-gesundheit.de](http://www.sport-pro-gesundheit.de). Der Zugang kann auch über das Internetportal der Öffentlichkeitskampagne „Überwinde deinen inneren Schweinehund“ (ÜdiS) [www.ueberwin.de](http://www.ueberwin.de) erfolgen.

## 6. Arbeitsgrundlagen für das Handlungsfeld „Sport und Gesundheit“ in Nordrhein-Westfalen

LandesSportBund Nordrhein-Westfalen und Innenministerium des Landes Nordrhein-Westfalen (Hrsg.) (2005): Sport und Gesundheit. Handlungsprogramm 2015 für das Land Nordrhein-Westfalen. Eigenverlag. Duisburg.

LandesSportBund Nordrhein-Westfalen (Hrsg.) (2003): Sport, Bewegung und Gesundheit. Grundlagen und Leitziele zur Praxis gesundheitsorientierter Sport- und Bewegungsangebote in Nordrhein-Westfalen. Positionspapier. Eigenverlag. Duisburg.

LandesSportBund Nordrhein-Westfalen (Hrsg.) (2006): Initiative zur Strukturentwicklung „Sport und Gesundheit“ in Fachverbänden und Stadt- und/Kreissportbünden. 2., unveränderte Auflage. Eigenverlag. Duisburg.

LandesSportBund Nordrhein-Westfalen (Hrsg.) (2006): Überwinde deinen inneren Schweinehund. Die Öffentlichkeitskampagne in NRW für mehr Bewegung im Alltag. Umsetzungskonzept. Eigenverlag. Duisburg.

LandesSportBund Nordrhein-Westfalen (Hrsg.) (2008): Informationen zur Beantragung des Siegels SPORT PRO GESUNDHEIT in Nordrhein-Westfalen. Eigenverlag. Duisburg.

Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen (Hrsg.) (2005): Gesundheitsziele NRW - 2005-2010. Grundlagen für die nordrhein-westfälische Gesundheitspolitik. Iögd. Bielefeld.

Landesinstitut für Gesundheit und Arbeit des Landes Nordrhein-Westfalen (Hrsg.) (2009): Das Präventionskonzept Nordrhein-Westfalen – eine Investition in Lebensqualität. Aktualisierte Handlungsgrundlage. Eigenverlag. Düsseldorf.

Arbeitsgemeinschaft der Spitzenverbände der Krankenkassen unter Beteiligung des Spitzenverbandes Bund der Krankenkassen (Hrsg.) (2008): Gemeinsame und einheitliche Handlungsfelder und Kriterien der Spitzenverbände der Krankenkassen zur Umsetzung von § 20 und § 20 a SGB V vom 21. Juni 2000 in der Fassung vom 2. Juni 2008.

Bundesarbeitsgemeinschaft für Rehabilitation BAR (Hrsg.) (2007): Rahmenvereinbarung über den Rehabilitationssport und das Funktionstraining vom 1. Oktober 2003 i.d.F. vom 1. Januar 2007

Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz, Bundesministerium für Gesundheit (Hrsg.) (2008): IN FORM- Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung. Eigenverlag. Bonn/Berlin.



[www.ueberwin.de](http://www.ueberwin.de)

Überwinde deinen inneren Schweinehund  
Gesundheit braucht Bewegung!  
Sportvereine haben die Angebote

Unterstützt durch

Innenministerium  
des Landes Nordrhein-Westfalen



**BKK** vor Ort