

Bewegt Älter werden in NRW

Der demografische und gesellschaftliche Wandel ist längst im organisierten Sport angekommen und fordert die Sportorganisationen in Nordrhein-Westfalen zum Handeln auf. Gemeinsam mit den Partnern im Verbundsystem des Sports, weiteren Unterstützern und gesellschaftlichen Akteuren setzt sich der Landessportbund NRW dafür ein, das öffentliche Bewusstsein hinsichtlich der Bedeutung von Bewegung im Erwachsenenalter zu schärfen. Es geht darum, mehr Bewegung und Sport in den höheren Lebensphasen zu verwirklichen.

Das Programm „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ (BÄw) versteht sich seit 2011 als systematische Weiterentwicklung der Initiative „Zukunft gestalten – aktiv und gesund älter werden in NRW“. Es beschreibt die spezifischen Grundlagen für die Arbeit im Bereich „Ältere“. Als eine Säule des Gesamtkonzepts „Chancen ergreifen, Perspektiven schaffen, unsere Gesellschaft mitgestalten – Vereinssport 2020“ nimmt es die Auswirkungen des demografischen Wandels, die Alterung der Bevölkerung, die Lebensphasen der Erwachsenen und ihre Bewegungs- und Sportaktivitäten/ -interessen in den Blick. Sportvereine, Bünde und Verbände sind aufgerufen

- lebenslanges Sporttreiben zu ermöglichen,
- die positive Entwicklung des Alterns mitzugestalten,
- die Interessen der verschiedenen Lebensphasen aufzugreifen,
- individuelle Entwicklung und Förderung in allen Lebenslagen und –phasen zu gewährleisten,
- zu einem gelingenden sozialen Miteinander beizutragen sowie
- gesellschaftliche Verantwortung zu übernehmen.

Dazu entwickeln und ermöglichen sie entsprechende Angebote.

Mit dem Programm „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ wurden die strategischen, strukturellen und unterstützenden Rahmenbedingungen geschaffen. Der Landessportbund NRW hat ein Programm entwickelt, das die Vielfalt der Angebote zu Bewegung, Spiel, Sport, Begegnung und Bildung fördern und zur weiteren Sport- und Vereinsentwicklung beitragen soll. Es bezieht sich auf ALLE Erwachsenen in NRW. Angesprochen werden sollen Menschen in allen Lebensphasen.

Die Handlungsfelder von BÄw lauten: SPORTLICH sein, FIT sein, MOBIL/aktiv sein, GEMEINSAM älter werden, ENGAGIERT älter werden und Deutsches SPORTABZEICHEN. Diese Handlungsfelder und die jeweiligen Projekte beziehen sich auf die alltägliche Arbeit der Verbände, Bünde und Sportvereine. Sie wurden in den vergangenen Jahren durch viele Anregungen aus dem Verbundsystem des Sports und aus der Praxis der Sportvereine, aus Politik und Wissenschaft, von Programm- und Projektpartnern aufgenommen und weiterentwickelt.

Weitere Informationen zu dem Programm „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ sowie Programmschwerpunkten und Projekten finden Sie auf der Homepage des Landessportbundes NRW unter „UNSERE THEMEN“ im Bereich „Bewegt ÄLTER werden“.
(<https://www.lsb.nrw/unsere-themen/bewegt-aelter-werden/>)

Mitgliedsvereine, die Veranstaltungen oder Sportangebote im Bereich „**Bewegt ÄLTER werden**“ planen und Unterstützung oder Beratung brauchen, nehmen mit Frau Anke Tölzer anke.toelzer@fuenf-nrw.de Kontakt auf.

Veranstaltungen von Vereinen im Rahmen des Programms "Bewegt Älter werden in NRW"

Aktionstag - Fit durch Wandern auf der Zwei-Seen-Runde in Borken

Wanderung auf der Zwei-Seen-Runde in Borken

Treffpunkt: Am Parkplatz des Amts- und Landgerichts Krefeld, Nordwall 131, 47798 Krefeld

Datum: Samstag, 14. Dezember 2019

Start: 09.30 Uhr

Eine naturbelassene Landschaft, mit fließenden und stillen Gewässern, Wiesen, Wälder, Moore sowie seltene Pflanzen- und Tierarten erwarten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer auf ihrer Route von der Burg Brüggen um den Borner See, weiter durch das Naturschutzgebiet Tantelbruch zum und um den Harkisee. Zwischendurch ist eine Rast zur Stärkung und zum Erfahrungsaustausch eingeplant.

Im Anschluss geht es durch offene Felder zurück nach Brüggen.

Die Wanderzeit beträgt ca. 3 Std. (ca. 12 km auf meist ebenen Wald- und Feldwegen)

Organisiert und unterstützt wird der Aktionstag im Rahmen des Programms „Bewegt ÄLTER werden“, vom Landessportbund NRW und der Staatskanzlei des Landes Nordrhein-Westfalen.

Geleitet wird der Aktionstag von Horst Graf, erfahrener Wanderführer bei dem Haus 43 - Sport für aktive Bürger Krefeld e.V.

Die Teilnahme ist nach vorheriger Anmeldung kostenlos.

Anmeldung bis zum 12. Dezember 2019 bei Claudia Friederich zwecks Reservierung

Tel. 0228-5594114 oder claudia.friederich@fuenf-nrw.de

[Ausschreibung](#)

Informationveranstaltung zum Programm mit anschließendem Workshop

Folgende Veranstaltungen finden am 30.07.2019 in den Räumen des Vereinsheims des Sport für aktive

Bürger Krefeld e.V. Moerser Straße 43 47798 Krefeld statt.

Informationsveranstaltung Bewegt ÄLTER werden in NRW - 11 Uhr

und im Anschluss:

Workshop „Sport und Generationen“ - 14 Uhr -

Die Teilnahme an den Veranstaltungen ist kostenfrei.

Interesse? Bitte melden Sie sich bis zum 28.07.2019 bei claudia.friederich@fuenf-nrw.de an.