



THEMENWOCHE

Fit ins Alter

ONLINE VOM 22. BIS 26. SEPTEMBER 2021

Ausreichend Bewegung und Sport sind wichtige Faktoren für die Fitness und die Prävention vielfältiger Erkrankungen. Sport im Verein bedeutet insbesondere für Ältere weitaus mehr als nur Gesunderhaltung, es bedeutet Gemeinschaft und soziales Miteinander. Auf der anderen Seite stellen Ältere mit Wissen, Engagement und Bereitschaft eine große Bereicherung für den Verein dar.

Wie kann es also gelingen, die Vereinsstrukturen seniorenfreundlich zu gestalten? Die Themenwoche beinhaltet Information und Sensibilisierung für die Bedürfnisse, Herausforderungen und Chancen des Sports für und mit Älteren sowie Praxisbeispiele für entsprechende Angebotsformate.



LandesSportBund
Sachsen-Anhalt e.V.

WWW.LSB-SACHSEN-ANHALT.DE

BREITENSport ⇒ WEITERE THEMEN ⇒ FIT INS ALTER



Foto: untere Reihe: mittig:
© LSB NRW / Lutz Leitmann
Alle weiteren Fotos:
© LSB NRW / Andrea Bowinkelmann

THEMENWOCHE

Fit ins Alter

ONLINE VOM 22. BIS 26. SEPTEMBER 2021

DIGITALE SPRECHSTUNDE (BERATUNG)

Dienstag 14.09.2021, 17.30-19.00 Uhr

Unterstützung bei technischen Fragen zur Online-Veranstaltung Fit ins Alter.

DEMOGRAFISCHER WANDEL IN SACHSEN-ANHALT: ENTWICKLUNGSPERSPEKTIVEN UND CHANCEN FÜR DEN SPORT (WORKSHOP)

Mittwoch 22.09.2021, 17.30-19.00 Uhr

Gemeinsam vor Ort gestalten – Zukunftswerkstatt

ÄLTERE IM VEREIN - UMGANG MIT DER PANDEMIE (MINI-BARCAMP)

Mittwoch 22.09.2021, 19.15-20.15 Uhr

Eine Stunde für Pandemie-bezogene Themen in der Vereinsarbeit

MITGLIEDERGEWINNUNG DURCH REHABILITATIONSSPORT (WORKSHOP)

Donnerstag 23.09.2021, 17.30-19.00 Uhr

Rehasport als Chance für Weiterentwicklung und Mitgliedergewinnung. Die wichtigsten Schritte zur Integration in das eigene Vereinsangebot.

SENIORENFREUNDLICHER SPORTVEREIN - WAS GEHÖRT DAZU? (MINI-BARCAMP)

Donnerstag 23.09.2021, 19.15-20.15 Uhr

Eine Stunde zum Austausch für Themen rings ums Fit sein & Fit bleiben im Alter. Angebote, Hindernisse und Möglichkeiten im Vereinsleben.

SPORT BEWEGT MENSCHEN MIT DEMENZ (WORKSHOP)

Freitag 24.09.2021, 14.00-15.30 Uhr

Bedeutsamkeit sportlicher Bewegung für die Lebensqualität von Menschen mit Demenz. Schritte zur Gestaltung eines adäquaten Angebots und Kennenlernen des DOSB-Projekts „Sport bewegt Menschen mit Demenz“.

SO GEHT'S - MODELLE GUTER PRAXIS (MINI-BARCAMP)

Freitag 24.09.2021, 19.15-20.15 Uhr

Gemeinsamer Austausch zu erfolgreichen Ideen, Maßnahmen und Projekten für die Zielgruppe der Älteren

GENIAL: GEMEINSAM BEWEGEN - GESUND LEBEN IM ALTER (WORKSHOP)

Samstag 25.09.2021, 9.00-10.30 Uhr

Interaktiver Workshop über Zugangswege zur bisher unterrepräsentierten Zielgruppe der Älteren mit Migrationshintergrund sowie Gestaltung geeigneter Angebote in Sportvereinen mit Inhalten und Beispielen aus dem DOSB-Projekt.

ZIELGERICHTETE ÖFFENTLICHKEITS- UND PRESSEARBEIT IM SPORTVEREIN (WORKSHOP)

Samstag 25.09.2021, 10.45-12.15 Uhr

Öffentlichkeitsarbeit als Kerninstrument der Bekanntmachung von Angeboten sowie zur Gewinnung von Partnern und Mitgliedern. Ein Workshop zum Überblick von Grundsätzen, Instrumenten und Methoden der internen und externen Öffentlichkeitsarbeit im Hinblick auf die Zielgruppe der Älteren.

BARRIEREFREIE ORGANISATION: ENTWICKLUNGEN UND PERSPEKTIVEN (WORKSHOP)

Samstag 25.09.2021, 13.00-14.30 Uhr

Organisationsentwicklung mit dem Perspektivwechsel auf barrierearme und seniorenfreundliche Strukturen

ABWECHSLUNG STATT ABSTUMPfung - MIT NEUEN IDEEN SENIORSportANGEBOTE KREATIV GESTALTEN (WORKSHOP)

Samstag 25.09.2021, 15.00-16.30 Uhr

Neue Impulse für abwechslungsreiche Sportangebote

IDEEN-CAFÉ (AUSTAUSCH)

Sonntag 26.09.2021, 9.00-10.00 Uhr

Austauschrunde für alle Beteiligten der digitalen Themenwoche Fit ins Alter mit Raum zum netzwerken, teilen von Ideen und stellen von Fragen.

ENGAGEMENT UND PARTIZIPATION DER ÄLTEREN (WORKSHOP)

Sonntag 26.09.2021, 10.00-11.30 Uhr

Chancen und Möglichkeiten der ehrenamtlichen Unterstützung durch Ältere. Eine Win-Win-Situation für alle Beteiligten.

VEREINSENTWICKLUNG DURCH GESUNDHEITS- UND PRÄVENTIONSSPORT IM VEREIN (WORKSHOP)

Sonntag 26.09.2021, 12.00-13.30 Uhr

Ein Überblick wie Gesundheits- und Präventionssport einen Beitrag zur Vereinsentwicklung leisten kann.

SPRECHSTUNDE PROJEKTFÖRDERUNG (BERATUNG)

Montag 27.09.2021, 17.30-18.30 Uhr

Beratungsangebot zur Finanzierung von neuen Ideen und Projekten

ANSPRECHPARTNERIN:

Johanna Deutsch, Referentin Breitensport

☎ 0345 5279129, ✉ deutsch@lsb-sachsen-anhalt.de