

- [Teilen](#)
- [Drucken](#)
- [Als PDF speichern](#)

## [Zurück zur Übersicht](#)

Pressemitteilung

# Neuer Praxisleitfaden „Offene Bewegungsangebote im Freien für Ältere“ veröffentlicht

12.03.2019

Die Verbreitung von Bewegungstreffs hat in den vergangenen Jahren stetig zugenommen. In Baden-Württemberg gibt es mittlerweile in 15 Stadt- und Landkreisen über 100 Bewegungstreffs im Freien. „Bewegung ist in jedem Alter, besonders aber für Senioren, wichtig. Sie leistet einen wesentlichen Beitrag, um Alltagstüchtigkeit, Wohlbefinden und Zufriedenheit zu erhalten und zu fördern“, erläutert Regierungspräsident Wolfgang Reimer.

Viele Kommunen im Land haben in den vergangenen Jahren zusammen mit dem Gesundheitsamt, örtlichen Sportvereinen und weiteren Netzwerkpartnern offene Bewegungsangebote im Freien für ältere Menschen etabliert. „Durch kostenlose Bewegungstreffs vor Ort gelingt es uns, viele Bürgerinnen und Bürgern in Baden-Württemberg zu erreichen. Meistens bewegen sie sich wöchentlich gemeinsam. Sport in der Gruppe macht Freude, motiviert und stärkt dabei gleichzeitig ein soziales Miteinander im Wohnumfeld“, betont der Regierungspräsident.

Das Landesgesundheitsamt (LGA) im Regierungspräsidium Stuttgart hat als fachliche Leitstelle für den Öffentlichen Gesundheitsdienst in Baden-Württemberg unter anderem die Aufgabe, die Kommunen im Bereich Gesundheitsförderung zu unterstützen, zu beraten und zu vernetzen. Das LGA organisiert jährlich Netzwerktreffen und Fachtagungen und veröffentlicht Handlungshilfen zur kommunalen Bewegungsförderung. So wurde Anfang 2019 die neue Broschüre „Offene Bewegungsangebote im Freien für Ältere“ herausgegeben, die eine Übersicht verschiedener Bewegungsangebote im Freien für Ältere bietet und gleichzeitig deren Transfer in weitere Kommunen erleichtern soll.

„Ich freue mich besonders, dass wir einige Stimmen erfahrener Koordinatoren aus Baden-Württemberg einfangen konnten, um beispielhaft ihre Erfahrungen und Tipps in dieser Broschüre weiterzugeben. Ich hoffe, dass weitere Kommunen aufmerksam und motiviert werden, diese Form der Bewegungsförderung älterer Menschen in ihrem Umkreis aufzubauen“, betont Dr. Karlin Stark, Abteilungspräsidentin des Landesgesundheitsamtes Baden-Württemberg im Regierungspräsidium Stuttgart.

Hintergrundinformationen:

Unter dem Motto „Politik macht Gesundheit“ findet am 14. und 15. März der diesjährige Public Health-Kongress „Armut und Gesundheit“ an der Technischen Universität in Berlin statt. Hier präsentiert das LGA im Rahmen der Posterpräsentation zum Themenfeld Ältere Menschen die Bewegungstreffs im Freien.

Offene Bewegungsangebote im Freien ergänzen die klassischen Angebote des organisierten Sports, der Volkshochschulen oder der Fitnessstudios in einer Kommune. Sie bieten einen leichten Zugang zu aktiver Bewegung im Alltag und die Möglichkeit, gerade ältere Menschen zu erreichen. Die Treffen finden in der wohnortnahen Umgebung statt – im Park oder auf Spielplätzen. Außerdem zeichnet sich das Angebot dadurch aus, dass es kostenlos und unverbindlich ist. Im Fokus des regelmäßig stattfindenden Treffens stehen der Spaß an der Bewegung, die Geselligkeit und der Kontakt zu anderen.

Die Angebote gibt es bereits in folgenden Kreisen: Landkreis Biberach, Landkreis Breisgau-Hochschwarzwald, Landkreis Emmendingen, Landkreis Esslingen, Stadtkreis Freiburg, Landkreis Göppingen, Stadtkreis Heidelberg, Landkreis Heilbronn,

Landkreis Lörrach, Ortenaukreis, Rems-Murr-Kreis, Landkreis Rottweil, Landkreis Schwäbisch Hall, Stadtkreis Ulm. Darüber hinaus verfügt die Stadt Esslingen über Angebote unterschiedlicher Träger. (Stand Januar 2019)

Weitere Informationen zur kommunalen Bewegungsförderung finden Sie unter

[https://www.gesundheitsamt-bw.de/lga/DE/Kompetenzzentren\\_Netzwerke/Bewegungsfoerderung/Seiten/default.aspx](https://www.gesundheitsamt-bw.de/lga/DE/Kompetenzzentren_Netzwerke/Bewegungsfoerderung/Seiten/default.aspx)

Der Leitfaden kann [hier](#) heruntergeladen werden.

Kategorie:

[Abteilung 9 Gesundheitsschutz Regierungspräsident](#)