

Strukturen kommen in Bewegung

Gute Ansätze für Bewegungsförderung
in allen Lebensphasen

- Dokumentation -

4. Oktober 2016, Berliner Stadtmission

EINLEITUNG

Das Aktionsprogramm Gesundheit (APG) wurde im Jahr 2014 initiiert, um den Bereich der Gesundheitsförderung und Prävention im Land Berlin zu stärken.

Im Rahmen des APG fand am 4. Oktober 2016 die Dialogplattform „Strukturen kommen in Bewegung – Gute Ansätze für Bewegungsförderung in allen Lebensphasen“ in der Berliner Stadtmission, Lehrter Straße 68, 10557 Berlin statt. Vertreten waren Fachkräfte und Akteurinnen und Akteure der lokalen, bezirklichen als auch der Landesebene.

Ziel der Dialogplattform war es, Fachkräften, die in den Berliner Bezirken und auf Landes-

ebene gesundheitsfördernde Projekte im Bereich der Bewegungsförderung unterstützen, koordinieren und umsetzen, Raum zur Diskussion und Anstöße zur Zusammenarbeit zu geben.

Die gemeinsame fach- und professionsübergreifende Entwicklung einer gesamtstädtischen Strategie für Bewegungsförderung im Land Berlin kann zu einem hohen Identifikationsgrad der Akteurinnen und Akteure beitragen. Ein koordinierter Rahmen schafft Voraussetzungen für gelingende Kooperationen.

PROGRAMM

Begrüßung

Dr. Marlen Suckau, Senatsverwaltung für Gesundheit und Soziales

Podiumsdiskussion

Annette Hautumm-Grünberg, Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Wissenschaft

Bernd Holm, Senatsverwaltung für Inneres und Sport

Birte Frerick, Senatsverwaltung für Gesundheit und Soziales

Dirk Medrow, Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Wissenschaft

Sören Bott, Senatsverwaltung für Stadtentwicklung und Umwelt

Moderation: Stefan Pospiech, Gesundheit Berlin-Brandenburg e. V.

Vortrag Stand und Bedarfe im Bereich Bewegungsförderung

Henrieke Franzen, Gesundheit Berlin- Brandenburg e. V.

Praxiskarussell – Thementische

Thementisch I: Hinfallen erlaubt – Bewegungsförderung bei Kitakindern

Thementisch II: Schule, ein Setting für mehr Bewegung

Thementisch III: Bewegung, egal, wo du bist – Bewegungsangebote im öffentlichen Raum

Thementisch IV: Bewegung, jetzt erst recht – Kooperation zwischen Pflege und Bewegung

Fishbowl: So kommen Strukturen in Bewegung

Moderation: Andrea Möllmann-Bardak, Gesundheit Berlin-Brandenburg e. V.

BEGRÜßUNG

DR. MARLEN SUCKAU, SENATSVERWALTUNG FÜR GESUNDHEIT UND SOZIALES

Sehr geehrte Damen und Herren,

ich freue mich sehr, Sie zur 1. Dialogplattform des Aktionsprogramms Gesundheit (APG) begrüßen zu dürfen und hier viele Kolleginnen und Kollegen aus den anderen Senatsverwaltungen, den Berliner Bezirken, zahlreiche Vertreterinnen und Vertreter der Projekte, die bereits durch das Aktionsprogramm gefördert werden sowie Fachkräfte und Interessierte zu sehen.

Das APG wurde 2014 ins Leben gerufen, um allen Berlinerinnen und Berlinern einen besseren Zugang zu Maßnahmen der Prävention und Gesundheitsförderung zu ermöglichen. Das Programm soll insbesondere die Gesundheit von Menschen mit speziellen Gesundheitsrisiken und erhöhtem gesundheitlichen Förderbedarf verbessern. Menschen in belastenden Lebenslagen – ob jung, ob alt – haben ein mehrfach höheres Risiko zu erkranken und früher zu sterben. Diese Tatsache belegen Jahr für Jahr die Daten der Berliner Gesundheits- und Sozialberichterstattung.

Wir wollen dabei betonen, dass es in Berlin und seinen Bezirken bereits viele gute Angebote und Maßnahmen im Bereich der Gesundheitsförderung gibt. Auch haben wir bereits einen etablierten Prozess im Land Berlin – nämlich den Gesundheitszieleprozess und die Landesgesundheitskonferenz – welche eine gute Basis für die Setzung von Prioritäten und Schwerpunkten bieten. An diese etablierten Ansätze guter Praxis knüpft das APG an. So sollen bestehende Erfahrungen genutzt und der Aufbau bzw. Ausbau nachhaltiger Strukturen gefördert werden.

Dabei haben wir das Ziel, das Aktionsprogramm Gesundheit als Baustein für die Umsetzung des Bundespräventionsgesetzes auf Lan-

desebene zu nutzen. Zurzeit laufen Verhandlungsgespräche zwischen den Kassen und dem Land Berlin mit dem Ziel, zeitnah eine Landesrahmenvereinbarung abzuschließen und eine neue Form der Zusammenarbeit zwischen den Akteurinnen und Akteuren im Bereich der Prävention und Gesundheitsförderung zu etablieren. Das Aktionsprogramm Gesundheit stellt dabei den Beitrag des Landes Berlin dar, um Gesundheitsförderung und Prävention im Land Berlin besser zu verankern und Angebote zu vernetzen, und vor allem auch strukturelle Probleme und Barrieren durch Ressortübergreifende Zusammenarbeit zu überwinden. Ein Ausbau von Strukturen der Bewegungsförderung ist durch ressortübergreifendes Handeln notwendig, da verschiedene Ressorts und Akteurinnen und Akteure betroffen sind. Wir sehen daher einen Bedarf für Abstimmungen und Entwicklung von stringenten Konzepten – auch, um eine „Projektitis“ durch eine Vielzahl an unkoordinierten Projekten und Ansätzen zu vermeiden. Dass im APG die verschiedenen Senatsverwaltungen (Gesundheit und Soziales, Inneres und Sport, Stadtentwicklung und Umwelt) zusammenwirken, ist eine besondere Chance, die wir heute nutzen wollen.

Seit letztem Jahr werden sowohl strukturstärkende Maßnahmen wie die Begleitung und Unterstützung der Bezirke beim Aufbau von kommunalen Präventionsstrategien als auch direkt Projekte gefördert. Verbindliche Kooperationen (z. B. in Form von Gemeinschaftsprojekten) zwischen den Akteurinnen und Akteuren sollen ausgebaut und dauerhaft gesichert werden. Dazu sind Interventionskonzepte und Strategien notwendig, die durch einen möglichst partizipativen Prozess entwickelt werden und die vorhandene Expertise nutzen und zusammenführen.



Unter dem Motto „Strukturen kommen in Bewegung“ gestalten wir mit einer ersten Dialogplattform gemeinsam den Auftakt des Aktionsprogramms Gesundheit und setzen einen thematischen Schwerpunkt, der bereits durch den Gesundheitszieleprozess für alle Lebensphasen formuliert wurde und insbesondere in den wichtigen Settings Kita, Schule, Pflegeheim und öffentlicher Raum eine bedeutende Rolle für die Förderung von Gesundheit spielt: Bewegung ist essenziell für ein gesundes und selbstbestimmtes Leben – über alle Lebensphasen hinweg. Im Kindesalter ist Bewegung das A und O der kindlichen Entwicklung: Durch Bewegung bauen Kinder ihre Persönlichkeit auf. Sie lernen, sich und ihren Körper kennen zu lernen, mit seinen Möglichkeiten und Grenzen. Sie erfahren ihre Umwelt, lernen durch Bewegung. All dieses Wissen bildet nicht nur die Grundlage für Lesen, Schreiben, Rechnen – sondern für eine gesunde körperliche und geistige Entwicklung insgesamt.

Bewegung ist dabei eine wichtige Voraussetzung für Gesundheit im gesamten Lebensverlauf. Ihr bekannter gesundheitlicher Nutzen besteht unter anderem in einem verringerten Risiko für kardiovaskuläre Erkrankungen, Bluthochdruck, Diabetes und bestimmte Krebsar-

ten; zudem kommt ihr eine wichtige Rolle bei der Bewältigung bestimmter chronischer Leiden zu. Darüber hinaus hat sie positive Auswirkungen auf die psychische Gesundheit, indem sie Stressreaktionen, Angst und Depressionen mindert und möglicherweise die Folgen der Alzheimer-Krankheit und anderer Formen von Demenz hinauszögert. Dabei kommt den einzelnen Settings sowie dem öffentlichen Raum eine wichtige Bedeutung zu. Hier leben, lieben, arbeiten die Menschen in Berlin. Hier müssen wir uns fragen, wie wir Räume erhalten und schaffen können, die Bewegung ermöglichen und fördern.

Ich möchte Sie deshalb dazu ermuntern, nicht nur über die Verbesserung von Bewegungsangeboten im Land Berlin zu diskutieren, sondern insbesondere auch die Schaffung und Nutzung von wohnortnahen Bewegungsräumen und -angeboten zielgruppenspezifisch zu diskutieren und dabei sowohl gute Ansätze sowie auch Hindernisse und Barrieren zu identifizieren.

Ziel der Dialogplattform ist dabei, die Förderung eines berlinweiten und bereichs- und professionsübergreifenden Austauschs, die Verbreitung guter Ansätze und die Unterstützung in der Qualitätsentwicklung und -sicherung in der Gesundheitsförderung. Ich möchte Sie gerne ermuntern, Ihre Expertise und Erfahrung mit in den Dialog einzubringen. Wir brauchen im Land Berlin neue Impulse für den Aufbau von Kooperationen und der Entwicklung von übergreifenden Strategien.

Wir möchten gemeinsam mit Ihnen diskutieren, wie wir das Thema Bewegung in Berlin stärken können und hoffen, mit der Veranstaltung eine neue Form des Dialogs zu finden. Die Ergebnisse sollen in eine gesamtstädtische Strategie für den Bereich der Bewegungsförderung münden – Ihr Beitrag ist also von großer Bedeutung für die Ausgestaltung dieser Strategie. Ich danke Ihnen bereits jetzt für Ihre Teilnahme und wünsche Ihnen einen erfolgreichen Verlauf, neue Erkenntnisse und lebhaftes Diskussionen!

PODIUM

DAS APG ALS RESSORTÜBERGREIFENDES PROGRAMM – POSITIONEN DER BETEILIGTEN SENATSVERWALTUNGEN

SENATSVERWALTUNG FÜR GESUNDHEIT UND SOZIALES

BIRTE FRERICK (ABTEILUNG GESUNDHEIT, REFERAT I E)

Ziele und Aufgaben des Aktionsprogramms Gesundheit

Das Aktionsprogramm Gesundheit (APG) wurde im Jahr 2014 initiiert, um den Bereich der Gesundheitsförderung und Prävention im Land Berlin zu stärken. Es bestand seitens aller Akteurinnen und Akteure der Senatsverwaltungen der Wunsch nach einer engeren und ressortübergreifenden Zusammenarbeit. Ziele des Programms sind, Menschen zu befähigen, gesund in ihrer Lebensumwelt zu leben, Good Practice-Ansätze weiter auszubauen, innovative Ansätze zu verfolgen und Kooperationen aus- bzw. aufzubauen. Die Aufgabe der Politik besteht darin, Rahmenbedingungen für die Verwaltung der Prozesse und die Zusammenarbeit mit den gesetzlichen Krankenkassen zu schaffen. Dies soll u. a. durch die Förderung von strukturierten, gesundheitsförderlichen und präventiven Projekten und Programmen bewältigt werden – bestenfalls in Kooperation mit anderen. Ein weiterer Schwerpunkt des APG ist es, Transparenz zwischen den Akteurinnen und Akteuren herzustellen und damit die Vernetzung innerhalb Berlins zu verbessern. Seit zwei Jahren gibt es zudem ressortübergreifende Gremien, die sich thematisch austauschen, um finanzielle Ressourcen besser einsetzen und strukturelle Barrieren überwinden zu können.

Mit dem Thema Bewegung – als Querschnittsthema in allen APG-Landesprogrammen – wurde ein erster Themenschwerpunkt gesetzt, um auf die Entwicklung einer gesamtstädtischen Strategie für Bewegungsförderung im Land Berlin hinzuarbeiten. Die Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit Berlin (KGC Berlin) sowie das Zentrum für Bewegungsförderung Berlin (ZfB Berlin) sollen hierbei unterstützen. Zu ihren Aufgaben zählen beispiels-

weise eine IST-Analyse sowie Gespräche mit Expertinnen und Experten, um Hemmnisse von Akteurinnen und Akteuren zu identifizieren, Maßnahmen transparent zu gestalten und gemeinsame Ziele für Förderaufrufe zu entwickeln.

Gesundheitliche Chancengleichheit

Ziel des Aktionsprogramms ist es, allen Berlinerinnen und Berlinern einen besseren Zugang zu Maßnahmen der Prävention und Gesundheitsförderung zu ermöglichen und somit gesundheitliche Chancengleichheit zu fördern. In Berlin gibt es eine gute Gesundheits- und Sozialberichterstattung und einen guten Sozialstrukturatlas. Das ermöglicht die Identifizierung der Gebiete, in denen sich schwierige soziale Lebenslagen häufen. Ein Kriterium im Förderaufruf für die Jahre 2016 und 2017 ist bzw. wird daher die spezifische Bedarfslage der Zielgruppe(n) sein. Projekte, die über das APG gefördert werden, sollten gezielt dort ansetzen.

Unterstützung der Berliner Bezirke

In diesem Jahr wurden über das APG erstmalig auch finanzielle Mittel direkt in die Bezirke geleitet. Sie stehen den Organisationseinheiten für Qualitätssicherung, Planung und Koordination des öffentlichen Gesundheitsdienstes (QPKs) für den Aufbau von Präventionsketten zur Verfügung. Jeder Bezirk steht vor eigenen Herausforderungen, die nur lokal und partizipativ lösbar sind. Die Förderungen über das APG sind in der Regel für ein Jahr möglich und sollen als Anschlag dienen. Eine Überführung von Projekten in nachhaltige Strukturen ist dann ein weiteres Ziel. Zum Thema Verstetigung im Zusammenhang mit Programmförderung müssen in Berlin noch mehr Erfahrungen gesammelt werden.

Eine gesamtstädtische Strategie

Über das APG soll eine gesamtstädtische Strategie für Bewegungsförderung im Land Berlin entwickelt und umgesetzt werden. Die thematischen Schwerpunkte für die Förderung von Projekten im Bereich Bewegungsförderung richten sich nach den Ergebnissen der APG-Dialogplattform. Weitere Themenschwerpunkte orientieren sich an notwendigen Maßnahmen, innovativen Gedanken zum Ausprobieren und qualitätsgesicherten Ansätzen.

SENATSVERWALTUNG FÜR BILDUNG, JUGEND UND WISSENSCHAFT

ANNETTE HAUTUMM-GRÜNBERG (REFERAT FAMILIENPOLITIK, KINDERTAGESBETREUUNG UND VORSCHULISCHE BILDUNG)

Bewegung gehört zu den natürlichen Ausdrucksformen von Kindern. Sie steht unter anderem im engen Zusammenhang mit der kognitiven und sprachlichen Entwicklung. Bewegungsförderung ist in diesem Zusammenhang daher auch als das Ermöglichen von Bewegung zu sehen.

Bedeutung des Settings Kita

98 % der Berliner Kinder befinden sich in Institutionen (z. B. Kitas und Schulen) und verbrin-

gen hier einen Großteil ihrer Zeit. Deshalb fällt den Institutionen auch eine hohe Verantwortung zu, diese Zeit entsprechend zu gestalten.

Berlin verfügt seit über zehn Jahren über ein eigenes Bildungsprogramm, das verbindlich ist für alle Kindertageseinrichtungen, die durch das Land Berlin gefördert werden (Berliner Bildungsprogramm für Kitas und Kindertagespflege). Dort nimmt das Thema Bewegung einen großen Stellenwert ein. So werden beispielsweise Anregungen gegeben, wie Einrichtungen durch die Raumgestaltung oder den Tagesablauf Bewegung ermöglichen können.

Landesprogramm gute gesunde Kita

Neben dem Berliner Bildungsprogramm gibt es seit einigen Jahren auch das „Berliner Landesprogramm Kitas bewegen – für die gute gesunde Kita“ (LggK). Auch hier spielt unter anderem das Thema Bewegung eine große Rolle. Aber nicht nur bezogen auf Kinder, sondern auch auf pädagogische Fachkräfte: Wie können sie gute Vorbilder sein und ihren Alltag bewegungsfreundlicher gestalten?

Das Landesprogramm ist eine Initiative des Landes Berlin, das bei der Umsetzung auf die Kooperationen mit den Bezirken angewiesen ist. Momentan beteiligen sich sechs Bezirke, die eine Bezirkskordinatorin bzw. einen Bezirkskordinator benennen und mit einer hal-



ben Stelle finanzieren. Die Durchführung des Programms erfolgt in enger Zusammenarbeit mit den Kindertageseinrichtungen und ihren Trägern. Die beteiligten Einrichtungen durchlaufen einen Kreislauf der Organisationsentwicklung hin zur guten gesunden Kita. Dabei werden in mehreren Schritten der IST-Stand sowie mögliche Ziele und Maßnahmen benannt, umgesetzt und evaluiert. Das LggK begleitet die teilnehmenden Kitas in diesem Prozess über einen Zeitraum von zwei Jahren.

Das APG, Krankenkassen und Unfallkasse sowie weitere Partnerinnen und Partner beteiligen sich durch verschiedene Projekte am Landesprogramm. So konnten beispielsweise im Rahmen des APG zwei Konsultationskitas ausgewählt werden, die ihren Alltag und ihre Erfahrungen für andere pädagogische Fachkräfte transparent machen.

SENATSVERWALTUNG FÜR INNERES UND SPORT

BERND HOLM (BEREICHE SPORT UND GESELLSCHAFT, LEISTUNGSSPORT UND NACHWUCHSFÖRDERUNG, SPORTINFRASTRUKTUR UND SPORTRÄUME)

Teilhabeprogramm

Sportförderung erfolgt auf Basis des Berliner Sportfördergesetzes. Danach können nur die sogenannten „förderungswürdigen Sportorganisationen“ (= der organisierte gemeinnützige Sport) unterstützt werden. Das seit vier Jahren bestehende Teilhabeprogramm umfasst eine jährliche Fördersumme von 200.000 Euro. Es spricht die fünf Zielfelder der Bereiche Integration, Inklusion, Mädchen und Frauenförderung, Sport für Ältere sowie Sport und Gesundheit an. Mit dem Zielfeld Gesundheit verfügt das Teilhabeprogramm über eine Schnittstelle zum APG.

Integration durch Sport

Im Bereich Integration und Sport gibt es weitere Förderprogramme. Insbesondere ist hier der „Masterplan Integration und Sicherheit“ zu nennen, der Mittel für die Integration geflüchte-

ter Menschen durch Maßnahmen des Sports bereitstellt.

Nutzung der Sportanlagen und sonstigen Sporträume

In der Zuständigkeit der Senatsverwaltung für Inneres und Sport und der bezirklichen Sportämter liegen nur die öffentlichen Sportanlagen, jedoch hat die Bewegung im öffentlichen Raum einen immer größer werdenden Stellenwert. Daher ist eine gute Zusammenarbeit zwischen den Ressorts und Ebenen erforderlich, wenn die Ressource öffentlicher Raum besser als bisher als Bewegungsraum gestaltet und angeboten werden soll.

Gesundheitliche Chancengleichheit

Dem Sport ist eine Ausrichtung seiner Förderung an der sozialräumlichen Bedarfslage eher fremd. Die Mittel werden im Leistungssport klar am Erfolg ausgerichtet und in der Breitensportförderung wird das Prinzip „Sport für alle“ zunächst einmal so verstanden, dass gleiche Regeln und Förderprinzipien ungeachtet der sozialen Herkunft flächendeckend angewandt werden. Das Teilhabeprogramm durchbricht dieses Prinzip nicht, allerdings kann durch die Projektauswahl die Chancengleichheit für Menschen in schwierigen sozialen Lebenslagen berücksichtigt werden.

Eine weitere Möglichkeit, die Förderung von sportlichen Aktivitäten im Sinne von Integration und Chancengleichheit zu nutzen, besteht durch die Mittel der Sozialen Stadtentwicklung. Über den Netzwerkfonds der Senatsverwaltung für Stadtentwicklung und Umwelt wird z. B. der Berliner Fußball-Verband als Projektträger unterstützt.

SENATSWERWALTUNG FÜR BILDUNG, JUGEND UND WISSENSCHAFT

DIRK MEDROW (SCHULISCHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG, LANDESPROGRAMM FÜR DIE GUTE GESUNDE SCHULE BERLIN)

Bewegungsförderung in Schulen

Bewegung wird in Schulen auf vielfältige Weise umgesetzt. Es ist wichtig, dass Bewegung nicht nur im Sportunterricht verankert ist, sondern auch in die Strukturen der Schulen Einzug hält, z. B. durch bewegte Pausen. Im Setting Schule muss besonders darauf geachtet werden, zwischen den Begriffen Sport und Bewegung zu unterscheiden. Sport ist wettkampforientiert, meist vereinsorganisiert und leistungsgebunden. Bewegung muss niedrigschwellig gestaltet werden und sollte keine Elemente des Sports beinhalten.

Landesprogramm gute gesunde Schule

Ziel des „Landesprogramms für die gute gesunde Schule Berlin“ (LggS) ist es, die teilnehmenden Regionen und Programmschulen bei der Verbesserung ihrer Schul- und Bildungsqualität durch Investitionen in gesundheitsförderliche Maßnahmen zu unterstützen. Gemäß dem Motto Bildung und Gesundheit gehen Hand in Hand, stehen Schülerinnen und Schülern, Eltern, Lehrkräften, schulischen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sowie Führungskräften zahlreiche Angebote zur Praxis der guten gesunden Schule in den Themenfeldern Bewegung, Ernährung, Stressmanagement und Suchtprophylaxe zur Verfügung. Regionale Koordinatoren als Ansprechpersonen vor Ort kümmern sich um den Aufbau und die Pflege regionaler Netzwerke und tragen zur Verankerung der guten gesunden Schule in den beteiligten Bezirken bei. Sie beraten die Programmschulen, bringen die Akteurinnen und Akteure aus den Bereichen Gesundheit und Bildung zusammen und organisieren Öffentlichkeitsarbeit und Erfahrungstransfer. Die Schulen dokumentieren den ganzheitlichen Ansatz von Bildung und Gesundheit durch die Einbindung der gesundheitsförderlichen Maßnahmen in ihre Schulprogramme und sichern damit die

Wirksamkeit und Nachhaltigkeit in den Bereichen Unterricht, Schulkultur und Schulmanagement. Unter Federführung der Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Wissenschaft sorgen die Kooperationspartnerinnen und -partner auf Bundes- und Landesebene für die erforderlichen Ressourcen auf dem Weg zur guten gesunden Schule¹.

Gesundheitliche Chancengleichheit

Das APG ist ein Zuwendungsprogramm, über das Projekte finanziert werden. Ein Problem in diesem Zusammenhang besteht darin, dass für kleinere Träger das Zuwendungsverfahren kompliziert und der damit einhergehende Verwaltungsaufwand zu hoch ist. Aber gerade kleinere Träger stellen oft sehr passgenaue Angebote vor Ort bereit, durch die gesundheitliche Chancengleichheit gestärkt werden kann. Diese Träger müssen künftig mehr Unterstützung erhalten, um Zuwendungsverfahren qualifiziert durchführen zu können.

SENATSWERWALTUNG FÜR STADTENTWICKLUNG UND UMWELT

SÖREN BOTT (STÄDTEBAUFÖRDERPROGRAMM SOZIALE STADT BERLIN)

Unsere Aufgaben bei der Entwicklung und Umsetzung der gesamtstädtischen Strategie für Bewegungsförderung bestehen darin, Themengebiete auszuwählen, fachübergreifend zusammenzuarbeiten, eigene Gelder einzubringen und gemeinsam mit der Gesetzlichen Krankenversicherung, den Bezirken, Quartieren und den Vereinen Strukturen zu fördern.

Das APG bildet das Dach für Transparenz zwischen den verantwortlichen und beteiligten Akteurinnen und Akteuren. Unter diesem Dach wurde die Clearingstelle Gesundheit für Quartiere der Sozialen Stadt eingerichtet, die paritätisch mit der Senatsverwaltung für Gesundheit

¹ Quellenangabe: <http://bildungsserver.brandenburg.de/themen/thema-gesundheit/die-schulische-praevention-im-land-berlin/landesprogramm-gute-gesunde-schule/>

und Soziales finanziert wird. Die Clearingstelle soll Informationen und finanzielle Ressourcen zur Gesundheitsförderung für Quartiere bündeln. Des Weiteren unterstützt sie die Quar-

tiersmanagements vor Ort dabei, Maßnahmen zur Bewegungsförderung zu entwickeln und umzusetzen.

BEWEGUNGSFÖRDERUNG IN BERLIN IST-STAND & AUSBLICK

HINTERGRUND

Im April 2016 haben die Mitglieder des ressortübergreifenden APG-Koordinierungstreffens beschlossen, das Thema Bewegung – als Querschnittsthema – als einen ersten Themenschwerpunkt für alle Landesprogramme im APG zu fokussieren und auf die Entwicklung einer gesamtstädtischen Strategie für Bewegungsförderung im Land Berlin hinzuwirken. Dazu braucht es in erster Linie Transparenz und Orientierung über die bestehenden Angebote und Strukturen vor Ort.

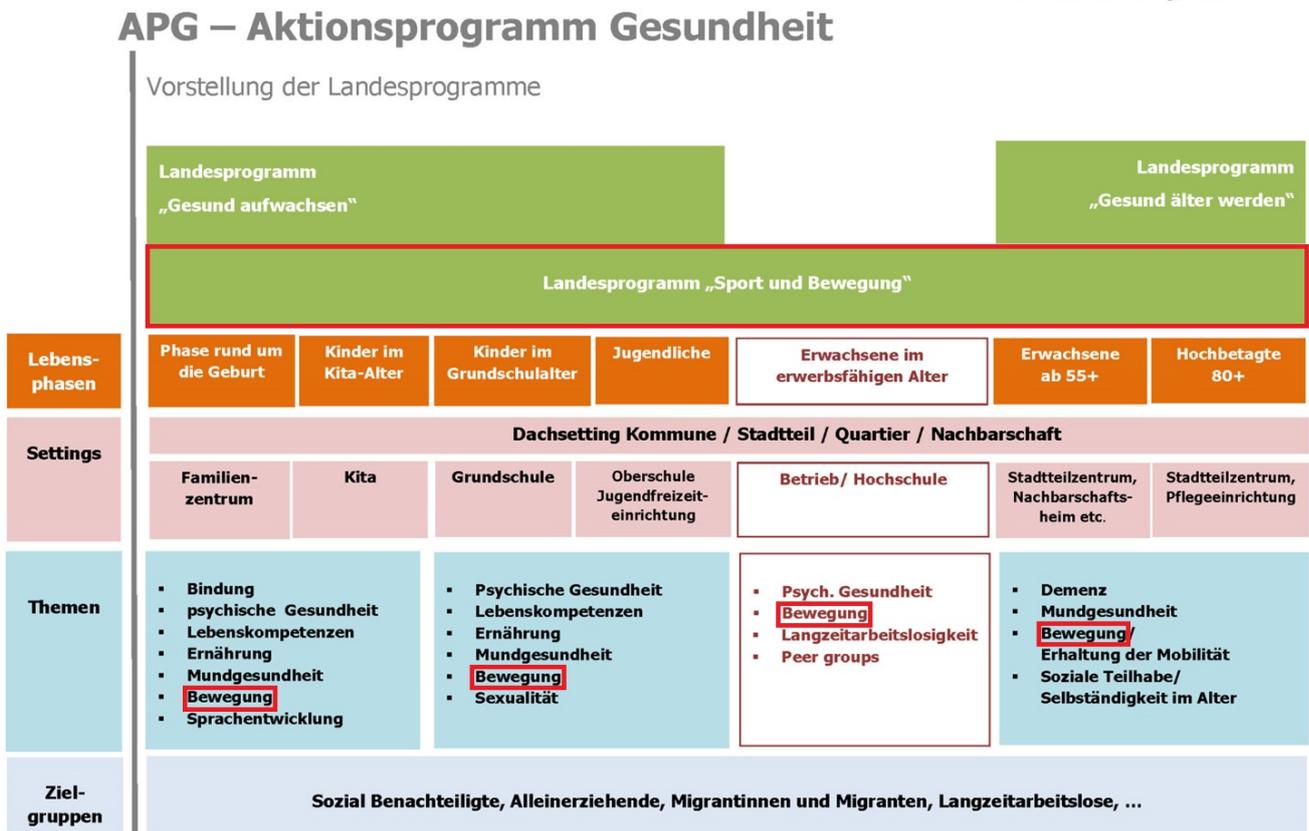
Daraufhin wurde das Zentrum für Bewegungsförderung Berlin (ZfB) im Rahmen der Koordination des APG-Landesprogramms Sport und Bewegung beauftragt, mittels einer Recherche lebensphasen- und settingübergreifend einen

Überblick zu erstellen über Berliner Ansätze und Programme sowie Beispiele guter Praxis der Bewegungsförderung. Daraus folgend wurden Erkenntnisse über bestehende Lücken, Trends und Bedarf abgeleitet sowie Handlungsempfehlungen für die Entwicklung einer gesamtstädtischen Strategie für Bewegungsförderung in Berlin.

Die Ergebnisse der Recherche, die von April bis Juni 2016 durchgeführt wurde und daraus abgeleitete Bedarfe von Zielgruppen werden im Folgenden dargestellt und sind sowohl Grundlage als auch Gegenstand der ersten APG-Dialogplattform.

Wie das Themenfeld Bewegung im APG verankert ist, zeigt folgendes Schaubild:

Stand der Umsetzung, 13.4.16



ERGEBNISSE DER RECHERCHE

Die Ergebnisse der Recherche² wurden nach Lebensphasen und Settings ausgewertet. Daraufhin wurden Themen identifiziert, die für die Entwicklung einer gesamtstädtischen Strategie für Bewegungsförderung relevant sind. Die folgenden Themen bildeten gleichzeitig die Grundlage für die Entwicklung der Thementische.

1. Bewegungsförderung im Setting Kita und Schule
2. Alltagsintegrierte Bewegungsförderung
3. Kooperationen mit Sportvereinen
4. Bewegungsförderung im öffentlichen Raum
5. Bewegungsförderung im Alter

1. Bewegungsförderung im Setting Kita und Schule

Im Kontext der Bewegungsförderung im Setting Kita können Bedarfe identifiziert werden bei Kita-Kindern im Alter von null bis drei Jahren. Die Zahlen der Berliner Unfallkasse³ zeigen, dass die Unfallzahlen steigen. Gründe dafür sind vielfältig. Zu berücksichtigen ist aber auch, dass vermehrt Kinder unter drei Jahren in der Kita sind.

Um dieser Situation zu begegnen, sollten sowohl Kita-Träger als auch die Erzieherinnen und Erzieher in den Kitas und auch die Eltern stärker für die besonderen Anforderungen sensibilisiert werden. Es braucht angemessen qualifiziertes Fachpersonal, aber auch eine räumliche Ausstattung, die den besonderen Anforderungen gerecht wird.

² Eine ausführliche Übersicht über die Quellen und die Ergebnisse der Recherche können kostenlos angefragt werden unter franzen@gesundheitbb.de.

³ Unfallkasse Berlin, Kita-Info 2015,

<http://www.unfallkasse-ber->

[lin.de/fileadmin/user_data/service/broschueren/informationen-fur-erzieherinnen-erzieher-und-tagespflegepersonen/kita-infos/ukb_945_beileger_kita-info_2015.pdf](http://www.unfallkasse-ber-lin.de/fileadmin/user_data/service/broschueren/informationen-fur-erzieherinnen-erzieher-und-tagespflegepersonen/kita-infos/ukb_945_beileger_kita-info_2015.pdf) (abgerufen am 04.11.2016)

Gut qualifizierte Fachkräfte können dann daraufhin einwirken, dass die Bewegungsräume nicht zu stark eingeschränkt werden, sondern Bewegung stärker zugelassen wird. Denn hier ist Bewegungsförderung als Präventionsmaßnahme zu sehen. Es ist davon auszugehen, dass Unfallerfahrungen wichtig für die kindliche Entwicklung sind. Je mehr Bewegungserfahrungen und Bewegungssicherheit die Kinder haben, desto besser ist es für sie.

Grundsätzlich ist das Thema Bewegung sowohl im Setting Kita als auch im Setting Schule gut verankert. Es gibt eine Vielzahl an Maßnahmen, Projekten, Programmen und unterschiedlichste Kooperationen. Darunter sind vor allem das Berliner Landesprogramm Kitas bewegen – für die gute gesunde Kita und das Landesprogramm für die gute gesunde Schule zu nennen sowie Berlin hat Talent.

2. Alltagsintegrierte Bewegungsförderung

Zu oft wird Bewegungsförderung als etwas Zusätzliches verstanden, das neben all den anderen Aufgaben in Kita und Schule bewältigt werden muss. Gleiches gilt übrigens auch für Gesundheitsförderung, das zeigt z. B. die Wirkungsstudie zur Förderung von Gesundheits- und Bildungszielen für Kinder im Aktionsraum Plus Neukölln Nord (Berliner Kita-Institut für Qualitätsentwicklung, 2016). Dabei sollte Bewegung und Bewegungsförderung implizit im Alltag verankert sein. Aufgabe muss es also sein, dafür zu sensibilisieren und entsprechende Konzepte und Strukturen zur Verfügung zu stellen.

Beispielsweise sollte für das Setting Schule diskutiert werden, wie nicht nur die Pausen bewegter gestaltet werden können, sondern wie mehr Bewegung in den Alltag gebracht werden kann. Damit sind die Schulstunden gemeint: Wie kann ein bewegter Unterricht aussehen? Damit ist aber auch der Schulweg gemeint: Besonders in der Grundschule ist beim Thema bewegter Schulweg die Zusammenarbeit mit Eltern enorm wichtig und zu stärken.

Ein anderes Beispiel ist sicheres Fahrradfahren in der Stadt. Ein Thema, bei dem es darum

geht, mehr Menschen zu motivieren, ihre täglichen Wege bewegter und selbstbestimmter zurück zu legen. Besonders Schülerinnen und Schüler sowie Seniorinnen und Senioren können durch fahrradfreundlichere und -sichere Wege erreicht werden. Hier geht es unter anderem um Bordsteinabsenkungen, Beschilderungen und darum, ob Radwege breit genug sind.

3. Kooperationen mit Sportvereinen

Damit niedrigschwellige Bewegungsförderung bestmöglich in den verschiedenen Settings verankert werden kann, müssen die vorhandenen Ressourcen im Sozialraum genutzt werden. Eine wichtige Struktur für sozialräumliche Vernetzung sind hier die Sportvereine.

Gleichzeitig ist es wichtig, dass sich unter anderem Kita und Schule in den Sozialraum öffnen und mit lokalen Partnern kooperieren.

Ein gutes Beispiel ist z. B. das Kooperationsprogramm zur „Förderung der Zusammenarbeit zwischen Schulen und Sportvereinen/-verbänden“ vom Landessportbund (LSB) Berlin. Grundlagen für die Zusammenarbeit sind die Wünsche und Interessen der Schülerinnen und Schüler, die Rahmenbedingungen und Materialien vor Ort und die Qualifikation der Übungsleiterin oder des Übungsleiters. Da es sich bei allen Angeboten um allgemeine Bewegungs- und Sportangebote handelt, stehen Gesundheits- und Präventionsinhalte im Mittelpunkt und nicht sportartspezifische Inhalte. Das Praxishandbuch „Sport macht Schule – Kooperation von Schulen und Sportorganisationen“, das auf Grundlage von Rahmenvereinbarungen entstanden ist, die der LSB Berlin und die Sportjugend Berlin mit der Senatsverwaltung für Bildung, Wissenschaft und Forschung abgeschlossen haben, zeigt Wege der Zusammenarbeit auf und benennt ergänzende Unterstützungsmöglichkeiten.

Für die Entwicklung einer gesamtstädtischen Strategie für Bewegungsförderung wäre interessant zu diskutieren, inwiefern sich das Modell auch auf die Settings Kita und Pflegeeinrichtungen übertragen lässt, denn auch im Alter besteht ohne Frage ein Präventionspotential durch Bewegung – auch ältere Menschen wür-

den von Kooperationen mit Sportvereinen profitieren.

4. Bewegungsförderung im öffentlichen Raum

Parkanlagen und Grünflächen zählen zu den beliebtesten Orten für Sport und Bewegung, wobei die Grenzen zwischen Sport, Bewegung, Aktivität und Mobilität hier sehr weich sind. Dabei ist Parksport kein Ersatzsport zum „richtigen (Vereins-)Sport“. Parksport ist ein wichtiges Segment des Sports und der Bewegungsförderung. Er verbindet und fördert hervorragend die Gesundheit, die Begegnung mit anderen Menschen, Spaß an der Bewegung und in der Natur zu sein. Zudem kann der Parksport einen wesentlichen Beitrag zur Förderung der Teilhabe an Sport und Bewegung für alle Zielgruppen leisten. Denn Parksport ist in der Regel niedrigschwelliger als klassischer Vereinssport, da er mit weniger Kosten (keine Vereinsbeiträge) verbunden, zeitlich flexibel und wohnortnah ist. Denn Wege in Berlin zu den nächsten Parks sind meistens sehr kurz und Wohnortnähe ist nicht zuletzt ein wichtiges Kriterium, um Familien aber auch ältere und mobilitätsingeschränkte Menschen zu erreichen⁴.

Für die Gesundheitsförderung und Prävention ist der öffentliche Raum mit Chancen verbunden, verschiedenste Zielgruppen – über die gesamte Lebensspanne – für Bewegung im öffentlichen Raum zu sensibilisieren. Z. B. können hier gut Menschen angesprochen werden, die sich nicht von klassischen Vereinsangeboten angesprochen fühlen, oder auch Eltern, die sich gerne gemeinsam mit ihren Kindern bewegen möchten. Bewegungsangebote, an denen die ganze Familie teilnehmen kann, ohne weite Wegstrecken zurücklegen zu müssen, schenken Familien mehr gemeinsame Zeit und gleichzeitig die Möglichkeit, etwas für ihre Gesundheit zu tun.

⁴ Holm, B. (2014). Sportförderung – Parksport. Vermerk Senatsverwaltung für Inneres und Sport.

5. Bewegungsförderung im Alter

Beim Thema Bewegungsförderung im Alter ist vor allem zu beachten, dass diese Altersgruppe sehr heterogen ist und dass es unterschiedlichste Bedarfe und Bedürfnisse gibt, die es zu berücksichtigen gilt. Z. B. bedürfen Hochaltrige einer anderen Form der Bewegungsförderung als ältere Menschen, die gerade aus dem Berufsleben ausgestiegen sind. Gleichzeitig können hochaltrige Menschen noch sehr viel fitter sein als beispielsweise ältere Menschen Anfang 60. Dementsprechend unterscheiden sich die Angebote für Bewegungsförderung in dieser Lebensphase enorm. Aktuell werden seitens der Akteurinnen und Akteure sowie von der Zielgruppe der älteren Menschen selbst Informationsdefizite und fehlende Transparenz zu bestehenden Angeboten und Netzwerken mitgeteilt.

Der Fokus sollte hier ganz besonders auf niedrigschwelligen alltagsnahen Aktivitäten liegen, mit denen ältere und auch hochaltrige Menschen in schwieriger sozialer Lage erreicht werden, da sie nach wie vor bewegungsförderliche Aktivitäten nun sehr selten in Anspruch nehmen.

Ein weiteres wichtiges Thema ist die Kooperation zwischen stationären Pflege- und Senioreneinrichtungen und Bewegung. Unter der Überschrift Prävention und Gesundheitsförderung in stationären Pflegeeinrichtungen gilt es festzuhalten, inwiefern es bereits bewegungsförderliche Angebote in stationären Pflege- und Senioreneinrichtungen gibt oder ob noch Lücken und Bedarfe bestehen, die angegangen werden können.

Im Sinne von zugehenden Angeboten gilt es zu diskutieren, wie Kooperationen zwischen stationären Pflege- und Senioreneinrichtungen und Bewegung geschaffen werden können, um Bewegungsangebote direkt vor Ort in der Lebenswelt zu implementieren.

Eine Öffnung der Bewegungsangebote der Einrichtungen für alle älteren

Menschen im Quartier kann zudem einen positiven Effekt auf die Förderung der sozialen Teilhabe haben. Kooperationen spielen auch eine Rolle im ambulanten Bereich – relevante Akteure sind hierbei Pflegestützpunkte, ambulante Pflegedienste und niedrigschwellige Betreuungsangebote, die auf Bewegungsangebote im Wohnumfeld hinweisen können.

QUALITÄTSSICHERUNG UND QUALITÄTSENTWICKLUNG IM KONTEXT EINER GESAMTSTÄDTISCHEN STRATEGIE FÜR BEWEGUNGSFÖRDERUNG

Eine gesamtstädtische Strategie für Bewegungsförderung im Rahmen des APG orientiert sich analog der integrierten Strategien für Gesundheitsförderung (Präventionsketten) und den Berliner Gesundheitszielen an Lebensphasen und Settings.

Für die Planung und Umsetzung von Maßnahmen der soziallagenbezogenen Gesundheitsförderung sind die zwölf Good Practice-Kriterien des Kooperationsverbunds Gesundheitliche Chancengleichheit ein fachlicher Orientierungsrahmen.



Die Kriterien informieren darüber, was bei der Planung und Umsetzung guter Gesundheitsförderung bei sozial Benachteiligten zu beachten ist. Der Good Practice-Ansatz ist ein wichtiger Ansatz für die Qualitätsentwicklung und Qualitätssicherung in der Gesundheitsförderung. Er soll „Handwerkszeug“ für Praktikerinnen und Praktiker sein, aber auch handlungsleitend für die übergeordnete Steuerungsebene.

Einige dieser Kriterien finden sich besonders in den Rechercheergebnissen wieder (Zielgruppenbezug, Setting-Ansatz, Niedrigschwellige Arbeitsweise, Nachhaltigkeit) und scheinen gleichzeitig von besonderer Bedeutung für die Entwicklung einer gesamtstädtischen Strategie für Bewegungsförderung in Berlin.

Die vorliegenden Rechercheergebnisse bieten Transparenz und Orientierung über die aktuelle Bewegungsförderungslandschaft in Berlin. Wenngleich sie nicht den Anspruch auf Vollständigkeit erfüllen, lassen sich aber bereits sehr gut Trends und Bedarfe beobachten, die bei der Entwicklung einer berlinweiten Strategie für Bewegungsförderung Berücksichtigung finden müssen. Die identifizierten Kernthemen der Recherche sollen erste Impulse setzen, um gemeinsam in den Dialog zu treten. Dabei ist die erste APG-Dialogplattform sicherlich nur der

Auftakt und es werden noch viele weitere Gespräche und Veranstaltungen stattfinden (müssen), damit wir uns alle an der Entwicklung einer gesamtstädtischen Strategie für Bewegungsförderung in Berlin beteiligen können.

Vor diesem Hintergrund kann eine Vision für eine gesamtstädtische Strategie für Bewegungsförderung im Land Berlin formuliert werden, die folgende Punkte beinhaltet:

- Angestoßen durch das APG entwickelt sich eine gesamtstädtische Strategie für Bewegungsförderung im Land Berlin.
- Akteurinnen und Akteure arbeiten ressort- und fachübergreifend zusammen.
- Bewegungsförderung wird niedrigschwellig, bedarfsgerecht und nachhaltig in den verschiedenen Lebensphasen und Settings verankert.
- Die guten Entwicklungsprozesse und die Qualität der Bewegungsförderung im Land Berlin werden gestärkt und ausgebaut.
- Langfristige Finanzierungsstrukturen werden gesichert.

PRAXISKARUSSELL

Im Praxiskarusell erhielten die Teilnehmenden Raum zur Diskussion und Anstöße zur Zusammenarbeit. Die Ergebnisse der Diskussionen sollen in die Entwicklung der gesamtstädtischen Strategie für Bewegungsförderung im Land Berlin einfließen.

In vier Thementischen:

- **Thementisch I: Hinfallen erlaubt - Bewegungsförderung bei Kitakindern**
- **Thementisch II: Schule, ein Setting für mehr Bewegung – Alltagsintegrierte Bewegungsförderung in Schulen**

- **Thementisch III: Bewegung, egal wo du bist - Bewegungsangebote im öffentlichen Raum**
- **Thementisch IV: Bewegung, jetzt erst recht - Kooperation zwischen Pflege und Bewegung**

wurden den Teilnehmenden Beispiele guter Praxis für die jeweiligen Altersgruppen und Settings vorgestellt. Im Anschluss wurde gemeinsam zu strukturellen Herausforderungen, Transparenz und Orientierung über vorhandene Strukturen und Projekte bzw. die Verbreitung guter Ansätze sowie über den Aufbau von Kooperationen diskutiert.

THEMENTISCH I:

HINFALLEN ERLAUBT – BEWEGUNGSFÖRDERUNG BEI KITAKINDERN

GASTGEBERIN: JENNIFER NICKEL, GESUNDHEIT BERLIN-BRANDENBURG E. V.

INPUTGEBERIN: PROF. DR. KERSTIN KETELHUT, FITNESS FÜR KIDS – VEREIN FÜR FRÜHPRÄVENTION E. V.

HINTERGRUND

Bewegungsförderung im Kitaalter ist eher Bewegungsermöglichung

Die Unfallzahlen in Kindertageseinrichtungen sind gestiegen. Eine Ursache ist der wachsende Anteil der Kinder unter drei Jahren in den Einrichtungen, denn insbesondere in dieser Altersgruppe kommen besonders häufig Unfälle vor (20 %). Ca. 80 % dieser Unfälle sind Bagatelverletzungen. Sie unbedingt zu vermeiden, wäre für die kleinkindliche Entwicklung nicht förderlich. Denn Kinder müssen lernen zu fallen und eine kleine Verletzung verhilft zu wichtigen Erkenntnissen. Bewegungsförderung stellt hier die wichtigste Präventionsmaßnahme dar, denn nur so können Kinder Bewegungssicherheit erlangen. Dabei sollten auch kalkulierbare Risiken angeboten werden.

Das Setting Kita ist ein wertvolles Setting für die Themen Bewegung und Bewegungsförderung

Kinder aus den unterschiedlichsten Familien verbringen in der Kita einen Großteil ihrer Zeit. Darüber hinaus lassen sich Eltern dort gut für eine Zusammenarbeit erreichen. Die Kita ist für Kinder und Eltern ein bekannter und vertrauter Ort. Kitas bringen außerdem meistens auch die Räumlichkeiten, Ausstattung, Netzwerke und pädagogischen Konzepte mit, die es braucht, um Bewegungsförderung niedrigschwellig und nachhaltig zu gestalten.

PRAXISBEISPIEL: „FITNESS FÜR KIDS – FRÜHPRÄVENTION IM KINDERGARTEN- UND GRUNDSCHULALTER“⁵

Herausforderungen im Setting Kita

Das gesamte Team muss sich mitgenommen fühlen, Bewegungsförderung sollte keine Einzelaktion sein.

Es kann nicht davon ausgegangen werden, dass Kitas mit Bewegungselementen, Sportgeräten, Bewegungsräumen etc. ausgestattet sind. In diesem Zusammenhang hat sich der kreative Einsatz von Alltagsmaterialien bewährt.

Die Angebote müssen unmittelbar und niedrigschwellig sein, es dürfen keine langen Aufbauarbeiten damit verbunden sein. Erzieherinnen und Erzieher müssen die Angebote gut in ihren Arbeitsalltag integrieren können.

Wenn Erzieherinnen und Erzieher Angebote selbst anleiten, brauchen sie die entsprechenden Kompetenzen, die sie befähigen, die Angebote sicher anleiten zu können. Das Programm „Fitness für Kids“ begleitet die Multiplikatorinnen und Multiplikatoren über einen Zeitraum von sechs Monaten durch qualifizierte Sportlehrerinnen und Sportlehrer bzw. Übungsleiterinnen und Übungsleiter.

Nachhaltigkeit sollte bereits bei der Planung mitgedacht werden. Das Programm „Fitness für Kids“ führen die Erziehenden nach einer sechsmonatigen Anleitungsphase selbstständig durch und können andere Erzieherinnen und Erzieher in die Durchführung einweisen.

Der Kosten- bzw. Ressourcenfaktor ist für Kitas immer wieder ein Thema. Hier muss nach Lösungen gesucht werden.

5 Mehr Informationen unter <http://www.fitnessfuerkids.de/>

HERAUSFORDERUNGEN – NOTWENDIGKEITEN UND BEDARFE FÜR DIE UMSETZUNG

Bewegung in den Alltag integrieren

Bewegung muss in den pädagogischen Alltag integriert werden und darf nicht als zusätzliche Aufgabe wahrgenommen werden.

Bewegung stärker in der pädagogischen Ausbildung verankern

Dafür braucht es entsprechende pädagogische und kindzentrierte Ansätze. Bewegung ist eine natürliche kindliche Ausdrucksform und steht in engem Zusammenhang mit einer Reihe von Entwicklungsthemen. In diesem Zusammenhang kommt der Bewegungs*ermöglichung* große Bedeutung zu.



Die Qualität muss stimmen

Bewegungsförderung bzw. entsprechende Konzepte kommen in der pädagogischen Ausbildung bislang zu kurz. Sie sollten fester Bestandteil der pädagogischen Ausbildung sein, mit einem einheitlichen Curriculum bzw. der

Möglichkeit, Bewegung als Schwerpunktthema zu wählen. Qualitätsansprüche dürfen aber nicht zur Hürde werden, wenn z. B. zu hohe Anforderungen an die Qualifikation der Durchführenden (Trainerschein) gestellt werden. Hier besteht die Herausforderung darin, ein vernünftiges Gleichgewicht zwischen Qualität und Handhabbarkeit im Arbeitsalltag zu finden.

Bewegungsförderung benötigt Ressourcen

Programme zur Bewegungsförderung in der Kita brauchen Ressourcen für unterschiedliche Aufgaben, z. B. die Koordinierung von Ehrenamt, Übungsleiterinnen und Übungsleitern, Räumen, Materialien und Personal. Die Vernetzung im Sozialraum ist ein wichtiger Gelingensfaktor und braucht Zeit, Personal und Finanzierung. Es muss Personal vor Ort vorhanden sein, damit die Angebote durchgeführt werden können. Im Anbetracht der wachsenden Betreuungszahlen müssen außerdem Räume und Materialien sowie deren unkomplizierte Verfügbarkeit gewährleistet sein.

Bewusstsein schaffen

Bei Kita-Trägern müssen die Themen Bewegung und Bewegungsförderung stärker ins Bewusstsein gerückt werden, damit sie in allen Geschäftsbereichen unterstützt werden. Eine tragende Rolle kommt hier der Bewegungsermöglichung zu. Träger sollten mit Blick auf gestiegene Unfallzahlen im U3-Bereich Bewegungsräume für Kinder nicht weiter einschränken, sondern im Sinne der Unfallprävention Bewegung erst recht ermöglichen.

Es ist wichtig, auch die Eltern und die Erzieherinnen und Erzieher einzubinden. Sie übernehmen eine Vorbildfunktion hinsichtlich der Ängste vor Verletzungen.

TRANSPARENZ UND ORIENTIERUNG – ANSÄTZE GUTER PRAXIS

Gute Beispiele sind:

- Zertifikat „Bewegungsfreundliche Kita“
- Patenschaften für den Schul-/Kitaweg, z. B. „Walking Bus“
- Ausbildung des Landessportbund Berlin: „Erzieherausbildung mit bewegungs- und sportpädagogischem Profil“
- Angebote, die alltagstauglich sind, weil sie mit Alltagsmaterialien umgesetzt werden können und gut verständliche Anleitungen/Manuale besitzen, z. B. die „Bewegungsbaustelle“ von berlinbewegt e. V.
- Angebote, die vernetzt im Sozialraum umgesetzt werden, sodass Eltern Zugänge erleichtert werden und sie Angebote vor Ort kennenlernen

THEMENTISCH II:

SCHULE, EIN SETTING FÜR MEHR BEWEGUNG – ALLTAGSINTEGRIERTE BEWEGUNGSFÖRDERUNG IN SCHULEN

GASTGEBERIN: SABINE HÖHNE, GESUNDHEIT BERLIN-BRANDENBURG E. V.

INPUTGEBER: ANDREAS DÄHN, LANDESPORTBUND BERLIN

HINTERGRUND

Was braucht Schule, um mehr Bewegung in den Alltag von Schülerinnen und Schülern – wie bewegte Pause, bewegter Unterricht, bewegter Schulweg – zu bringen? Welche Strukturen müssen geschaffen werden? Welche Kooperationen sind nötig? Welche guten Beispiele gibt es bereits? Wie kann eine stärkere Sozialraumöffnung gelingen?

PRAXISBEISPIEL: FÖRDERUNG DER ZUSAMMENARBEIT ZWISCHEN SCHULEN UND SPORTVEREINEN

Durch das Kooperationsprogramm „Förderung der Zusammenarbeit zwischen Schulen und

KOOPERATIONSPARTNER

Bereits bewährte Kooperationen

- Jugendamt – QPK
- Kooperationen mit Sportvereinen, z. B. ALBA Berlin
 - mit Freiwilligen (Ehrenamt)
 - mit dem Landesprogramm gute gesunde Kita der Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Wissenschaft
 - mit Krankenkassen/Unfallkasse

Transparenz über Angebote der Krankenkassen schaffen

- Die gesetzlichen Krankenkassen stellen unterschiedliche Angebote zur Bewegungsförderung im Setting Kita bereit. Für Träger ist es herausfordernd, einen Überblick zu erlangen. Hier braucht es mehr Transparenz und einheitliche Informationen.

Sportvereinen/-verbänden“ unterstützt der Landessportbund Berlin (LSB Berlin) Bewegungsförderung an Schulen.

Das Programm fördert die Kooperationen von Sportvereinen mit Schulen. Im Rahmen eines Kooperationsvertrags können Sportverein und kooperierende Schule gemeinsam bei der Sportjugend Berlin einen Antrag auf finanzielle Unterstützung für die Durchführung von außerunterrichtlichen Sportangeboten stellen. Die finanzielle Unterstützung erfolgt für:

- die Honorierung der lizenzierten Übungsleiter (Lizenzstufe C) oder vergleichbarer Ausbildung in Höhe von 16 Euro pro 90 Minuten

- die Beschaffung von Sportmaterialien in Höhe von max. 200 Euro je Sportarbeitsgemeinschaft

Die außerunterrichtlichen Angebote, die durch den Verein an der Schule angeboten werden, können Schnupperkurse zum Erlernen neuer Sportarten oder auch regelmäßige Sport-Arbeitsgemeinschaften sein. Auch bedarfsge-rechte Angebote z. B. Sportkurse für leistungs-schwächere Schülerinnen und Schüler, Sport-angebote für Mädchen oder Angebote zur ge-sundheitlichen Prävention können angeboten werden.

Weitere Informationen zum Kooperationspro-gramm „Förderung der Zusammenarbeit zwi-schen Schulen und Sportvereinen/-verbänden“ unter: www.lsb-berlin.net/angebote/sportjugend/angebote/sportverein-und-schule/

Bewegung kann (schulisches) Lernen auf viel-fältige Weise fördern. Mit Bewegung kombi-nierte Unterrichtsmethoden können in allen Unterrichtsfächern mit Erfolg eingesetzt wer-den. Der Zusammenhang von Lernen und Be-wegung wird von Lehrkräften häufig nicht ge-sehen. Hier braucht es eine Sensibilisierung der pädagogischen Fachkräfte.

Stärkung der pädagogischen Fachkräfte

Lehrerinnen und Lehrern fehlt es oft an metho-dischen Kompetenzen, bewegungsförderliche Lehrmethoden in ihre Unterrichtspraxis zu integrieren. Es braucht entsprechende Qualifizie-rungsmaßnahmen, die sie dabei unterstützen.

Schulwege bewegungsförderlich gestalten

Auch die (Fuß-)Wege zur Schule sollten zur Bewegung anregen z. B. durch Balken zum Balancieren.

Öffnung der Schulhöfe für Bewohnerinnen und Bewohner des Quartiers

Schulhöfe außerhalb der Schulzeiten (z. B. nachmittags und an den Wochenenden) als Bewegungsräume öffnen. Schulen sollten mo-

HERAUSFORDERUNGEN – NOTWENDIGKEITEN UND BEDARFE FÜR DIE UMSETZUNG

Bewegung stärker in Unterrichtsstrukturen und Tagesablauf integrieren

Neben außerschulischen Bewegungsangeboten (z. B. Kooperation Sportverein und Schule) ist insbesondere eine bessere Integration von Bewegungsförderung in den schulischen Ta-gesablauf notwendig. Dabei sollen mehr Bewe-gungsmöglichkeiten außerhalb des regulären Sportunterrichtes geschaffen werden und Be-wegung als Bestandteil auch in anderen Lehr-fächern integriert sein, z. B. durch die Veror-tung in Lehrplänen

Bewegung als pädagogisches Selbstver-ständnis weiterentwickeln

tiviert werden, die Angebote im umliegenden Quartier stärker zu nutzen.

Arbeitsbedingungen für hauptamtliche Übungsleiterinnen und Übungsleiter verbessern

Die Honorarverträge für Übungsleiterinnen und Übungsleiter sind nicht attraktiv (geringes Ho-norar). Eine Überarbeitung der Finanzierungs-strukturen ist wünschenswert, damit Übungs-leiterinnen und Übungsleiter besser entlohnt werden können.



Verständigung zu und Definition von Begrifflichkeiten

Ein gemeinsames Verständnis zum Begriff Bewegungsförderung ist notwendig – auch in Abgrenzung zum Begriff Sport.

Ansprechpersonen in den Schulen

In den Schulen werden qualifizierte Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner für externe Partnerinnen und Partner gebraucht, die Angebote zur Bewegungsförderung anbieten.

TRANSPARENZ UND ORIENTIERUNG – ANSÄTZE GUTER PRAXIS

- Grundschule am Hollerbusch, Marzahn-Hellersdorf: Teilnehmerschule am Landesprogramm gute gesunde Schule
- Welche Erfahrungen haben (nichtstaatliche) Schulen, bei denen Bewegung stärker

in Unterricht und Tagesablauf integriert ist (z. B. Montessori- und Waldorfschulen)? Lassen sich diese Ansätze übertragen? Wie kann der Austausch zu guten Ansätzen gefördert werden?

KOOPERATIONSPARTNER

- Schule
- Landesprogramm gute gesunde Schule der Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Wissenschaft
- Schulverwaltung
- Schulleitungen
- Vereine
- Eltern
- Ehrenamtliche
- Übungsleiterinnen und Übungsleiter
- GKV

THEMENTISCH III:

BEWEGUNG, EGAL WO DU BIST – BEWEGUNGSANGEBOTE IM ÖFFENTLICHEN RAUM

GASTGEBERIN: TINA HILBERT, GESUNDHEIT BERLIN-BRANDENBURG E. V.
INPUTGEBERIN: MONIKA FRITSCH-BEHRENS, BÜRGERZENTRUM NEUKÖLLN

HINTERGRUND

In den Bezirken bzw. vor Ort in den Stadtteilen besteht ein Mangel an qualifizierten Trainerinnen und Trainern für niedrigschwellige Bewegungsangebote. Hier braucht es den Auf- und Ausbau nachhaltiger Strukturen. Am Beispiel der Qualifizierung von Kiezsportübungsleiterinnen und -übungsleitern wird diskutiert, wie diesem Bedarf nachgekommen werden könnte. Die Erfahrung in der Begleitung von Kiezsportübungsleiterinnen und Kiezsportübungsleitern zeigt, dass es Potenziale zur Weiterentwicklung des Konzepts gibt, z. B. hinsichtlich einer Anbindung an das Qualifizierungssystem des organisierten Sports wie den Landessportbund oder der frühzeitigen Vernetzung mit lokalen

Akteurinnen und Akteuren wie Vereinen oder anderen Trägern.

PRAXISBEISPIEL: AUFBAU VON SPAZIERGANGSGRUPPEN – WIE GELINGT NIEDRIGSCHWELIGE BEWEGUNGSFÖRDERUNG?

Die Spaziergangsgruppen wurden am Bürgerzentrum Neukölln erstmals im Jahr 2011 gemeinsam mit dem ZfB initiiert. Es wurden sowohl Teilnehmerinnen und Teilnehmer an den Spaziergangsgruppen als auch Patinnen und Paten gesucht, die eine Gruppe begleiten. Die Resonanz war groß, es haben sich 30 Interessierte für die Gruppen und sechs Patinnen und

Paten gemeldet. Derzeit bestehen zwei Gruppen: eine Spaziergangsgruppe wird von einer Ehrenamtlichen und eine Gruppe von einer Mitarbeiterin des Bürgerzentrums geleitet wird. Die Gruppengröße besteht jeweils aus sechs bis acht Teilnehmenden.

Auch in anderen Berliner Bezirken gibt es Spaziergangsgruppen (z. B. in Steglitz-Zehlendorf, Friedrichshain-Kreuzberg und Treptow-Köpenick), die in ihren Strukturen und der Anbindung sehr unterschiedlich sind. Sie werden z. B. über das Bezirksamt, Nachbarschaftshäuser oder freie Gruppen organisiert.

Weitere Informationen zu den Aktivitäten des Bürgerzentrums Neukölln unter:

<http://www.buergerzentrum-neukoelln.org/>;

Informationen zu den Spaziergangsgruppen unter:

www.berlin.gesundheitfoerdern.de/Berliner-Spaziergangsgruppen.1537.o.html?&L=0

HERAUSFORDERUNGEN – NOTWENDIGKEITEN UND BEDARFE FÜR DIE UMSETZUNG

Bewegungsfördernde Gestaltung von öffentlichen Flächen und Wegen (weiter)entwickeln

Bewegungsförderung sollte auch auf Fußwegen angeregt werden; z. B. durch Balken zum Balancieren. Die Wege zwischen Parks sollten für die Bewegungsförderung mitgedacht werden.

Oft fehlen Bordsteinabsenkungen, Sitzmöglichkeiten und öffentliche Toiletten.

Für Bewegungsförderung im öffentlichen Raum ist die Vernetzung zwischen Fachämtern und den Trägern, die Angebote umsetzen, notwendig

Die Vernetzung stellt oft eine große Herausforderung dar, Abstimmungen gestalten sich oft schwierig (z. B. zwischen Grünflächenamt, Tiefbauamt).

Schulhöfe für Bewegungsförderung öffnen – Schulen für die Nutzung des öffentlichen Raums motivieren

Da es nicht genügend Grünflächen gibt, wäre eine Öffnung der Schulhöfe außerhalb der Schulzeit für die Nachbarschaft bzw. unterschiedliche Gruppen wichtig. Außerdem sollten Schulen motiviert werden, die Angebote im umliegenden Quartier stärker zu nutzen.

Bewegungsförderung braucht eine Anleitung – sowohl für Angebote offener Gruppen im öffentlichen Raum als auch für die Nutzung von Geräten und Plätzen

Die niedrigschwellige Anleitung von angelegten Bewegungselementen ist notwendig, da diese sonst nicht genutzt werden.



Ausreichende (finanzielle und personelle) Ressourcen für die Wartung von Geräten und Plätzen fehlt oft.

Schwierig ist, dass die Geräte oft monofunktional sind und schnell kaputt gehen. Häufig fehlt in den Bezirken das Geld für die Wartung. In diesem Zusammenhang sollten Personalkapazitäten für die Koordination

bei Trägern im Stadtteil zur Verfügung gestellt werden (die Anleitung von niedrigschwelligen Angeboten braucht zusätzliche Finanzierung).

Gesamtstädtische Strategie zur Bewegungsförderung

Bewegungsförderung sollte für ganz Berlin gedacht werden. Hier könnte eine Zusammenarbeit mit dem öffentlichen Nahverkehr wirksam sein (z. B. Hinweisschilder an den Stationen über die Entfernung zur nächsten Station).

Öffentlichkeitsarbeit

Für Angebote im öffentlichen Raum ist eine gute Öffentlichkeitsarbeit wichtig, damit Angebote bekannt werden. Hier könnte insbesondere in lokalen Zeitungen (z. B. Berliner Woche, Abendblatt) informiert werden.

TRANSPARENZ UND ORIENTIERUNG – ANSÄTZE GUTER PRAXIS

- Bewegungsplatz in Moabit (angelegt in einer Baulücke): Zick-Zack-Zwingli
- Netzwerkfonds-Projekt „Bewegungsförderung im öffentlichen Raum“ an vier Standorten (Parks) in Moabit und Wedding, kostenlose angeleitete Bewegungsangebote für unterschiedliche Zielgruppen

- Fitnessmeile „Play fit“ in der Gropiusstadt: hier gestaltet sich Wartung der Geräte schwierig
- Multifunktionale Gestaltung von Parcours, z. B. Bewegungsparcours im Brunnenviertel gemeinsam mit DEGEWO
- Erinnerungsspaziergänge
- Partizipative Angebote und Ansätze: Bewegte Wege, Kiezdetektive, Bambini-Läufe Spaziergangsgruppen in unterschiedlichen Bezirken

Kooperationspartner

- Wohnungsbaugesellschaften
- Ehrenamtliche (Ehrenamtspauschale)
- Bezirksämter
- Freie Träger (Berliner Institut für Public Health (BIPH), bwgt e. V., Gesundheit Berlin-Brandenburg e. V.)
- Werbung über Berliner Woche
- Quartiersmanagements
- Bildungsverwaltung (Schulhoföffnung), Schulen
- Sportverwaltung (SenInnSport)
- BVG
- WALL-AG (Nutzung von Toiletten)
- Kinder- und Jugendbüros (Kiezdetektive)
- Polizei
- Jugendamt

THEMENTISCH IV:

BEWEGUNG, JETZT ERST RECHT – KOOPERATION ZWISCHEN PFLEGE UND BEWEGUNG

GASTGEBERIN: MARIA-THERESIA NICOLAI, GESUNDHEIT BERLIN-BRANDENBURG E. V.

INPUTGEBERIN: JULIANE NACHTMANN, SENATSVERWALTUNG FÜR GESUNDHEIT UND SOZIALES

INPUTGEBER: DR. MARTIN WILLKOMM, LÜBECKER MODELL BEWEGUNGSWELTEN

HINTERGRUND

Das Präventionsgesetz definiert als neue Aufgaben der gesetzlichen Pflegeversicherung, Leistungen zur Prävention und Gesundheitsför-

derung in stationären Pflegeeinrichtungen zu erbringen. Diese umfassen die Themenfelder Ernährung, körperliche Aktivität, kognitive Ressourcen, psychosoziale Gesundheit und Gewaltprävention. Geeignete Programme und

Interventionsformen, beispielsweise zur Bewegungsförderung in der Pflege, liegen bereits vor (vgl. z. B. <http://bfi.zqp.de>). Es fehlt jedoch noch häufig an einer systematischen Implementierung. Außerdem könnte durch die Öffnung der Angebote in Pflegeeinrichtungen für alle älteren Menschen im Quartier, neben dem Aspekt der Bewegung, auch der Aspekt der sozialen Teilhabe gestärkt werden.

PRAXISBEISPIEL: LÜBECKER MODELL BEWEGUNGSWELTEN – WIE GELINGT DIE KOOPERATION ZWISCHEN PFLEGE UND SPORT?

JULIANE NACHTMANN, SENATSVERWALTUNG FÜR GESUNDHEIT UND SOZIALES

80^{plus} steht für die Bestrebungen Berlins, die gesundheitliche und pflegerische Versorgung hochaltriger Menschen zu verbessern. Dafür wurde in den Jahren 2015 und 2016 ein breit angelegter Dialogprozess geführt, der sich auf insgesamt sieben relevante Handlungsfelder konzentrierte (vgl. www.berlin.de/sen/gessoz/8oplus/). Eines der Handlungsfelder setzte sich insbesondere mit den Themen Gesundheitsförderung und Prävention auseinander. Geplant ist ein kooperatives Modellprojekt, das konkrete Angebote der Bewegungsförderung und Sturzprävention für hochaltrige Menschen ermöglicht.

Um Verbindungen und Synergien zwischen 80^{plus} und dem Gesundheitsziel „Selbständigkeit und Lebensqualität im Alter erhalten“ nutzbar zu machen, hat die Landesgesundheitskonferenz im letzten Jahr beschlossen, Schnittstellen beider Prozesse zu identifizieren. Entsprechende Ziele und Maßnahmen wurden in das Strategiepapier zur Entwicklung des Gesundheitsziels aufgenommen. Zudem wird sich der Gesundheitszielprozess „Selbständigkeit und Lebensqualität im Alter erhalten“ nicht mehr nur auf ältere Menschen konzentrieren, die aus dem Berufsleben ausgeschieden sind und nicht im Pflegeheim leben. Zukünftig werden auch ältere Menschen in stationären Einrichtungen berücksichtigt, vor allem, um das Präventionspotenzial hochaltriger Menschen stärker zu nutzen.

DR. MARTIN WILLKOMM, LÜBECKER MODELL BEWEGUNGSWELTEN

Das „Lübecker Modell Bewegungswelten“ im Setting Pflegeeinrichtung wird als Teil des Bundesprogramms „Älter werden in Balance“ der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) durchgeführt. Zielgruppe des Bewegungsprogramms sind pflegebedürftige Personen, die noch selbstständig gehfähig sind. Ein standardisiertes Gruppentraining findet zweimal pro Woche für 60 Minuten statt und soll u. a. die Mobilität, Kraft, Feinmotorik und Beweglichkeit der Teilnehmenden verbessern bzw. erhalten.

Vom Landessportverband Schleswig-Holstein geschulte Übungsleiterinnen und Übungsleiter führen das Bewegungsprogramm in den Pflegeeinrichtungen durch. Die Übungseinheiten sind in den alltäglichen Ablauf integriert, sodass die Pflege- und Betreuungskräfte die Teilnehmenden zum täglichen Training begleiten und motivieren. Um das Lübecker Modell Bewegungswelten nachhaltig in Strukturen zu verankern, wird die Zusammenarbeit zwischen Pflegeheim und Sportverein vertraglich geregelt. Weitere wichtige Kooperationen bestehen mit Hausärztinnen und Hausärzten, der Hansestadt Lübeck und den Pflegeeinrichtungen selbst.

Ein weiteres Ziel des Modellprojekts ist die Öffnung von Pflegeheimen in den Stadtteil und somit die Schaffung eines niedrigschwelligen Bewegungsangebots für Bewohnerinnen und Bewohner des Pflegeheims sowie für Mitbürgerinnen und Mitbürger mit Pflegebedarf, die außerhalb der anbietenden Pflegeeinrichtungen wohnen.

Mehr Informationen zum Lübecker Modell Bewegungswelten finden Sie unter: www.aelter-werden-in-balance.de/luebecker-modell/

HERAUSFORDERUNGEN – NOTWENDIGKEITEN UND BEDARFE FÜR DIE UMSETZUNG NIEDRIGSCHWELLIGER BEWEGUNGSANGEBOTE

„Neues“ Setting stationäre Pflegeeinrichtungen

Das Setting Pflege, insbesondere stationäre Einrichtungen, wird als „neues“ Setting der Gesundheitsförderung von den beteiligten Akteurinnen und Akteuren wahrgenommen. Um vorhandene Initiativen sowie Angebotslücken in Berlin zu identifizieren, bedarf es einer Ist- sowie Bedarfsanalyse.

Zugangsbarrieren

Der Zugang zu stationären Pflegeeinrichtungen wird als schwierig eingeschätzt, da Fachkräfte oft mehrdimensionalen Belastungen ausgesetzt sind. Da Bewegungsförderung nicht zu den originären Aufgaben der Pflegekräfte gehört, werden solche Maßnahmen aufgrund der hohen Belastung oftmals nachrangig umgesetzt.

Die Umsetzung von Bewegungsförderung als gesundheitsförderliche Maßnahme in stationären Pflegeeinrichtungen sollte als Prozess verstanden werden

Im Anschluss an die Bedarfe sollte geprüft werden, inwieweit sich bereits etablierte und evaluierte Programme in Berlin übertragen lassen. Zur Implementierung qualitativer Bewegungsangebote sollten sowohl das Pflegepersonal als auch die Pflegeheimbewohnerinnen und -bewohner sowie Angehörige beteiligt werden.

Bewegung alltagsnah integrieren

Wenn das Thema Bewegung als zusätzliche Aufgabe von Fachkräften wahrgenommen wird, wirkt sich das hemmend auf die Umsetzung von bewegungsförderlichen Angeboten aus. Dementsprechend sollte das Bewegungsprogramm bzw. die Bewegungseinheiten in den Pflegealltag integriert werden. Die Bewegungsprogramme müssen die Bedarfe und Wünsche

sowie auch Leistungsgrenzen der Teilnehmenden berücksichtigen.

Wertschätzung

Um Hemmschwellen bei der Schließung von Kooperationen abzubauen, müssen die Akteurinnen und Akteure in ihrer jeweiligen Rolle Anerkennung erfahren.

TRANSPARENZ UND ORIENTIERUNG – ANSÄTZE GUTER PRAXIS

Aktivitäten in anderen Bundesländern

- Modellprojekt „Bewegende Alteneinrichtungen und Pflegedienste (BAP) – Neue Bewegungsangebote für ältere und pflegebedürftige Menschen“ in Nordrhein-Westfalen (www.ksb-kleve.de/index.php/bewegende-alteneinrichtungen-und-pflegedienste-bap.html)
- „Mach mit – bleib fit!“ Die Bewegungsinitiative für Ältere in Hamburg (www.dosb.de/fileadmin/fm-dosb/_arbeitsfelder/Breitensport/demographischer_wandel/Sport_der_AElteren/_Broschue-re_Mach-mit-bleib-fit_2015.pdf)
- Programme der Sturzprävention in stationären Pflegeeinrichtungen, die in verschiedenen Bundesländern durch die AOK realisiert werden. Dabei werden Fachkräfte zum Expertenstandard Sturzprophylaxe sowie im Kraft- und Balancetraining angeleitet. (www.aok-gesundheitspartner.de/nordost/arztundpraxis/prodialog/index_10855.html)

Aktivitäten in Berlin

- In Folge der gesetzlichen Verankerung von „Prävention und Gesundheitsförderung in stationären Pflegeeinrichtungen“ und den damit festgelegten Aufgaben für die gesetzlichen Pflegekassen, führen die Ersatzkassen (BARMER GEK, TK, DAK) aktuell eine Recherche durch, um Beispiele guter Praxis zu sichten und förderfähige Projekte/Programme zu identifizieren. Ziel ist es,

die festgelegten Mittel ersatzkassenübergreifend qualitätsgesichert einzusetzen.

- Im Rahmen der Landesgesundheitskonferenz Berlin erfolgt momentan eine Interventionsberichterstattung „Bewegung im Alter“ (Auswertung im Jahr 2017). Die Ergebnisse sollten in Kombination mit dem von der Senatsverwaltung für Gesundheit und Soziales begleitenden Monitoring „Ältere“ für eine optimierte Angebotsplanung genutzt werden.
- Der Landessportbund Berlin veröffentlicht jährlich die Broschüre „Senioren-sport“ mit über 200 Sportangeboten für Seniorinnen und Senioren in Berlin sowie die Broschüre „Gesundheitssport“, in der Sportangebote mit dem Qualitätssiegel „Sport pro Gesundheit“ aufgeführt sind.
- Einige Berliner Bezirke bieten Bewegungsatlanten an (z. B. Pankow, Treptow-Köpenick), in denen Bewegungsmöglichkeiten für Seniorinnen und Senioren transparent dargestellt werden.
- „Sicher- und Aktivsein im Alter“ ist ein Programm der AOK Nordost für die ambulante Sturzprävention. In Berlin und Brandenburg kooperiert die Gesundheitskasse dazu unter anderem mit Seniorenbegegnungsstätten, Mehrgenerationen- sowie Nachbarschaftshäusern. Fortgebildete ambulante Pflegekräfte setzen mit AOK-

Versicherten in der eigenen Häuslichkeit oder in Form von Trainingsgruppen Maßnahmen der Sturzprävention um.

KOOPERATIONSPARTNER

- QPK/Altenhilfekoordination
- Landessportbund Berlin, lokale Sport- und Turnvereine
- Leistungserbringer: stationäre Einrichtungen, Tagesstätten, ambulante Pflegedienste, Demenz-WGs
- Stadtteilzentren, Nachbarschaftstreffs, Seniorenbegegnungsstätten, Mehrgenerationenhäuser
- Bestehende Netzwerke/Arbeitsgruppen sowie bezirklich organisierte Gerontopsychiatrisch-Geriatrie Verbünde
- Hausärztinnen und Hausärzte
- Pflegestützpunkte, Kontaktstellen Pflege-Engagement
- Bezirkliche Seniorenvertretung

Um die Zusammenarbeit zwischen Akteurinnen und Akteuren aus der Pflege und der Bewegung zu stärken, müssen beide Bereiche in vorhandenen lokalen Netzwerken eingebunden sein. „Runde Tische“, die z. B. im Bezirk Mitte bereits erfolgreich umgesetzt werden, können für die fachübergreifende Zusammenarbeit ein geeignetes Instrument sein.

WICHTIGSTE ERKENNTNISSE DER VIER THEMENSCHEN

BEWEGUNGSFÖRDERUNG BEI KITAKINDERN – THEMENSCH I

- Bewegungsförderung im Kitaalter ist eigentlich Bewegung*ermöglichung*.
- Bewegung ist keine zusätzliche Aufgabe, sondern sollte Teil des pädagogischen Konzepts sein.
- Bewegung sollte im (Kita-)Alltag stattfinden, sich auf das Kind beziehen, unkompliziert und mit vorhandenen Materialien durchgeführt werden.
- Das Thema Bewegung sollte stärker in der Ausbildung berücksichtigt werden.
- Bewegung benötigt Ressourcen (Personal, Zeit, Ausstattung) und Qualität.
- Ängste und Befangenheiten auf Seiten der Erzieherinnen und Erzieher sowie der Eltern müssen abgebaut werden. Sie sollten gute Vorbilder und „Ermöglicher“ sein.

ALLTAGSINTEGRIERTE BEWEGUNGSFÖRDERUNG IN SCHULEN – THEMENSCH II

- Ein gemeinsames Verständnis für Bewegungsförderung in der Schule schaffen (insbesondere in Abgrenzung zum Sport).

- Bewegung sollte stärker in Unterrichtsstrukturen und den Tagesablauf von Schulen integriert werden.
- Lehrerinnen und Lehrer sollten sensibilisiert und in ihren Kompetenzen gestärkt werden, um den Zusammenhang von Lernen und Bewegung als pädagogisches Selbstverständnis zu festigen und damit Unterrichtsmethoden mehr mit Bewegung kombiniert werden.
- Schulwege sollten so gestaltet sein, dass sie zur Bewegung anregen.
- Schulhöfe sollten für Bewohnerinnen und Bewohner des Quartiers als Bewegungsräume nutzbar sein.

BEWEGUNGSANGEBOTE IM ÖFFENTLICHEN RAUM – THEMENSCH III

- Niedrigschwellige Bewegungsförderung sollte im ganzen Stadtraum möglich sein, nicht nur in Parks und auf Aktivplätzen. Dafür braucht es eine Infrastruktur für Bewegungsförderung (Parcours, Bänke, Toiletten).
- Aktivplätze sollten weiter ausgebaut werden, da sie eine gute Möglichkeit für niedrigschwellige Bewegungsförderung bieten.
- Anleitungen für niedrigschwellige Angebote im öffentlichen Raum (auf Wegen und auf Aktivplätzen) sind notwendig.
- Schulhöfe sollten für die Nachbarschaft geöffnet werden und Schulen für die Nutzung der Angebote im Stadtraum motiviert werden.
- Die Vernetzung zwischen Trägern und Fachämtern sollte ausgebaut werden.

KOOPERATION ZWISCHEN PFLEGE UND BEWEGUNG – THEMENSCH IV

- In Berlin liegen bisher wenige Erfahrungen vor. Im Sinne von Good Practice kann von anderen Projekten (auch aus dem ambulanten Bereich) gelernt werden. Dafür müssen die Transfermöglichkeiten von evaluierten Programmen geprüft werden.
- Bewegungsangebote sollten für Pflegeheimbewohnerinnen und Pflegeheimbewohner sowie für ältere Menschen aus dem Wohnumfeld (insbesondere für Menschen in schwieriger sozialer Lage) besser zugänglich sein.
- Die Nutzung von bezirklich etablierten Netzwerken und Runden Tischen stellt ein gutes Instrument für die Vernetzung der Bereiche Pflege und Bewegung dar.
- Zur Stärkung von Kooperationen sollten Übungsleiterinnen und Übungsleiter der Sportvereine Partnerschaften mit stationären Einrichtungen schließen.
- Das Präventionsgesetz, insbesondere die Verankerung von Prävention und Gesundheitsförderung in stationäre Pflegeeinrichtungen, sollte als Fördermöglichkeit wahrgenommen werden.

FISHBOWL-DISKUSSION: SO KOMMEN STRUKTUREN IN BEWEGUNG

MODERATION: ANDREA MÖLLMANN-BARDAK, GESUNDHEIT BERLIN-BRANDENBURG E. V.

VERTRETERINNEN UND VERTRETER IM FISHBOWL:

ANDREAS DÄHN, LANDESSPORTBUND BERLIN; HENRIEKE FRANZEN, KOORDINIERUNGSSTELLE GESUNDHEITLICHE CHANCENGLEICHHEIT BERLIN; BIRTE FRERICK, SENATSVERWALTUNG FÜR GESUNDHEIT UND SOZIALES; MONIKA FRITSCH-BEHRENS, BÜRGERZENTRUM NEUKÖLLN; CAROLA GOEN, BEZIRKSAMT PANKOW, QPK; JENNIFER NICKEL, GESUNDHEIT BERLIN-BRANDENBURG E. V.; SABINE SCHWEELE, BEZIRKSAMT FRIEDRICHSHAIN-KREUZBERG, QPK; MARTIN WILLKOMM, LÜBECKER MODELL BEWEGUNGSWELTEN

Zum Abschluss der Dialogplattform wurde eine interaktive Diskussionsrunde nach der Fishbowl-Methode durchgeführt. Ziel war es, die Ergebnisse der Thementische zusammenzuführen. Außerdem sollten für die verschiedenen Zielgruppen und Settings relevante Arbeits- und Themenschwerpunkte benannt sowie konkrete nächste Schritte festgelegt werden, die zur Entwicklung der gesamtstädtischen Strategie für Bewegungsförderung von Bedeutung sind.

Im Fishbowl diskutierte Themen

- Alltagsintegrierte Bewegungsmöglichkeiten in den Settings fördern
- Ansätze guter Praxis verbreiten
- Vernetzung ausbauen
- Kooperationspartner einbinden
- Finanzierung und Nachhaltigkeit sicherstellen
- Fachkräfte qualifizieren

ALLTAGSINTEGRIERTE BEWEGUNGSMÖGLICHKEITEN IN DEN SETTINGS FÖRDERN

In der Diskussion wurden Möglichkeiten für niedrigschwellige Bewegungsförderung im Alltag vertieft. Dabei wurden Ansätze in den verschiedenen Settings diskutiert. In Kitas steht die Ermöglichung von Bewegung für Kinder im Vordergrund, in Schulen sollte Bewegungsförderung möglichst bereits beim Schulweg anfangen und auch in den Unterricht integriert sein. Für die Bewegungsförderung im

öffentlichen Raum sind sowohl dafür angelegte Plätze als auch Wege im Straßenraum zu nutzen.

• Im Setting Kita

Bewegung entsteht mit den Kindern und muss an Gegebenheiten in den Einrichtungen ausgerichtet sein

Bewegung in der Kita ist keine zusätzliche Aufgabe, sondern entsteht mit den Kindern. Es gilt Erzieherinnen und Erzieher sowie Eltern zu sensibilisieren, Bewegung zuzulassen und stärker in den (Bildungs-) Alltag zu integrieren. Der Blick auf Gegebenheiten und Möglichkeiten der Kita ist wichtig (z. B. Räumlichkeiten, Vernetzung in den Sozialraum, Einbeziehung von Eltern). Maßnahmen, die von außen kommen, bedeuten einen zusätzlichen Koordinierungsaufwand und sind schwer integrierbar.

• Im Setting Schule

Bewegung ist mehr als Sport und sollte in den Schulalltag integriert sein

Wenn Bewegung in den Schulen stattfinden soll, ist das mehr als nur Sport und sollte in den Alltag integriert werden, zum Beispiel können Schulwege zur Bewegungsförderung genutzt werden.

• Im Setting öffentlicher Raum

Ansätze für niedrigschwellige Bewegungsförderung im Stadtraum unterstützen

Um niedrigschwellige Bewegungsförderung im ganzen Stadtraum zu ermöglichen, sollten Aktivplätze und Parkanlagen ausgebaut werden (insbesondere für ältere Menschen). Die im öffentlichen Raum bereits vorhanden Möglichkeiten für bewegungsfördernde Aktivitäten (z. B. Bordsteine, öffentliche Plätze, Wege etc.) sollten bewegungsfreundlicher bzw. bewegungsanregend gestaltet werden. Dies kann oft mit einfachen Mitteln gelingen.

Geeignete Rahmenbedingungen für Bewegungsförderung schaffen

Zur Bewegungsförderung im öffentlichen Raum braucht es geeignete Rahmenbedingungen (z. B. öffentliche Toiletten und Sitzbänke). Diese Anforderungen sind bekannt und stehen bereits seit über 20 Jahren auf der Agenda.

Infrastruktur von Sport- und Bewegungsflächen weiter ausbauen

Berlin ist eine wachsende Stadt, in der folglich immer mehr Wohnbauflächen benötigt werden. Wenn Bewegung im öffentlichen Raum gefördert werden soll, muss sich die Infrastruktur diesem Wachstum entsprechend anpassen, das heißt Sport- und Bewegungsflächen ausgebaut werden. Dies betrifft sowohl die normierten Sportflächen, als auch Grünflächen, auf denen Sport und Bewegung außerhalb von Sportangeboten stattfinden. Es ist eine stärkere Lobbyarbeit notwendig, damit ein Ausbau

der Infrastruktur auch im Zusammenhang mit Wohnungsbau mitgedacht wird.

ANSÄTZE GUTER PRAXIS VERBREITEN

Angebote und Programme zur Bewegungsförderung sollten in allen Settings stattfinden und langfristig gefördert werden. Etablierte und evaluierte Programme, die bereits in Modellregionen erprobt wurden, sollten übertragen werden. Für die Übertragung guter Ansätze ist die Transparenz über Angebote und Programme notwendig, nur so können auch Lücken identifiziert werden.

- **Übergreifend**

Transparenz für eine bedarfsgerechte Angebotsplanung

Eine stärkere Transparenz über vorhandene Angebote und Maßnahmen zur Bewegungsförderung würde die bedarfsgerechte Planung erleichtern, da Lücken in der Angebotslandschaft und Überversorgungen besser identifizierbar sind. Dies ist insbesondere auf bezirklicher Ebene notwendig, um die Arbeit der QPKs zu unterstützen. Im Bezirk Pankow stellt die AG Sport und Entwicklungsplan ein gelingendes Instrument zur Förderung der Transparenz dar. Hier ist unter anderem der Bezirkssportbund vertreten, der regelmäßig Angebote und bestehende Kooperationen mit Schulen, Kitas oder Senioreneinrichtungen vorstellt.

- **Setting Kita und Schule**

Orientierung über vorhandene Angebote der Krankenkassen

Die Krankenkassen bieten unterschiedliche Programme zur Bewegungsförderung für Kitas und Schulen an. Bisher ist wenig transparent, wo von wem welche Aktivitäten umgesetzt werden. Hier braucht es eine systematische Aufbereitung und Bereitstellung von Informationen für alle interessierten Akteurinnen und Akteure.



- **Im Setting Pflege**

Vorhandene Konzepte strukturiert umsetzen

In Berlin sind bisher nur wenige qualitätsgesicherte Interventionsformen zur Bewegungsförderung bekannt, die in Kooperation zwischen Bewegung und Pflege umgesetzt werden. Daher sollten die Erfahrungen anderer Projekte genutzt und Transfermöglichkeiten evaluierter Programme geprüft werden. Ziel sollte es sein, Angebote der neuen Präventionsgesetzgebung anzupassen und bereits erprobte Modellprojekte in einzelnen Einrichtungen umzusetzen und zu begleiten.

VERNETZUNG AUSBAUEN

- *Übergreifend*

Interdisziplinärer Dialog als Gelingensfaktor

Um die Bausteine für eine gesamtstädtische Strategie für Bewegungsförderung gemeinsam zu sichten und zu entwickeln, sollte mit unterschiedlichen Fachkräften auf unterschiedlichen Ebenen in den Dialog getreten werden. Ein offener Austausch trägt auch dazu bei, Lücken zu schließen und relevante Themen herauszustellen. Es ist deutlich geworden, dass diese Themen nach ressortübergreifenden Lösungen verlangen, und dass sie in der Vergangenheit häufig in unterschiedliche Zuständigkeiten gefallen sind. Das APG bietet die Chance, auf Senatsebene ressortübergreifend in die Kommunikation zu treten. Ergänzend dazu können im Rahmen des Präventionsgesetzes übergreifende Kooperationen mit den Krankenkassen sowie den anderen Sozialversicherungsträgern geschlossen werden.

Gemeinsame Sprache entwickeln

Wenn interdisziplinär zusammengearbeitet werden soll, muss die Interdisziplinarität auch Berücksichtigung in der Kommunikation finden. Es braucht eine gemeinsame Sprache. Es darf nicht vorausgesetzt werden, dass unterschiedliche Fachressorts ein gemeinsames Verständnis von einem Sachverhalt haben. Beispielsweise haben Bildung und Gesundheit eine un-

terschiedliche Auffassung vom Begriff Gesundheitsförderung.

Wo unterschiedliche Professionen zusammentreffen, ist auch die Bandbreite aus Fachsprache und Auffassungen von Sachverhalten sehr unterschiedlich. So erfordert die Verständigung untereinander oftmals viele Kapazitäten und es fehlt an Zeit für Austausch und die Entwicklung eines (im Idealfall) gemeinsamen Grundverständnisses. Zudem bleibt Fachwissen zum Teil in den einzelnen Ressorts, sodass wenig Austausch und ein voneinander Lernen möglich ist.



Koordination und Vernetzung vorhandener Strukturen

Die Bedeutung und Notwendigkeit einer guten Koordination wird an vielen Stellen deutlich. Die Strukturen in Berlin sind auf Landesebene und auf bezirklicher Ebene (QPKs) gut etabliert. Die mit dem Präventionsgesetz einhergehende Erhöhung der vorhandenen Mittel und somit auch der Möglichkeiten sollten so eingesetzt werden, dass die vorhandenen Strukturen genutzt werden, ohne sie dabei überzustrapazieren.

Es gilt, lokale Ansätze sinnvoll miteinander zu vernetzen und eine gesamtstädtische Strategie gemeinsam zu realisieren.

- **Im Setting Pflege**

Etablierte Netzwerke nutzen

In den Quartieren besteht z. B. in Form von Runden Tischen die Chance, das Thema Pflege und Bewegung zu bearbeiten. Bezirklich etablierte Netzwerke und Runde Tische schaffen Verbindlichkeiten und tragen zur Motivation bei, neue Kooperationen einzugehen. Ziel sollte es sein, Pflegeeinrichtungen in ihrem Stadtteil zu offenen Einrichtungen zu machen, an den vorhandenen Strukturen im Quartier anzudocken, alle Beteiligten mitzunehmen und gut zuzuhören.

KOOPERATIONSPARTNER EINBINDEN

Für die Umsetzung von niedrigschwelliger Bewegungsförderung ist die Einbeziehung und Kooperation mit lokalen Partnern (Nachbarschaftseinrichtungen, Familienzentren, Sportvereine usw.) und die Einbeziehung von relevanten Akteurinnen und Akteuren aus der Verwaltung wichtig. Damit können unterschiedliche Zielgruppen erreicht und bedarfsgerechte Angebote entwickelt werden.

- **Im Setting Kita und Schule**

Ansprechpersonen für externe Anbieterinnen und Anbieter von Maßnahmen

Die Implementierung von „Managementteams“ in den Settings Kita oder Schule wird als sinnvoll erachtet. Sie sollen Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner für externe Anbieterinnen und Anbieter sowie für Kooperationspartnerinnen und Kooperationspartner aus den Bereichen Sport, Ernährung etc. sein.

Bewegter Schulalltag

Es gibt viele Anforderungen an die Schule im Aufbau von Kooperationen. Zur Konkretisierung bedarf es der spezifischen Perspektive einer Schulvertreterin oder eines Schulvertreters.

Nutzung von Schulen durch Sportvereine

Die Nutzung von Sporthallen in Schulen außerhalb der Unterrichtszeit durch Sportvereine ist häufig mit Schwierigkeiten verbunden. Sie stellen jedoch geeignete Orte zur Umsetzung von Bewegungsangeboten dar und sollten daher stärker genutzt werden.

- **Im Setting Pflege**

Sportvereine und Pflegende befähigen und motivieren

Übungsleiterinnen und Übungsleiter der Sportvereine sowie von niedrigschwelligen Bewegungsangeboten sollten dazu befähigt werden, Bewegungsprogramme als Paten einer Pflegeeinrichtung durchzuführen. Betroffene, Pflegende sowie weitere relevante Beteiligte müssen partizipieren, so dass sie den Effekt und den Erfolg eines solchen Programms spüren.

- **Im Setting öffentlicher Raum**

Notwendige Ressourcen für gelingende Kooperationen in den Stadtteilen

Die unterschiedlichen Akteurinnen und Akteure (z. B. Stadtteilzentren, Familienzentren, Kitas, Schulen) sind aufgrund der personellen Ausstattung häufig nicht in der Lage, den notwendigen Aufwand zur Umsetzung von Kooperationen zu leisten. Die Erfahrungen zeigen, dass Kooperationen mit großen Stadtteilzentren häufig gut funktionieren und diese den Kooperationsanforderungen gerecht werden können. Kleinere Einrichtungen, welche die notwendigen Ressourcen nicht haben, können das oftmals nicht leisten. Hier sind Finanzierungsideen notwendig.

FINANZIERUNG UND NACHHALTIGKEIT SICHERSTELLEN

Es sollten in Berlin langfristige und nachhaltige Projektplanungen umgesetzt werden. Hierfür können das Präventionsgesetz und die Landesrahmenvereinbarung eine Grundlage bilden.

- **Übergreifend**

Die Landesrahmenvereinbarung als gemeinsame Grundlage für Kooperationen

Mit der noch ausstehenden Landesrahmenvereinbarung sollte in Berlin eine Grundlage geschaffen werden, auf der die übergreifende Arbeit zwischen den Senatsverwaltungen und mit den GKVen organisiert wird.

Im Bereich Kita und Schule gibt es bereits Erfahrungen einer guten Zusammenarbeit zwischen Senatsverwaltungen und Krankenkassen, die über Jahre gewachsen ist und auf der auch künftig aufgebaut werden kann. Das Setting Pflegeeinrichtung ist für die Krankenkassen neu, dort werden aktuell erste Schritte getan.

Weg von der „Projektitis“

Projekte werden oft nur über einen Zeitraum von einem Jahr über eine Zuwendung finanziert. Diese Problematik besteht insbesondere im Bereich der Quartiersmanagements und bei Projekten der Gesundheitsförderung. Es braucht langfristige Perspektiven, um den vielen guten Ideen realistische Chancen zu geben, wirksam zu werden.

Inhalten ein stärkeres Gewicht verleihen

In den Quartiersmanagements werden seit Jahren gute Ideen erarbeitet und umgesetzt, die nachhaltig gestaltet werden könnten, die qualitätsgesichert sind und evaluiert werden. Um eine Nachhaltigkeit zu gewährleisten, sollten Inhalte vor Abrechnungsmodalitäten stehen. Es sollte auf eine Verschlankung der Verwaltungsgegebenheiten und -vorgaben hingearbeitet, sowie eine Verzahnung der zuständigen Stellen mitgedacht werden.

FACHKRÄFTE QUALIFIZIEREN

Das Thema Bewegungsförderung sollte stärker in die pädagogische Ausbildung (Bereich Kita und Schule) integriert werden. Die Bewegungs-

förderung im Alltag braucht Anleitung. Hier sollten Ideen entwickelt werden, wie es gelingen kann, niedrigschwellige Bewegungsangebote außerhalb von Sportvereinen künftig stärker zu honorieren.

- **Übergreifend**

Honorare für qualifizierte Übungsleiterinnen und Übungsleiter

In den vergangenen Jahren wurden viele Multiplikatorinnen und Multiplikatoren aus den Kitzen zu Übungsleiterinnen und Übungsleitern für niedrigschwellige Bewegungsangebote qualifiziert. Für sie müssen Honorargelder zur Verfügung stehen, unabhängig davon, ob die Angebote im öffentlichen Raum, in Kitas, in Schulen oder Senioreneinrichtungen umgesetzt werden. Neben ihrem Interesse an Bewegung und ihrem bürgerschaftlichen Engagement haben Übungsleiterinnen und Übungsleiter den Wunsch nach einer finanziellen Honorierung.

- **Im Setting Kita**

Anpassung des Ausbildungscurriculums

Es braucht Konzepte und die Integration des Themenfelds Bewegungsförderung in das Ausbildungscurriculum von Erzieherinnen und Erziehern, damit Bewegung im Kitaalltag besser integriert und mit mehr Ressourcen umgesetzt werden kann.

- **Im öffentlichen Raum**

Anleitung für Bewegungsförderung

Zur Umsetzung von niedrigschwelligen Bewegungsangeboten im Stadtteil ist eine Anleitung notwendig. Wenn beispielsweise ältere Menschen dazu angeregt werden sollen, Bewegungsübungen am Bürgersteig zu machen, ist es sinnvoll, im Vorhinein eine entsprechende Anleitung zu geben. Eine Idee zur praktischen Umsetzung ist die Entwicklung einer App, die an den Aktivplätzen genutzt werden kann.

AUSBLICK APG 2017/VISION EINER GESAMTSTÄDTISCHEN STRATEGIE?

Die Ergebnisse der Dialogplattform 2016 sollen genutzt werden, um Bausteine für eine gesamtstädtische Strategie für Bewegungsförderung im Land Berlin zu entwickeln. Die Strategie wird zunächst vom Land Berlin und insbesondere durch das Aktionsprogramm Gesundheit angestoßen, soll aber auch anderen Partnerinnen und Partnern die Möglichkeit geben, sich mit ihren Ressourcen und Kompetenzen daran zu beteiligen. Zahlreiche Ansätze der Bewegungsförderung existieren bereits und werden auch langfristig durch das Präventionsgesetz weiter gestärkt. Eine Strategie soll dabei ein koordiniertes und zielgerichtetes Vorgehen ermöglichen und Ansätze guter Praxis bündeln und transparent machen. Ausgewählte Projekte werden ab 2017 gefördert, um Lücken zu schließen und erste Kooperationen anzustoßen. Die Erkenntnisse aus der Dialogplattform werden für die Erstellung von Handlungsemp-

fehlungen genutzt, die wiederum die Basis für die Strategie darstellen. Des Weiteren wird die Senatsverwaltung für Gesundheit und Soziales Ende 2016 einen Förderaufruf veröffentlichen und lädt Projektpartner ein, sich daran zu beteiligen. Auch ist durch die gute Zusammenarbeit mit den Berliner Bezirken geplant, die Zusammenarbeit im Rahmen des Aktionsprogramm Gesundheit fortzuführen und finanzielle Ressourcen für die Stärkung von Maßnahmen zum Aufbau von kommunalen Präventionsketten bereit zu stellen. Ein zukünftiger Schwerpunkt wird sicherlich dabei auch die übergreifende Zusammenarbeit von relevanten Akteurinnen und Akteuren auf unterschiedlichen Ebenen sein. Es wird erwartet, dass hierzu auch die sich im Verhandlungsprozess befindende Landesrahmenvereinbarung einen großen Beitrag leisten wird.

IMPRESSUM

Herausgeber:

Gesundheit Berlin-Brandenburg e. V.
Friedrichstraße 231
10969 Berlin
Tel.: 030 – 44 31 90 60
www.gesundheitbb.de

Kontakt für Nachfragen:

Danielle Dobberstein
dobberstein@gesundheitbb.de

Redaktion:

Andrea Möllmann-Bardak (V.i.S.d.P.), Jennifer Dirks, Danielle Dobberstein, Henrieke Franzen, Tina Hilbert, Jennifer Nickel, Maria Nicolai, Lisa Rösch

Bildnachweise:

Alle Bilder von Gesundheit Berlin-Brandenburg, bis auf S. 12: Britta Willim / Kooperationsverbund Gesundheitliche Chancengleichheit



Senatsverwaltung
für Gesundheit und Soziales



Gesundheit
Berlin-Brandenburg e.V.
Arbeitsgemeinschaft
für Gesundheitsförderung

Die Dialogplattform wurde im Rahmen des Aktionsprogramms Gesundheit der Senatsverwaltung für Gesundheit und Soziales durchgeführt. Veranstalter war die Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit Berlin bei Gesundheit Berlin-Brandenburg e. V.