

Gelungener Auftakt von „Platzwechsel - Bewege Dein Leben“

Auf große Resonanz und rege sportliche Beteiligung stößt das vom Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) unterstützte Projekt „Platzwechsel – Bewege Dein Leben“. Der Start der Kampagne in Erlangen war im Herbst 2017.

Ziel ist, den Bürgerinnen und Bürgern einer Kommune den Spaß an der Bewegung zu vermitteln und sie zu motivieren, ihren Alltag aktiver zu gestalten. Den Anreiz schaffen dazu kostenlose Schnupperangebote der örtlichen Sportvereine, ein Videowettbewerb auf der projekteigenen Facebook-Seite und ein online-gestützter Bewegungsparcours.

Dabei werden gemeinsam mit Akteuren des gemeinnützigen Sports und der Betriebskrankenkassen (BKK) einzelne Projekte auf kommunaler Ebene durchgeführt, um gemeinsam etwas -im wahrsten Sinne des Wortes- zu „bewegen“!



Der Start in Erlangen war mehr als gelungen: Mehr als 300 Teilnehmende fanden in der zweimonatigen Projektphase, in 15 zum Teil sehr modernen Disziplinen, zurück zur Bewegung, Fitness und Gesundheit; angefangen von Fußball-Freestyle über Cross Skating, Fit Fight, Tabata oder Yoga.

Positives Feedback, zufriedene Teilnehmende und ein neues Mitglied

waren hier nicht nur schöne Nebeneffekte. Beim Videowettbewerb „Trick it“ – Fußball-Freestyle hatten sechs junge Erlanger gezeigt, wie geschickt sie mit dem Ball kicken können. Ihre eingereichten Videos haben die Jury, bestehend aus Vertreterinnen und Vertretern der BKK und des Vereins überzeugt.

Fazit: Die kostenlosen Schnupperangebote und der Bewegungsparcours haben viele Bewohner Erlangens motiviert Sport zu treiben oder sich in der örtlichen Natur zu bewegen – auch solche, die lieber auf der Couch liegen!

Gefördert wird das Projekt (in Erlangen) durch die SBK Siemens-Betriebskrankenkasse mit Unterstützung der Stadt Erlangen und den ortsansässigen Sportvereinen TV 1848 Erlangen e.V. und BSC Erlangen.

Der Bewegungsparcours mit Start im Vital-Park des TVE und ein Handout mit Fitness-Übungen bieten den ehemaligen „Couch-Potatoes“ auch zukünftig die Möglichkeit weiterhin aktiv zu bleiben. Auf diese Weise unterstützt der DOSB mit dem Projekt „Platzwechsel“ nicht nur die Bewegungsförderung in der Kommune, sondern schafft auch nachhaltige Strukturen.

In diesem Jahr werden in vier weiteren deutschen Städten „Platzwechsel“-Projekte starten! Dabei wird der DOSB unterstützende Hilfe leisten, wenn es um die Kontakte zu Landes- und Kreissportbünden geht, zu regionalen Sportvereinen- und Verbänden, zu kommunalen Akteuren sowie um die Vermittlung des Schirmherrn Julian Reus- Leichtathlet und derzeit aktueller deutscher Rekordhalter im 100 m Lauf.

Das sagen die Projektpartner:

SBK Siemens-Betriebskrankenkasse

Dr. Jana Semrau, Betriebliches Gesundheitsmanagement

„Es braucht innovative Maßnahmen, die junge Menschen, sowohl von der Werbung bis zum konkreten Angebot gezielt ansprechen als auch die Weiterentwicklung lokaler Strukturen und Kooperationen für eine nachhaltige Umsetzung der Maßnahmen. Wir freuen uns daher sehr über die Kampagne „Platzwechsel – Bewege dein Leben“ der Team Gesundheit GmbH, die all dies vereint! Für eine gelingende Umsetzung ist das Engagement aller Beteiligten unabdingbar. Ein ganz herzlicher Dank geht an den BSC und den TV 1848 Erlangen e.V. für die tatkräftige Unterstützung in allen Projektphasen von der Planung bis zu hervorragend realisierten Angeboten. Ebenso möchten wir herzlich der Team Gesundheit GmbH für die Gesamtorganisation und der Bürgermeisterin Susanne Lender-Cassens für die Übernahme der Schirmherrschaft danken. Nur in gemeinsamen und koordinierten Bemühungen kann es gelingen, einen Zugang zu einem körperlich aktiven Lebensstil für junge Menschen zu ermöglichen, die bisher noch nicht ausreichend von den gesundheitlichen Vorteilen körperlicher Aktivität profitieren konnten.“

TV 1848 Erlangen e.V.

Jörg Bergner, 1. Vorsitzender

„Die Zusammenarbeit mit den Verantwortlichen von der Team Gesundheit GmbH und der SBK Siemens-Betriebskrankenkasse war eine große Freude. Man merkte direkt beim ersten Kennenlernen, wie gut das Konzept geplant und strukturiert war. Das gesetzte Ziel, das Projekt noch in 2017 an den Start bringen zu wollen, war dabei durchaus sportlich. Dank eines erstklassigen Projektmanagements seitens der Team Gesundheit GmbH und guter Kommunikation unter allen Beteiligten wurden alle Projektphasen termingerecht realisiert. So macht ein Projekt Spaß! Selbst ein Kino-Werbespot wurde im Rahmen des „Erlanger Platzwechsels“ realisiert. Das war auch für unseren Turnverein Neuland. Erfahrungen, von denen auch wir künftig profitieren werden.“

Stadt Erlangen

Bürgermeisterin Susanne Lender-Cassens

„Bewegung ist Leben“ sagt der deutsche Volksmund nicht umsonst. Gerade deswegen ist es für uns alle so wichtig, uns mehr und aktiv zu bewegen. Ich freue mich sehr, dass das Projekt „Platzwechsel – Bewege Dein Leben“ eine weitere Aktion in Erlangen angeboten hat, die mehr Bewegung fördert. Der Platzwechsel hat vor allem diejenigen angesprochen, die bislang noch keinen direkten Zugang zum Sport gefunden hatten. Dank dieser Möglichkeit bekamen auch sie einen Anreiz, mehr für sich selbst und ihre Gesundheit zu tun. Auch der 2017 eröffnete Vital-Park konnte in das neue Projekt bestens eingebunden werden und warb mit seinen zahlreichen gesundheitsfördernden Angeboten direkt im Umfeld des TV Vital für mehr Lust auf Bewegung.

Mein großer Dank geht an den TV 1848 Erlangen e.V. und an die SBK Siemens-Betriebskrankenkasse sowie an die Team Gesundheit GmbH, die sich gemeinsam für dieses Projekt so erfolgreich engagiert haben.

Ich wünsche mir, dass sich auch andere Städte der Aktion anschließen und möglichst viele Personen finden, die mit dem Projekt „Platzwechsel“ eine dauerhafte Motivation schaffen, sich mit Freude an der Bewegung sportlich zu betätigen.“



Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Haben Sie Fragen oder möchten Sie und Ihr Verein auch ein Teil der Bewegungsoffensive „Platzwechsel – Bewege Dein Leben“ werden, dann sprechen Sie uns gerne an!

Ihre Ansprechpartnerin beim DOSB:

Melinda Strätz
Referentin
Projekt “Platzwechsel – Bewege Dein Leben”
Ressort Präventionspolitik und Gesundheitsmanagement

T +49 69 6700-460
F +49 69 67001-460
straetz@dosb.de