

Interessen und Bedürfnisse im Zusammenhang einer Sportentwicklung

Kommune						
Stadtsportverband						
Sportvereine						
Bildungseinrichtungen						
Kommerzielle Anbieter						
Vereinsungebundener Sport						

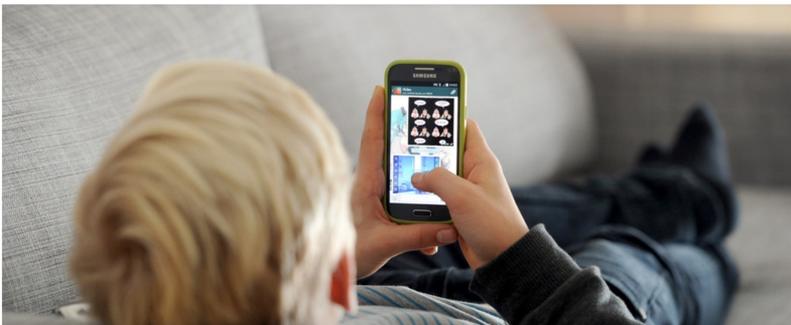


Nachrichten der letzten Wochen



tagesschau

Sendung verpasst? 



Bericht der WHO

Bewegungsmangel macht Millionen krank

Stand: 19.10.2022 10:05 Uhr

Bewegungsmangel hat verheerende Folgen: Binnen zehn Jahren könnten deswegen fast 500 Millionen Menschen erkranken, warnte nun die Weltgesundheitsorganisation. Die Situation in Deutschland sei besonders dramatisch.

19.10.2022

Nachrichten der letzten Wochen

 tagesschau Sendung verpasst? ▶ ☰

Startseite ▶ Wissen ▶ Gesundheit ▶ Überflüssige Kilos: Krankhaftes Übergewicht bei Kindern nimmt zu



Überflüssige Kilos
Krankhaftes Übergewicht bei Kindern nimmt zu
Stand: 03.11.2022 09:29 Uhr

3.11.2022

Nachrichten der letzten Wochen

 tagesschau Sendung verpasst? ▶ ☰

Deutschland schneidet schlecht ab

Deutschland schneidet überdurchschnittlich schlecht ab: 44 Prozent der Frauen und 40 Prozent der Männer über 18 müssten aktiver werden, so die WHO. Besonders beunruhigend sei es bei den Jugendlichen in Deutschland: 88 Prozent der Mädchen und 80 Prozent der Jungen bewegen sich zu wenig.

Die Corona-Pandemie habe den Trend zur Bewegungsfaulheit noch beschleunigt, analysiert die WHO und fordert ihre Mitgliedsstaaten auf, mehr zu tun - zum Beispiel in den Städten Fahrrad- und Fußgängerwege zu verbessern.

Wenn sich nichts ändere, dann werde allein die Behandlung der weltweit wegen Bewegungsmangel krank gewordenen Menschen bis 2030 etwa 300 Milliarden US-Dollar kosten.

5.11.2022

Nachrichten der letzten Wochen



tagesschau

Sendung verpasst?



Startseite ▶ Wissen ▶ Gesundheit ▶ Bericht der WHO: Bewegungsmangel macht Millionen krank

Mindestens zweieinhalb Stunden pro Woche empfohlen

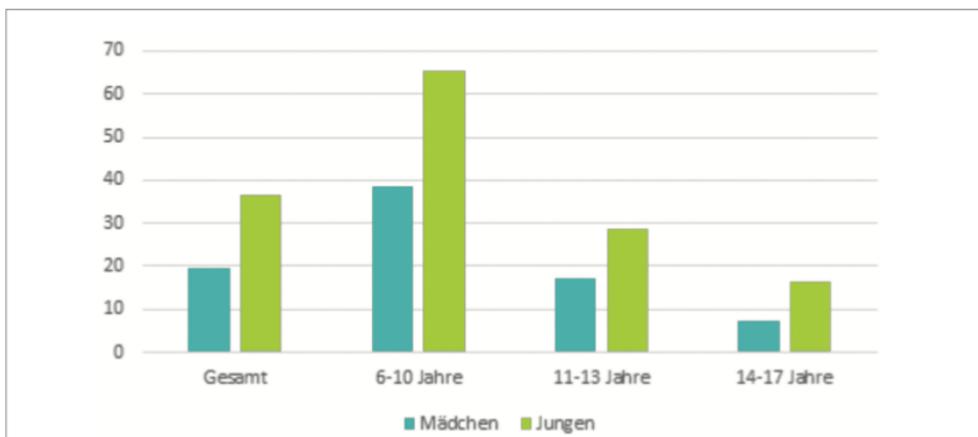
Mindestens 150 Minuten, also zweieinhalb Stunden pro Woche, sollten sich Erwachsene laut der WHO-Empfehlung körperlich betätigen. Damit ist nicht unbedingt intensives Training gemeint, auch schon Fahrradfahren oder schnelles Zufußgehen machen fitter und beugen Krankheiten vor. Aber selbst das schaffen viele Menschen nicht, vor allem in den reichen Ländern.

Die WHO rechnet vor: Während sich in ärmeren Ländern nur knapp über 16 Prozent der Menschen zu wenig bewegen, sind es in Ländern mit hohem Einkommen mehr als doppelt so viele.

Nachrichten der letzten Wochen

Abbildung 1:

Erreichen der WHO-Bewegungsempfehlungen von Kindern und Jugendlichen in Deutschland



In Minuten, mindestens 60 Minuten körperliche Aktivität mit mindestens moderater Intensität pro Tag
Quelle: Daten der Motorik-Modul-Studie von 2014–2017 (13)

Nachrichten der letzten Wochen



Bewegungsaktivität und Bewegungsmangel

Franziska Beck
Isabel Marzi
Clara Tristram
Prof. Dr. Yolanda Demetriou
Prof. Dr. Anne Kerstin Reimers

ZUSAMMENFASSUNG

Etwa 70 Prozent der Kinder und Jugendlichen in Deutschland bewegen sich nicht ausreichend. Mädchen und Jugendliche sind von Bewegungsmangel noch stärker betroffen als Jungen und Kinder. Damit Kinder und Jugendliche die empfohlene Bewegungszeit von 60 Minuten täglich erreichen, ist eine koordinierte intersektorale Zusammenarbeit verschiedener Akteure auf unterschiedlichen Steuerungsebenen notwendig. Denn Bewegungsförderung ist weder alleinige Aufgabe der Sportvereine noch der Schulen und Kindergärten. Ein bewegungsaktiver und gesunder Lebensstil im Kindes- und Jugendalter soll angeleitete und nichtangeleitete Sport- und Bewegungsaktivitäten in Alltag und Freizeit einschließen.

Nachrichten der letzten Wochen

Empfehlungen (Stiftung Kindergesundheit)

- Koordinierte intersektorale Zusammenarbeit
- Möglichkeiten und Räume für angeleitete und nichtangeleitete Sport- und Bewegungsaktivitäten im Alltag und in der Freizeit
- Berücksichtigung der Ermöglichung eines bewegungsaktiven Lebensstils „querschnittlich“ in politischen Entscheidungsprozessen berücksichtigen.
- Niederschwellige und vielfältige Angebote

Nachrichten der letzten Wochen

Einsamkeit in NRW wächst: SPD fordert mehr als «warme Worte»

Von dpa - 5. Januar 2023

14



Lisa-Kristin Kapteinat (SPD) spricht im Plenum des Landtags. Foto: Rolf Vennenbernd/dpa

Düsseldorf (dpa/lnw) – Einsamkeit betrifft immer mehr Menschen aller Altersgruppen in NRW, wird aber von der Landesregierung aus Sicht der SPD kaum in den Blick genommen.

dpa 05.01.2023



Negativrekord: 5708 Kirchenaustritte im Jahr 2022

Zwei bis drei Monate müssen Austrittswillige auf einen Termin beim Amtsgericht warten. Online-Anbieter werben mit einem fragwürdigen Service

NRZ 09.01.2023

Welche Funktion werden Sportvereine in der Zukunft vermehrt einnehmen?

Neujustierung des Sports in seinen Gemeinwohlfunktionen



... sonst machen es andere!

Bewegungsangebote
über das
„Zentrum 60 plus“

NRZ: 18.01.2023

Neue Nordic-Walking-Kurse im Schlosspark Borbeck

Borbeck. Neue Nordic-Walking-Kurse sind im Schlosspark Borbeck gestartet. Anmeldungen dafür sind jederzeit noch möglich, die Kurse finden immer donnerstags statt. „Nordic-Walking ist eine Sportart, die das fitnessorientierte Gehen als Grundlage hat. Es ist für viele Altersgruppen geeignet, kann unterschiedlich intensiv durchgeführt werden und trägt zur ganzheitlichen Gesundheit bei“, so die Veranstalter.

Der erste Kurs beginnt vormittags um 9 Uhr und endet um 10 Uhr. Der zweite Kurs beginnt nachmittags um 16.15 Uhr und endet um 17.15 Uhr. Die Kurse umfassen jeweils zehn Einheiten und sind sowohl für Anfänger, als auch Fortgeschrittene geeignet.

Anmeldungen nimmt Kursleiter Thomas Wirtz unter 0176 98 12 12 23 entgegen oder können im Zentrum 60 plus Butzweg unter 0201 22 00 744 erfolgen. Ein unverbindliches Schnuppern zum Kennenlernen des Angebotes ist möglich.



Im Borbecker Schlosspark gibt es Nordic-Walking-Kurse.
ANDRÉ HIRTZ/FFS

Neue Notwendigkeiten – Neues Denken – Neues Handeln?

**Deshalb können wir
keinen Sport treiben:**
Diagnose Totalschaden

Januar: Glatteis
Februar: Schnee
März: Heuschnupfen
April: Regen
Mai: Zu viele Grillpartys
Juni: Sonnenbrandgefahr
Juli: Viel zu heiß
August: Viel zu heiß
September: Viel zu heiß
Oktober: Plötzlich zu kalt
November: Zu dunkel draußen
Dezember: Jogginghose zu eng

**Können wir uns
noch Ausreden
erlauben?**

Neue Notwendigkeiten – Neues Denken – Neues Handeln?



Ist ein „weiter so“
noch möglich?

Menschen, die sich dafür engagieren, dass Sport und Bewegung in Gemeinschaftszusammenhängen stattfindet, sind unabdingbar für ein funktionierendes Gemeinwesen.

Wenn dieses Engagement auch mit weiteren Werten und Zielen verknüpft wird, die Dialogfähigkeit, Friedfertigkeit, Einsamkeitsbewältigung, Integration, Inklusion, Klimaschutz und vieles mehr ermöglichen, dann wird Gemeinnutzen gelebt und Demokratie gefördert.

In Sportvereinen ist dieses möglich!

Allerdings sind die Herausforderungen anspruchsvoll!

Einige Good Practice Beispiele, die zum Nachdenken anregen sollen!

