

## BETEILIGTE / AUFGABEN

### PARTNERVEREINE:

Die Partnervereine sind unsere lokalen Strukturen, auf deren Erfahrungen wir aufbauen und deren Sportstätten wir nutzen. Nach einer vereinbarten Laufzeit spielen die Vereine als langfristige Lösung zur Überführung der Teilnehmenden eine gewichtige Rolle.

### MULTIPLIKATOR\*INNEN:

Die Multiplikator\*innen sind unsere lokalen Schnittstellen, sprechen mit uns die Maßnahmen (Bewegungsangebote, Veranstaltungen) ab und sind Vor-Ort-Organisator. Sie werden im Rahmen der Ehrenamtspause mit einer Aufwandsentschädigung entlohnt.

### PARTNERAKTEUR\*INNEN:

Sie sind für die Umsetzung der Bewegungsangebote zuständig. Dazu gehören die inhaltliche Vorbereitung, Durchführung und Anleitung der Teilnehmenden. Sie werden im Rahmen der Ehrenamtspause mit einer Aufwandsentschädigung entlohnt.

### PARTNERAKTEUR\*INNEN:

Dazu gehören Kommunen, Kreissportbünde, gesellschaftliche Einrichtungen, Ärzte, Physiotherapien, etc.

Sie bilden mit uns ein Austauschnetzwerk zur fortlaufenden Entwicklung und Bewerbung der Angebote und tragen damit maßgeblich zum Erfolg bei.

## ANSPRECHPARTNER

### ANSPRECHPARTNER & PROJEKTLEITUNG

LSB Sachsen Anhalt e.V.  
Maxim-Gorki-Straße 12  
06114 Halle (Saale)

Philipp Carl  
0345 5279-134  
p.carl@lsb-sachsen-anhalt.de  
www.lsb-sachsen-anhalt.de



Bildnachweis: ©Fotos: freepik



## BEWEGTE FAMILIE



## GKV-Bündnis für GESUNDHEIT

Sachsen-Anhalt

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V



## Sachsen-Anhalt LANDESPORT BUND



Das Präventionsprojekt  
für junge Familien in Sachsen-Anhalt

## PROJEKT BEWEGTE FAMILIE

## DAS PROJEKT- INHALT

### WARUM WURDE DAS PROJEKT INITIIERT?

Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind für rund ein Drittel aller Todesfälle in Deutschland verantwortlich. Fünf der zehn häufigsten Todesursachen überhaupt zählen zu den Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Das Bundesland Sachsen-Anhalt liegt dabei noch leider noch über dem bundesweiten Durchschnitt.

Daher möchten wir innerhalb des Projektes insbesondere den Hauptrisikofaktor Bewegungsmangel aktiv verringern und Aufklärungsarbeit zu Präventionsmöglichkeiten leisten.

Hierfür werden an jedem Standort zunächst Auftaktveranstaltungen organisiert, bei denen die öffentlichkeitswirksame Bewerbung der Projektangebote im Mittelpunkt steht.

Die Projektlaufzeit ist von Mai 2025 bis April 2029 angesetzt



## ZIELE DES PROJEKTES

### ZIELSTELLUNG

- Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Risikofaktor Bewegungsmangel reduzieren
- Durchführung Verhaltens- und verhältnispräventiver Maßnahmen
- Durch Veranstaltungen Aufklärungsarbeit zum Thema Herzgesundheit leisten
- Menschen ohne Zugang zu Bewegungsangeboten für Sport und Bewegung im ländlichen Raum (kleine und mittelgroße Städte) zu begeistern

### MASSNAHMEN

Wir bekämpfen den Faktor Bewegungsmangel durch barrierefreie, niedragschwellige und kostenfreie Bewegungsangebote in Sportstätten und im öffentlichen Raum.



## ABLAUF

### 1 FINDEN GEEIGNETER PARTNERVEREINE UND PARTNER\*INNEN / AKTEUR\*INNEN

Auf Basis einer Bedarfsanalyse betreffende Kreise/ Regionen auswählen und mittels KSB/SSB oder anderer Akteur\*innen potenzielle Partnervereine kontaktieren. Daraufhin werden in Zusammenarbeit mit dem Partnerverein lokale Multiplikator\*innen und Übungsleiter\*innen gesucht und akquiriert.

### 2 PLANUNG DER AUFTAKTVERANSTALTUNG

Festlegung von Zeit und Ort der Veranstaltung, sowie Planung der Öffentlichkeitsarbeit. Danach folgt die Organisation von verschiedenen Mitmach-, Diagnostik- und Bewegungsangeboten zur Vermittlung der essenziellen Faktoren zur Aufrechterhaltung der Herzgesundheit.

### 3 PLANUNG DER MASSNAHMEN (BEWEGUNGSANGEBOTE)

Planung der personellen Absicherung (Übungsleiter\*innen) und der zeitlichen und inhaltlichen Organisation der Bewegungseinheiten. Zudem werden die möglichen Örtlichkeiten (Sportstätten etc.) ausgewählt.

### 4 DURCHFÜHRUNG AUFTAKTVERANSTALTUNG / BEWEGUNGSANGEBOTE

Anbieten von verschiedenen Mitmach-, Diagnostik- und Bewegungsangeboten zur Vermittlung der essenziellen Faktoren zur Aufrechterhaltung der Herzgesundheit. Ausgabe von Informationen zu angebotenen Bewegungskursen.

### 5 NETZWERKAUSTAUSCH

Kontinuierlicher Austausch zu Maßnahmen und potenziellen Ausbaumöglichkeiten mit allen involvierten Akteur\*innen.