

Bewegungsförderung 60+: Im Spannungsfeld zwischen Theorie und Praxis

2. Regionalkonferenz des ZfB, Zeche Zollverein, Essen

Grußwort Dr. Lehmann

Sehr geehrte Damen und Herren,
Liebe Gäste,

ich begrüße Sie herzlich zur zweiten Regionalkonferenz des Zentrums für Bewegungsförderung Nordrhein-Westfalen. Wir feiern das Kulturhauptstadtjahr Ruhr.2010 und wir haben uns heute auf dem Gelände der Zeche Zollverein zusammengefunden. Darüber freue ich mich außerordentlich!

Besonders begrüßen möchte ich Frau Staatssekretärin Marlis Bredehorst vom Ministerium für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter und Frau Dr. Ute Winkler vom Bundesministerium für Gesundheit. Ihre Teilnahme ist auch Ausdruck dafür, dass Bewegungsförderung ein wichtiges gesellschaftliches und politisches Thema ist. Die hohe Beteiligung an der Veranstaltung spricht dafür, dass das Thema längst den Alltag der Gesundheitsakteure erreicht hat.

Meine Damen und Herren, mittlerweile wissen wir aus zahlreichen Forschungsergebnissen, dass regelmäßige körperliche Aktivität förderlich für die Gesundheit ist und hilft, Krankheiten zu vermeiden. Insbesondere für ältere Menschen muss ein körperlich aktiver Lebensstil zu den wichtigsten positiven Einflussfaktoren auf die Gesundheit gezählt werden.

So schützt regelmäßige Bewegung beispielsweise vor Herz-Kreislaufkrankungen, wirkt der Entstehung von Bluthochdruck und Arteriosklerose entgegen, trägt zum Abbau von Übergewicht bei und stärkt das Immunsystem. Regelmäßige Bewegung kräftigt den Bewegungs- und Stützapparat und schützt vor Stürzen. Regelmäßige körperliche Aktivität hat aber auch einen positiven Einfluss auf die Psyche und das zentrale Nervensystem. Sie kann Depressionen und Stress reduzieren und das Erkrankungsrisiko für Demenz und Alzheimer verringern.

In wenigen Worten ausgedrückt: Regelmäßige körperliche Aktivität ist eine vielfältige und hoch wirksame Ressource zur Gesunderhaltung und Vermeidung von Krankheiten.

Ich freue mich sehr, dass wir ausgewiesene Expertinnen und Experten gewinnen konnten, um die von mir beispielhaft aufgeführten Ergebnisse aus der gesundheitsbezogenen Bewegungsforschung vorzustellen, Fragen nach dem Nutzen wissenschaftlicher Ergebnisse für die Praxis zu beantworten und dies an gelungenen Beispielen zu demonstrieren.

Meine Damen und Herren, obwohl regelmäßige körperliche Aktivität so wichtig für die Gesundheit ist, nutzen viele Menschen ihr gesundheitsförderliches Potenzial noch zu selten. Auch deshalb kommt der Bewegungsförderung ein besonders hoher Stellenwert in der Theorie, aber vor allem auch in der Praxis der Gesundheitsförderung und der Krankheitsprävention zu.

Akteurinnen und Akteure der Bewegungsförderung stehen bei der Entwicklung und Umsetzung von entsprechenden Maßnahmen allerdings vor erheblichen Herausforderungen. Sie sind nicht selten auf Unterstützung und Hilfe angewiesen und müssen sektorenübergreifende Kooperationen eingehen.

Unterstützt durch die Bundesregierung und das Land Nordrhein-Westfalen wurde deshalb im September 2009 das Zentrum für Bewegungsförderung Nordrhein-Westfalen als zentrale, landesweit tätige Fachstelle am Landesinstitut für Gesundheit und Arbeit des Landes Nordrhein-Westfalen eingerichtet.

Ziel des Zentrums ist es – im Sinne eines Multiplikatorenansatzes – unter anderem qualitätsgesicherte Informationen zu erarbeiten, Hilfestellung der Praxis zu bieten und Kooperationen zu unterstützen und zu fördern. Die heutige Fachtagung knüpft genau hier an!

Meine Damen und Herren, lassen Sie mich ein zentrales Thema ansprechen, das uns am LIGA.NRW besonders wichtig ist. Es ist die Qualität in der Gesundheitsförderung und Krankheitsprävention. Das Institut hat dazu eine Qualitätsinitiative gestartet. Ziel ist es, Akteurinnen und Akteure der Gesundheitsförderung eine theoretisch fundierte und gleichzeitig praxisnahe Orientierung in der Vielfalt der Ansätze und Methoden der Qualitätsentwicklung und Qualitätssicherung zu ermöglichen und so den Umgang mit dem komplexen Thema zu erleichtern.

Um dieses Ziel zu erreichen haben wir im vergangenen Jahr zahlreiche Aktivitäten angestoßen. Dazu einige Beispiele:

- Fortbildungsveranstaltungen zum Thema Qualität;
- ein internetgestütztes Qualitätsmodul, das den ersten Einstieg ermöglicht;
- der heute vorgestellte Praxisleitfaden „Bewegungsförderung 60+“ und weitere praxisnahe Informationen zu Qualität und Evaluation.

Demnächst werden Sie auch auf den neuen Leitfaden über „Qualität in Gesundheitsförderung und Prävention“ zugreifen können.

Eine Besonderheit der heutigen Tagung stellt die professionelle Aufbereitung von 30 Modellprojekten in Form von Postern durch unser Institut in Kooperation mit den Projektträgern dar. Diese Posterausstellung soll Ihnen einen Überblick über Modellprojekte geben, dient aber auch der medialen Verbreitung der Projektansätze. Viele Vertreter der Projekte sind heute anwesend. Im Rahmen der Posterpräsentation haben Sie also die Möglichkeit, mit den jeweiligen Projektverantwortlichen ins Gespräch zu kommen. Dazu möchte ich Sie gerne einladen. Vielleicht können Sie die heutige Gelegenheit ja nutzen, um neue Partnerinnen und Partner für zukünftige Kooperationen zu finden oder um Ihre Praxisfragen im Kollegenkreis zu erörtern.

Bei den Autoren möchte ich mich herzlich für die Einreichung eines Posters und die Bereitschaft zur Diskussion bedanken. Sie tragen maßgeblich dazu bei, dass die heutige Veranstaltung ein breites Spektrum an Ansätzen und Maßnahmen der Bewegungsförderung anbieten kann. Wir werden die Poster nach der Tagung im Internet veröffentlichen und in die Tagungsdokumentation aufnehmen.

Als Anreiz zur Beteiligung haben wir heute Nachmittag eine Posterprämierung vorgesehen. Unser Institut führt seit vielen Jahren das wissenschaftliche Vorranking für den Gesundheitspreis Nordrhein-Westfalen durch. Wir haben nach denselben Auswahlkriterien nun das heutige Siegerteam ermittelt. Für die Zielstellung „Bewegungsförderung 60+“ haben wir unter anderem die Inhalte und Methoden der Projekte, spezifische Zielgruppen, Art und Häufigkeit der Angebote, konkrete Umsetzung, Bedarfsermittlungen, Evidenzbasierung, Dokumentation, Evaluations- sowie Innovationsgrad analysiert. Zur Siegerehrung um 15.30 Uhr sind Sie alle herzlich eingeladen!

Meine Damen und Herren, eine Podiumsdiskussion im Anschluss an die Posterausstellung wird die heutige Veranstaltung abrunden. Wir kommen damit gerne Ihrem Wunsch nach, Ihren Fragen und der Diskussion mit Ihnen mehr Zeit einzuräumen.

Mit einem kurzen Dankeswort möchte ich zum Schluss kommen. Wir haben für die Bearbeitung des Themas kompetente Referentinnen und Referenten sowie Podiumsteilnehmer(innen) gewinnen können. Ihnen allen gilt an dieser Stelle mein herzlicher Dank. Die Vorbereitung einer Tagung ist bei aller Routine immer wieder eine große Herausforderung. Ich danke meinen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern für ihren unermüdlichen Einsatz. Ihnen, meine Damen und Herren, danke ich für Ihre Aufmerksamkeit. Uns allen wünsche ich eine erfolgreiche Tagung mit vielfältigen und bereichernden Impulsen für den Praxisalltag.