

„Sundaach aktiv“

Projektphase 2019- Zusammenfassung und Ausblick

Das Projekt „Sundaach aktiv“, das erstmalig im Jahr 2019 mit einer Laufzeit von zwölf Sonntagen stattfand, erhielt sowohl von den Vereinen als auch von den TeilnehmerInnen (bzw. deren Eltern) äußerst positive Resonanz.

Für die Teilnehmenden (Kinder im Grundschulalter sowie SeniorInnen ab 60 Jahren) erwiesen sich die sechs wohnortnahen Angebote (3 rechts- und 3 linksrheinisch) als sehr gute Möglichkeiten, in der kalten Jahreszeit im geschützten Raum, kostenlos und unter qualifizierter Anleitung Sport zu treiben. Zahlreiche Kinder und Ältere, die bisher keinen Kontakt zu Sportvereinen hatten, fühlten sich durch das niederschwellige Bewegungsangebot ohne vorherige Anmeldung angesprochen. Die Hallen waren schnell gefüllt.

Insbesondere *Seniorinnen und Senioren* motivierten die Angebote zum (Wieder-) Einstieg in den Sport. Hier spielten gerade auch die sozialen Aspekte eine wichtige Rolle: Die jeweiligen Gruppen entwickelten sich – laut ÜbungsleiterInnen – schnell zu einer festen Gemeinschaft, die sich nach Abschluss des Projektzeitraums teils geschlossen den ortsansässigen Vereinen anschließen möchten. Den Vereinen liegen erste Anmeldungen für Vereinsmitgliedschaften vor. Dies zeigt, dass das Angebot u.a. sehr gut geeignet ist, Menschen niederschwellig und nachhaltig zu gesunder Bewegung zu motivieren.

Bei den *Kinderangeboten* standen zahlreiche neue Bewegungserfahrungen, das Ausprobieren verschiedener Sportarten und -spiele mit Kindern unterschiedlichen Alters und Herkunft im Fokus. Verschiedenste Sportarten und -spiele wurden angeboten und mit großer Begeisterung ausprobiert, sodass viele Kinder bewegte Sonntage erlebten.

Die involvierten *Vereine* bewerteten das Projekt – auch im Hinblick auf Mitgliedergewinnung – durchweg als sehr gut. Durch die eigenverantwortliche Organisation der sonntäglichen Angebote wurden die Vereine darüber hinaus in ihren Kompetenzen gestärkt – gleiches gilt für ihre Wahrnehmung im jeweiligen Veedel, da sie mit kostenlosen Bewegungsangeboten die Vielfalt des Sports und sich als kommunaler Partner „Sportverein“ präsentierten.

Für die eingesetzten *ÜbungsleiterInnen* der Vereine war das Projekt aufgrund vieler Variablen (Anzahl der TeilnehmerInnen, Bewegungserfahrung der TeilnehmerInnen etc.) teilweise herausfordernd, wurde aber von diesen ausnahmslos als positiv bewertet.

Zusammenfassung

„Sundaach aktiv 2019“ war für alle Beteiligten ein durchweg gelungenes, niederschwelliges Veedels-Projekt.

Hier die Eckdaten. Durch das Projekt wurden

- über 1.600 Menschen an 12 Sonntagen bewegt (Kinder, SeniorInnen)
- Menschen durch ein niederschwelliges, kostenloses Angebot zu nachhaltigem, gesundheitsorientiertem Sport motiviert
- Vereine als kommunale Partner mit großer Angebotsvielfalt im Bereich Gesundheitsbildung, Integration und Sport im Veedel gestärkt

Ausblick 2020- 20XX

- 1x jährlich, in o.g. Zeitraum (so der Wunsch der Teilnehmenden und Vereine)
- Ausbau der Projektstandorte auf weitere Veedel
- Erweiterung der Zielgruppenangebote (Kinder, Senioren, Inklusion, sonstige)

Um für die zahlreichen Interessierten wohnortnahe Angebote im o.g. Zeitraum anbieten zu können, empfiehlt es sich, das Angebot der Projektphase 2019 auszuweiten und in den Folgejahren weitere Standorte zu bedienen, weitere Vereine (insbesondere auch mit dem Schwerpunkt Seniorensport / generationsübergreifend / inklusiv) mit in das Projekt aufzunehmen und dafür die entsprechenden Mittel bereitzustellen.

Im Namen der Vereine danken wir allen Partnern, insbesondere den Vertretern des Sportamtes Köln, für die große Unterstützung und den Vertretern des Verlagshauses Dumont für die kommunikative Begleitung.

Köln, den 30.04.2019

Gez.

Christine Kupferer
Geschäftsführung SSBK