

Bei uns läuft das anders!

*Bewegungsförderung im ländlichen Raum
Erkenntnisse aus Wissenschaft und Praxis*

Dr. Maike Till & Tobias Fleuren

Hintergrund

Bewegungsverhalten Deutschland



27,3% der Erwachsenen in Bayern erreichen die Bewegungsempfehlungen¹

Inaktivität ist ein Risikofaktor für nicht übertragbare Erkrankungen

Erreichung der Bewegungsempfehlungen könnte der EU ca. 8 Milliarden Euro an medizinischen Ausgaben sparen²

¹Robert Koch-Institut (2022): Dashboard zu Gesundheit in Deutschland aktuell- GEDA 2019/2020.

²OECD/WHO (2023), Step Up! Tackling the Burden of Insufficient Physical Activity in Europe. OECD Publishing.

³Lee, et al. (2012). Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy. Lancet, 380(9838), 219-229

- Körperliche Aktivität Stadt/Land kaum Unterschiede¹
- Menschen in der Stadt machen mehr Sport¹

- Ähnliche Anzahl an Projekten im städtischen und ländlichen Raum ausgewogen²
- Ländlicher Raum: umweltbezogene Projekte²

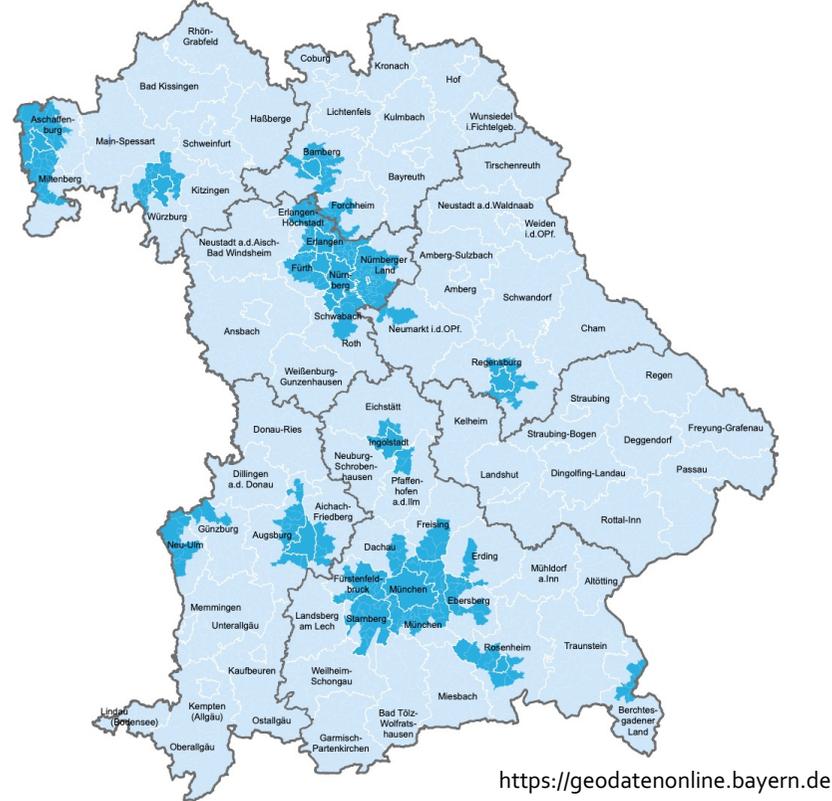
- Ungleichheit in der Bewegungsförderung zwischen Stadt und Land³
- Ungleichheit erkennbar in der Größe und des Sozio-ökonomischen Status³

¹ Moreno-Llamas et al. (2021). Urban-rural differences in trajectories of physical activity in Europe from 2002 to 2017. *Health Place*.

² Dippon et al. Kommunale bewegungsbezogene Gesundheitsförderung in Deutschland. *German Journal of Exercise and Sport Research*.

³ Herbert-Maul et al. (2022). Präventionsdilemma auf kommunaler Ebene? *Prävention und Gesundheitsförderung*.

Ländlicher Raum



<https://geodatenonline.bayern.de>

13.18 Mio Einwohner in Bayern
(Statistisches Bundesamt (Destatis), 2023)

7.32 Mio Einwohner im ländlichen Raum Bayerns
(Bayerisches Staatsministerium für Finanzen und für Heimat, 2020)

-  Ländlicher Raum
-  Städtischer Raum: >150.000 Einwohner*innen /100km²

- 1) Wer ist zuständig für die Bewegungsförderung?
- 2) Welche Förderfaktoren und Barrieren gibt es?
- 3) Was braucht es für eine gelungene Bewegungsförderung?

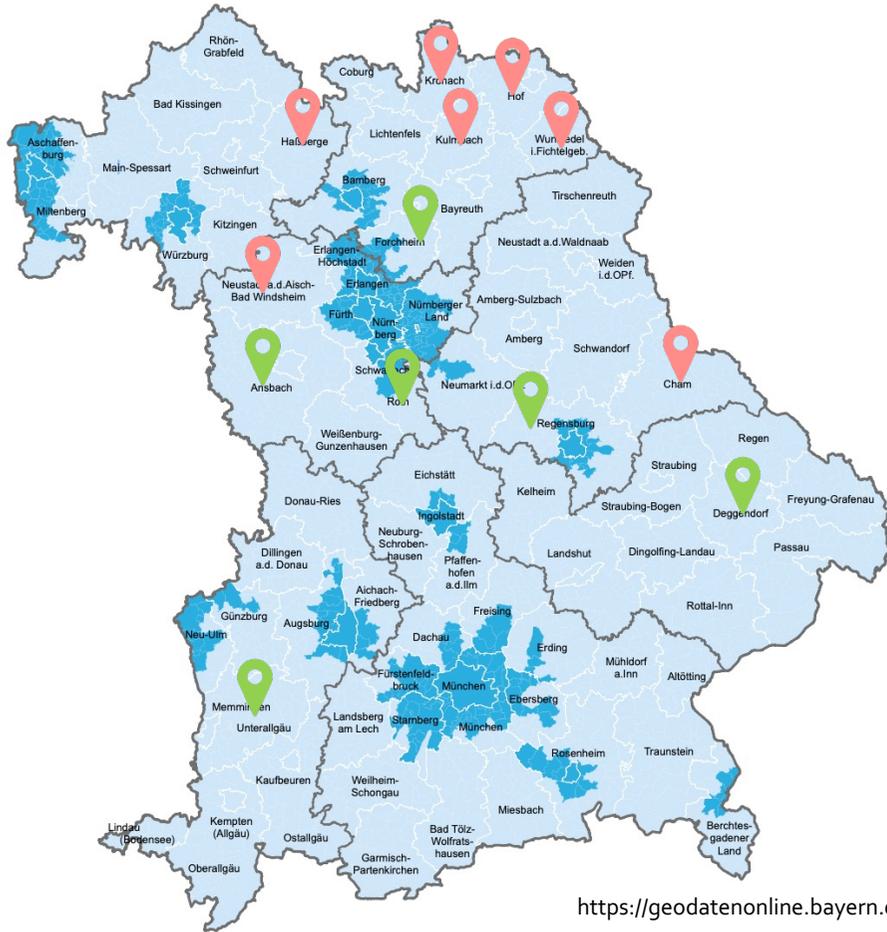
13 Interviews mit Bayerischen Landkreisen

darunter Bürgermeister*innen, Angestellte der Gesundheitsämter und Vertreter des BLSV

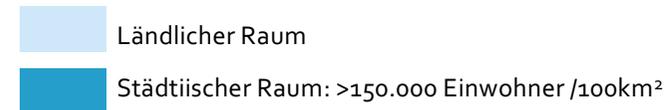
Erfahrungsberichte aus den Projekten BIG und GESTALT

im ländlichen Raum

Methode und Studienpopulation

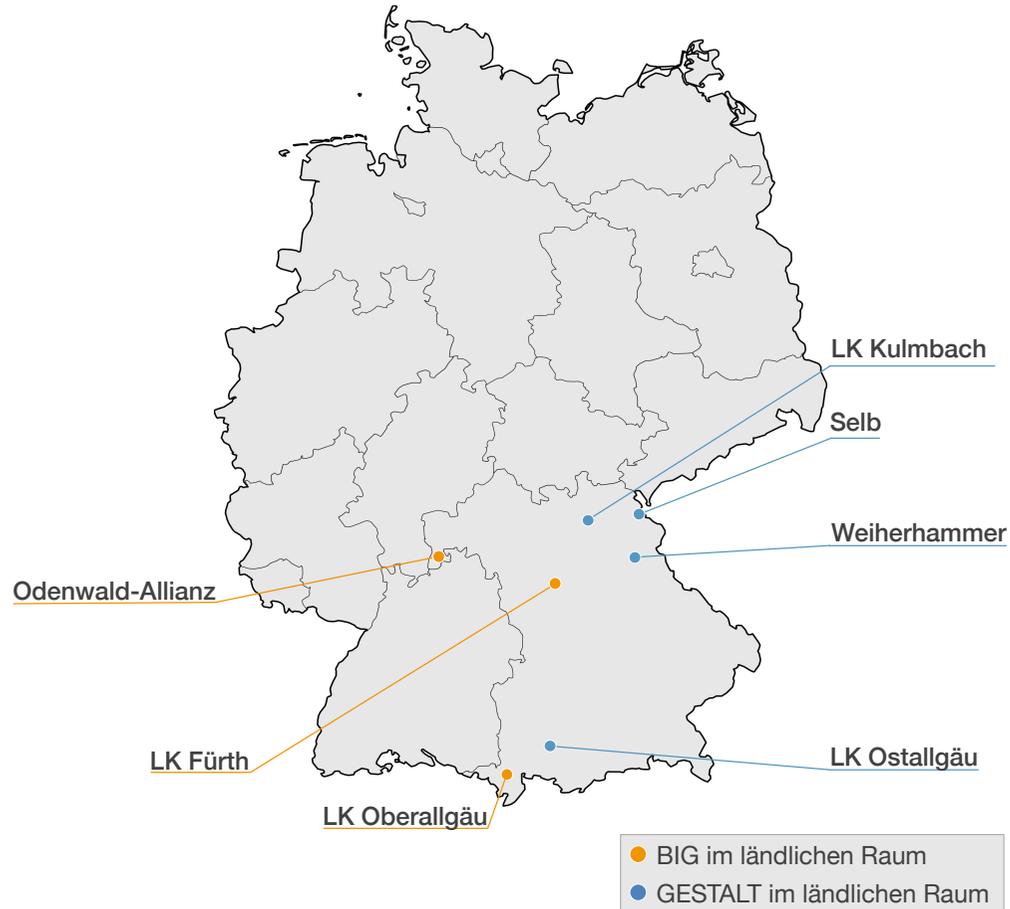


Teilnehmende	24 (64% weiblich)
Einwohner/Landkreis	Ø14.359,9
Sozio-ökonomischer Status* (📍 hoch/ 📍 niedrig)	📍 6 📍 7 *nach Küpper, 2016



Praxis-Erfahrungen

BIG und GESTALT





- Planung und Umsetzung von Bewegungsangeboten von Frauen für Frauen (in schwierigen Lebenslagen)
- Auf- und Ausbau bewegungsfreundlicher Strukturen in Kommunen mittels Kooperativer Planung
- Aktuell Skalierung auf fünf bayerische Kommunen





GESTALT

- GEhen, Spielen und Tanzen Als Lebenslange Tätigkeiten – Ein Bewegungsprogramm für Personen ab 60 Jahren mit erhöhten Risikofaktoren für eine Demenzerkrankung
- Kooperative Planung zum Aufbau dauerhafter Strukturen
- Aktuell Skalierung auf zehn bayerische Kommunen



1

Zuständigkeit

Wer hat die Zuständigkeit für die Bewegungsförderung laut Befragten:

Gemeinden

→ Bereitstellung von förderlichen Strukturen
(z.B. Fahrradinfrastruktur und Sporthallen)

Sportvereine

→ Haben Sport und Bewegung als Ziel

Landkreisverwaltung

→ Überblick im Landkreis behalten und koordinieren

Bei wem liegt in den Projekten die Zuständigkeit?

Gemeinde

**Landkreis /
Landratsamt /
Allianz**

**Volkshochschule
oder
Verein**

Keine klare Verantwortlichkeit

intersektorale Zusammenarbeit



2

Barrieren

Welche Barrieren wurden in den Interviews genannt?

- Limitierte Ressourcen für Förderanträge
- Überlastet mit anderen Aufgaben
- Frustration über Förderanträge
- Angebotene Projekte häufig auf Städte ausgelegt
- Trainer- und Sporthallenmangel
- Starker Rückgang des Ehrenamts

Welche Barrieren haben die Projekte hinsichtlich der Bewegungsförderung?

- Wenige passende Räumlichkeiten
- Wenige Übungsleitungen insbesondere mit Präventionsleitfadenkonformer Qualifikation
- Erschwerte Zielgruppenerreichung
- Angebotsstruktur
- Vernetzung
- Verstetigung

2

Förderfaktoren

Welche Faktoren werden als besonders hilfreich erachtet?

- Zusammenarbeit mit Kooperationspartnern
- Starke politische Unterstützung für Gesundheitsthemen
- Verfügungsfond
- Ehrenamt
- Regionale Netzwerkarbeit (Gesundheitsregion^{Plus})

Welche Förderfaktoren wurden in den Projekten wahrgenommen?

- Gute Nachbarschaftshilfe
- Mitunter direkterer Zugang zur Zielgruppe
- Weniger konkurrierende Angebote
- Anschubfinanzierung als Chance
- Vernetzung

3

Bedarfe

Was braucht der ländliche Raum für eine gelungene Bewegungsförderung:

- Angepasste Fördermöglichkeiten
- Lokale Angebote
- Besseren ÖPNV
- Unterstützung der Sportvereine
- Freie Mittel (Verfügungsfond)
- Koordinierende Person

“

Wir können uns keine großen Projekte leisten.

Wir brauchen individuelle Beratung um das zu nutzen und zu verbessern was wir schon haben.

”

Fazit

Bewegungsförderung im ländlichen Raum – WARUM?



- Reduziert das Ungleichgewicht der Prävention und Gesundheitsförderung zwischen Stadt und Land
- Leistet einen Beitrag zur gesundheitlichen Chancengleichheit

**Warum ist Bewegungsförderung
im ländlichen Raum für Sie relevant?**

Dr. Maike Till

maike.till@fau.de

Tobias Fleuren

tobias.fleuren@fau.de