



Projektinformation

LeBe Partnerverein „Neu“ 2018

ALLGEMEINES	2
INHALTE	2
VORAUSSETZUNG FÜR DIE TEILNAHME BEI LEBe ALS VEREIN	2
UMSETZUNG & ZEITPLAN	3
<i>Bewerbungsphase und Festlegung der LeBe – Orte</i>	3
<i>Vorbereitungsphase und Marketing</i>	4
<i>Aktionsphase</i>	5
<i>Nachbereitung und Nachhaltigkeit</i>	5
WIN – WIN SITUATIONEN	5
<i>Vereine und deren Übungsleiter</i>	5
<i>Gemeinden</i>	6
ANSPRECHPARTNER	7

Allgemeines

Ausreichende Bewegung ist eine der Voraussetzungen für körperliche und geistige Gesundheit bis ins hohe Alter. Neben der Steigerung bzw. Erhaltung der Beweglichkeit, steigert aktive Bewegung die subjektive Lebensqualität und bekräftigt das Selbstbild. Viele Vereine bieten in den Gemeinden bereits jetzt zahlreiche Bewegungsprogramme an. Nicht alle Seniorinnen und Senioren hatten aber bisher die Möglichkeit sich sportlich zu betätigen und/oder es fehlte ihnen oft die Motivation bzw. der Mut, einen dieser Kurse zu besuchen.

In Zusammenarbeit mit den drei Sportdachverbänden ASKÖ, ASVÖ und SPORTUNION sowie dem Kneippbund und im Einvernehmen mit dem NÖ Seniorenreferat und unseren Medienpartnern NÖN, ORF NÖ wollen wir die immer größer werdende Gruppe an 55+ jährigen, die sportlich inaktiv sind, zu einer Lebensstiländerung durch und mit Bewegung motivieren. So wird auch in Folge die Anzahl der sozialen Kontakte gesteigert. Seit dem Start im Jahr 2007 haben mehrere Tausend neue Teilnehmer/-innen beim LeBe Programm mitgemacht. LeBe ist ein langjähriges, gut funktionierendes und kooperativ aufgebautes Projekt! Der Großteil der Partnervereine, in der letzten Saison waren es 66 von 76, bieten das Seniorenbewegungsprogramm schon seit mehreren Jahren an. Neben der Möglichkeit neue Mitglieder zu gewinnen, schätzen die Vereine auch den kostenlosen Fortbildungstag für ihre LeBe Trainer/-innen. Dieser wird auch am 10.2.2018, im SPORT.ZENTRUM.Niederösterreich, St.Pölten angeboten. Wir freuen uns, wenn Ihr Verein 2018 Teil des LeBe Teams wird!

Inhalte

- Kostenloser Kurs für neue Teilnehmer/-innen einmal pro Woche für mind. acht Wochen in allen politischen Bezirken in Niederösterreich unter Anleitung von qualifizierten Trainern
- Zielgruppe sind Personen (weibl. > 55 und männl. > 60 Jahre), welche seit mehr als fünf Jahren sportlich inaktiv sind
- Alle Teilnehmer/-innen erhalten bei der ersten Einheit ein kostenloses Starterpaket
- Alle Teilnehmer/-innen, die sechs und mehr Einheiten absolviert haben, erhalten einen Bonus in Form eines Gutscheins in der Höhe von € 20,- für die aktive Teilnahme an des im **Herbst 2018** beginnenden Nachfolge - Bewegungskurses des Vereins
- Spaß an der Bewegung und Spaß an der Begegnung (soziale Kontakte knüpfen) stehen im Vordergrund
- Die Stundenvorbereitungen sind wissenschaftlich erarbeitet und können je nach Leistungsniveau angepasst werden, dazu gibt es acht ausgearbeitete Stundenbilder, die einheitlich verwendet werden sollen

Voraussetzung für die Teilnahme bei LeBe als Verein

Beitrag Verein & Übungsleiter

- keine bestehender Bewegungskurs für Senioren

- verpflichtende Abhaltung eines Nachfolge - Bewegungskurses (eine Einheit pro Woche) für Senioren beginnend im **Herbst 2018**
- zur Verfügungsstellung (= Suche) einer geeigneten Sportstätte (sauber, gut belüftet, warm, freundlich, Gymnastikmatten vorhanden, ...)
- Entsendung eines/einer Übungsleiters/-in bzw. Trainers/-in (Mindestanforderung entweder Übungsleiter/Lehrwart allgemein oder fünf Jahre Erfahrung bei der Abhaltung von Bewegungseinheiten im Gesundheitssportbereich) für die kostenlose 1-tägige Einschulung am **10. Februar 2018** im SPORT.ZENTRUM.Niederösterreich bzw. eines/r Funktionärs/-in der/die für die Abwicklung verantwortlich ist.
- Bewerbung
 - lokal und regional durch den Verein/Gemeinde (ev. Gesunde Gemeinde)
 - Verteilung von Flyern und Plakaten jeweils mit Eindruck der örtlichen Infos über den LeBe Kurs. Die Drucksorten werden dem Verein kostenlos zur Verfügung gestellt
 - Bewerbung auf der Vereins- und Gemeindehomepage mit Link auf www.sportlandnoe.at
 - Information an die Gemeinde, diverse lokale Ärzte und Meinungsbildner
- Verwaltung (Auskunft, Anmeldung und Weiterleitung) der Teilnehmerdaten
- Durchführung eines Seniorenkurses von mind. 8 Einheiten kostenlos für die Teilnehmer/-innen
- Abrechnung und Übermittlung der Teilnehmer an den jeweiligen Landesverband

Benefits (Leistungen und marketingtechnische Maßnahmen) für den Verein

- professionelle überregionale Bewerbung
 - Medienkooperation mit ORF NÖ (TV & HF)
 - Medienkooperation mit NÖN (überregional & regional)
 - Inserate in diversen Printmedien & Fachzeitschriften
 - Bewerbung auf www.sportlandnoe.at
 - Bewerbung auf verschiedenen Veranstaltungen („bleib aktiv“ Seniorenmesse in St. Pölten)
- Folder und Plakate für regionale Bewerbung
- positive Positionierung in der Gemeinde
- **€ 350,- /Kurs**, welche unkompliziert über den jeweiligen Landesverband abgerechnet werden und für die Bezahlung des ÜLs, der Sportstätte und etwaige Verwaltungskosten (Telefon, etc) gedacht ist
 - somit steht jedem Verein frei, welches Honorar er seinen Trainern/-innen bezahlt und welchen Preis er für die Halle vom Betreiber verrechnet bekommt
 - => je aktiver der Verein umso mehr bleibt in seiner Kassa!
- Einheitliche Einkleidung der Übungsleiter mit je einem Polo/T-Shirt

Umsetzung & Zeitplan

Bewerbungsphase und Festlegung der LeBe – Orte

- Bis spätestens **Montag, 20. November 2017** schriftliche Bewerbung mittels Antrag (je früher, desto eher können wir planen)
- Alle Vorschläge werden auf Vollständigkeit und Einhaltung der Kriterien geprüft und werden anschließend nach regionalem Bedarf ausgesucht
- Alle Vereine erhalten bis spätestens **Donnerstag, 7. Dezember 2017** eine Zu- oder Absage.
- Bei Zusage übermittelt der Verein fehlende Daten innerhalb von drei Wochen (bis spätestens **Mo, 8. Jänner 2018**) folgende Unterlagen und Informationen:
 - Name Verein/Gemeinde
 - Ansprechpartner mit Telefon und Email für Organisation und Auskunft
 - Name und Anschrift der Sportstätte
 - Tag und Uhrzeit an der die LeBe Einheit stattfinden wird
 - Alle acht Tage mit Datum beginnend mit der **KW 12** mit Rücksicht auf die Feiertage (1.Mai Staatsfeiertag, 10. Mai Christi Himmelfahrt, 20. & 21. Mai Pfingstferien, 31.Mai Fronleichnam)
 - Name und Kontaktdaten (Adresse, Email, Tel), Ausbildungen

	KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	SA	SO
1	12	19.Mär	20.Mär	21.Mär	22.Mär	23.Mär	24.Mär	25.Mär
2	13	26.Mär	27.Mär	28.Mär	29.Mär	30.Mär	31.Mär	01.Apr
3	14	02.Apr	03.Apr	04.Apr	05.Apr	06.Apr	07.Apr	08.Apr
4	15	09.Apr	10.Apr	11.Apr	12.Apr	13.Apr	14.Apr	15.Apr
5	16	16.Apr	17.Apr	18.Apr	19.Apr	20.Apr	21.Apr	22.Apr
6	17	23.Apr	24.Apr	25.Apr	26.Apr	27.Apr	28.Apr	29.Apr
7	18	30.Apr	01.Mai	02.Mai	03.Mai	04.Mai	05.Mai	06.Mai
8	19	07.Mai	08.Mai	09.Mai	10.Mai	11.Mai	12.Mai	13.Mai
9	20	14.Mai	15.Mai	16.Mai	17.Mai	18.Mai	19.Mai	20.Mai
10	21	21.Mai	22.Mai	23.Mai	24.Mai	25.Mai	26.Mai	27.Mai
11	22	28.Mai	29.Mai	30.Mai	31.Mai	01.Jun	02.Jun	03.Jun
12	23	04.Jun	05.Jun	06.Jun	07.Jun	08.Jun	09.Jun	10.Jun
13	24	11.Jun	12.Jun	13.Jun	14.Jun	15.Jun	16.Jun	17.Jun
14	25	18.Jun	19.Jun	20.Jun	21.Jun	22.Jun	23.Jun	24.Jun

Vorbereitungsphase und Marketing

Allgemein

- Übungsleiterfortbildung am **10. Februar 2018** im SPORT.ZENTRUM.Niederösterreich
 - Verpflichtend, dafür kostenlose Fortbildung in Theorie und Praxis mit den aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen
 - Umfassendes Skript und Übungssammlung
 - Tw. Übergabe Teilnehmerpakete, Polos/T-Shirts, Plakate und Flyer für jeden Ort
- Presseaussendung mit Aktionspatin Ingrid Wendl im Rahmen der Bleib Aktiv Seniorenmesse am **15. Februar 2018**

- Ab März Start der Betrailierung auf ORF NÖ und Inseratenschaltung sowie redaktionellen Berichterstattung in den Niederösterreichischen Nachrichten sowie diversen Seniorenzeitschriften und regionalen Printmedien

Aktionsphase

Allgemein

- Ab **KW 12**, **19. März 2018** Start der 8 kostenlosen Einheiten
- Alle Teilnehmer/-innen erhalten bei der ersten Einheit
 - ein kostenloses Starterpaket
 - Infoblatt mit den Terminen und dem nochmaligen Hinweis auf die kostenlose Vorsorgeuntersuchung

Beitrag Verein & Übungsleiter

- Es soll Werbung für das jeweilige Vereinsangebot im Herbst gemacht werden und gegen Ende des Kurses der Feedbackbögen von Teilnehmer/-innen ausgefüllt werden
- Fotos und Zwischenberichte für PR-Arbeit

Nachbereitung und Nachhaltigkeit

Allgemein

- Alle Teilnehmer/-innen, die sechs und mehr Einheiten des Kurses absolviert haben, erhalten
 - einen Gutschein von € 20,- für die aktive Teilnahme an dem im **Herbst 2018** stattfindenden Bewegungskurses des Vereins

Beitrag Verein & Übungsleiter

- Abrechnung der Pauschale mit dem jeweiligen Landesverband
- Teilnehmerliste kopieren und das Original an den Landesverband
- digitale Liste übermitteln, damit der Gutscheinversand flott erfolgen kann
- Feedbackbögen Teilnehmer an den Landesverband,
- Feedbackbögen Übungsleiter und Vereinsleiter online ausfüllen (Link wird zugesandt)
- Bericht samt Foto (elektronisch) an lokale Medien, Gemeinde und die Kontaktadresse des jeweiligen Landesverbands

Win – Win Situationen

Vereine und deren Übungsleiter

- Professionelles Marketingkonzept
 - Kostenlose Öffentlichkeitsarbeit
 - Kostenlose Mitgliederwerbung
- Kostenlose Fortbildung mit Top Referenten

- Kostenlose und topaktuelle Skripten auch in elektronischer Form
- Leistungsorientierte Bezahlung der Übungsleiter möglich
- Wenn finanzielle Hürde als Hindernis für Senioren zur weiteren Teilnahme besteht unterstützt die Gutschein Aktion mit € 20,- von SPORT.LAND.Niederösterreich.
- Modernes Image

Gemeinden

- Modernes Projekt
- Förderung der Lebensqualität für Bewohner im 3. und 4. Lebensabschnitt
- Vernetzung, Abstimmung und Zusammenarbeit mit den regionalen Vereinen
- Neue Zielgruppe, Angebotserweiterung bei Zusammenarbeit von „Gesunde Gemeinde“ und Vereinen.

Ansprechpartner

ASKÖ NÖ, Guido Wallner
Tel.: +43 (0)2253 61877
g.wallner@askoenoe.at

ASVÖ NÖ, Conrad Miller, MSc
Tel.: +43 (0)1 604 1760 500
miller@asvoe-noe.at

Kneippbund NÖ, Gabriele Berkes
Tel.: +43 (0)676 5603420
lebe.kneipp@gmail.com

SPORTUNION NÖ, Mag. Matthias Poller
Tel.: +43 (0)2742 205 14
m.poller@sportunion.at

SPORT.LAND.Niederösterreich
Stefanie Krempf
Tel.: +43 (0)2742 9000 19870
stefanie.krempf@noe.co.at