

# 38 % der Deutschen treiben nie Sport – BeActive ruft zu mehr Bewegung auf

**D**ie Europäische Kommission hat im März 2018 das neue Eurobarometer zu Sport und körperlicher Betätigung in der EU veröffentlicht. Die Ergebnisse sind überraschend: in einer Zeit, in der Sportprogramme über Apps verfügbar sind und YouTube-Stars zu Fitness-Challenges aufrufen, bewegen sich die Menschen weniger als noch vor vier Jahren.

Damit liegt Deutschland jedoch noch über dem EU-Schnitt (46 %). Am sportlichsten sind die Finnen,



Foto: BeActive

hier verzichten nur 13 % komplett auf Aktivität. In Bulgarien, Griechenland und Portugal hingegen wird am wenigsten Wert auf Sport gelegt, 68 % der Befragten gaben an, nie Sport zu treiben. Die Ergebnisse zeigen, wie wichtig eine Kampagne

zur Bewegungsförderung in Europa ist. Die Europäische Woche des Sports erinnert mit dem Motto BeActive daran: „Beweg Dich“. Mit Teilnahme an der Kampagne können Vereine und Übungsleiter für ihre Sportkurse werben und den ersten Schritt in ein aktives Leben ermöglichen. It's time to #BeActive!

**Informationen und Anmeldung** unter [www.beactive-deutschland.de](http://www.beactive-deutschland.de)



## AlltagsTrainingsProgramm – Auch in Ihrem Verein?!

**G**emeinsam mit der BZgA, der DSHS Köln, dem DOSB und dem LSB NRW hat der DTB das Trainingsprogramm für bislang inaktive Männer und Frauen ab 60 Jahren, die ihren Alltag nachhaltig aktiver gestalten möchten, entwickelt.

Ziel des 12 Kurseinheiten umfassenden AlltagsTrainingsProgramms (ATP) ist es, für den Alltag wichtige Fähigkeiten, wie z. B. Ausdauer, Gleichgewicht, Kraft und Beweglichkeit, möglichst alltagsnah zu trainieren. Des Weiteren soll es die Teilnehmenden dafür sensibilisieren und sie aktivieren, den Alltag drinnen und draußen als Trainingsmöglichkeit zu verstehen und dadurch ein effektives Mehr an Bewegung in das tägliche Leben einzubauen.

Zur Förderung der bundesweiten Implementierung des Programms stellt die BZgA spezielle Fördermittel für Turn- und Sportvereine, die ATP-Kurse vor Ort anbieten, zur Verfügung. Insgesamt werden bis zu 800



Foto: BZgA – AlltagsTrainingsProgramm – A. Bowinkelmann

Kurse mit bis zu 800,- € finanziert.

Das ATP-Programm ist unter anderem auch für folgende vulnerablen Personengruppen, die aufgrund ihrer Lebensbedingungen, Umstände, Einflüsse oder Gegebenheiten ungleichen Gesundheitschancen unterlegen sind, interessant: Senioren mit Migrationshintergrund,

mit niedrigem sozioökonomischen Status, aus strukturschwachen Gebieten und Senioren, die pflegende Angehörige sind.

**Weitere Informationen** unter [www.aelter-werden-in-balance.de](http://www.aelter-werden-in-balance.de) und [atp@dtb-online.de](mailto:atp@dtb-online.de)

