

# Modellprojekt KOMBINE

Universitätsstadt Marburg  
Fachdienst Sport & Fachdienst Gesunde Stadt



Gefördert durch die BZgA im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V



# Eckdaten zum Projekt

**KOMBINE = KOMmunale Bewegungsförderung zur Implementierung der Nationalen Empfehlungen**



<b>Projektlaufzeit</b>	Seit Anfang 2019 Modellkommune Offizieller Start, mit Stellenbesetzung: 01.10.2020 - 30.09.2023 (3 Jahre)
<b>Förderung</b>	BZgA (Auftrag) und GKV-Bündnis für Gesundheit (finanzielle Mittel); FAU; Eigenanteil Kommune
<b>Trägerschaft</b>	Fachdienst Sport und Fachdienst Gesunde Stadt
<b>Zielgruppen</b>	Fokus auf Menschen aus schwierigen Lebenslagen; Lebensphasenübergreifend
<b>Setting</b>	Stadt/Kommune (Fokus auf 3 „KOMBINE Stadtteilen“)

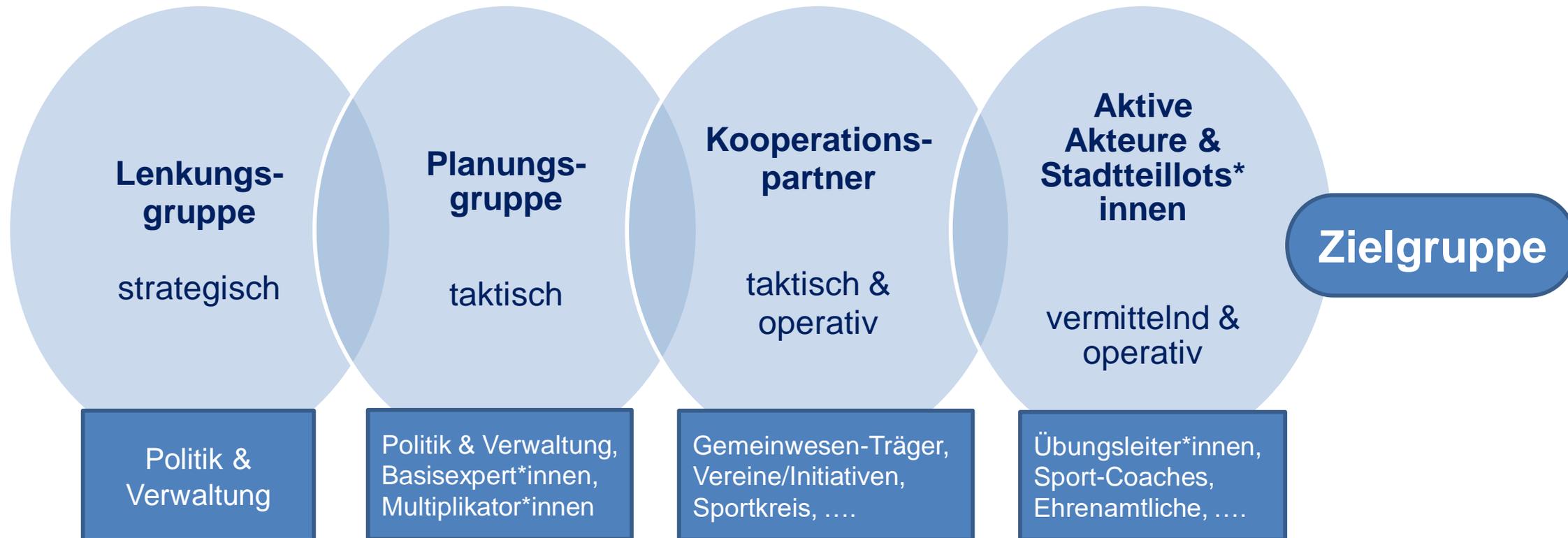
# Ziel: Kommunale Bewegungsförderung für ALLE Menschen

## Unterziele:

- mehr **Wissen** über Wirkung von Bewegung vermitteln
- **Motivation** zu Bewegung in Alltag und Freizeit
- **Kultursensible und altersgerechte** Gesundheitsförderung
- Verhältnisprävention: **mehr Gelegenheiten** bieten für Bewegung (Vielfältige und lebensphasenbezogene Angebote)
- Verhaltensprävention: **niedrigschwellige Angebote**
- Transparenz schaffen & Synergien herstellen
- **Netzwerkaufbau & Gesamtstrategie**



## Strukturaufbau und Zusammenarbeit mit weiteren Akteuren



## Strukturaufbau und Zusammenarbeit mit weiteren Akteuren

### Lenkungsgruppe:

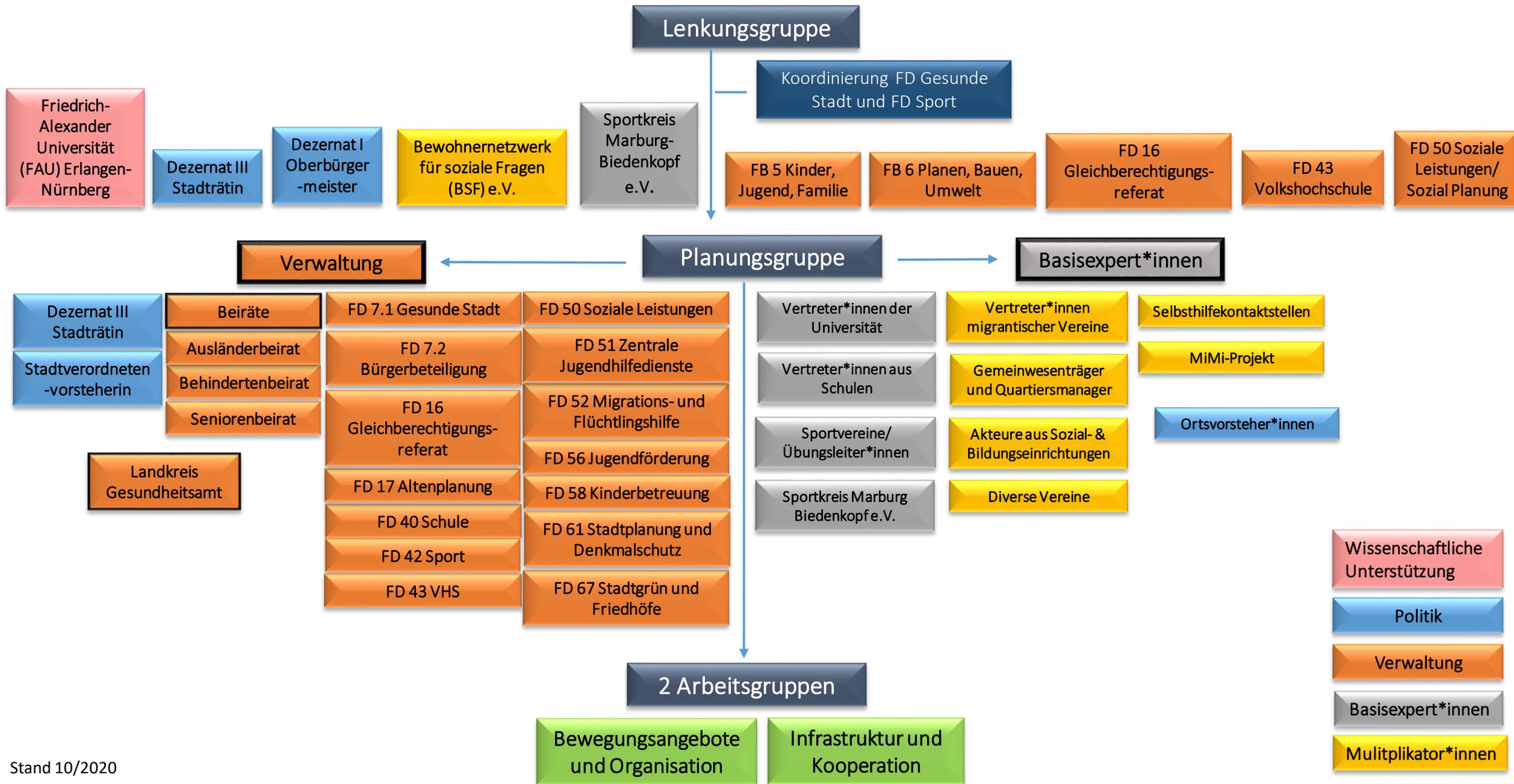
- Oberbürgermeister, Stadträtin (Sportdezernentin), Fachbereichsleitungen, Fachdienstleitungen, ...

### Planungsgruppe/Kooperationen:

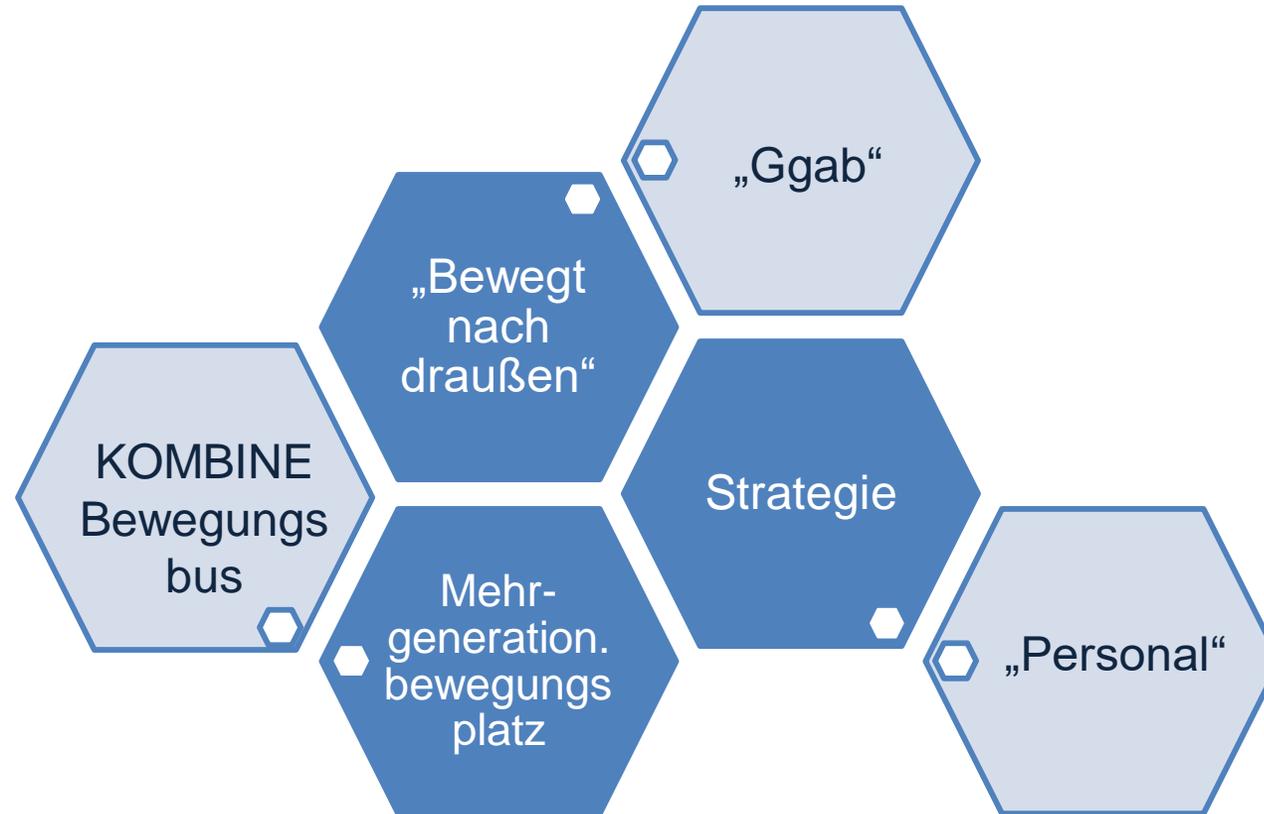
- Sämtliche Fachdienste der Stadt: Sport, Gesunde Stadt, Altenplanung, Jugendhilfe, Jugendförderung, Kinderbetreuung, Schule, VHS, Soziale Leistungen/Sozialplanung, Migrations- und Flüchtlingshilfe, Bürgerbeteiligung, Gleichberechtigungsreferat, Stadtplanung, Stadtgrün/Grünflächen, Planen Bauen Umwelt, ...
- freie Träger, Gemeinwesen Träger und Quartiersmanager, Vereine (insbesondere Sportvereine und Migrantenvereine), Übungsleiter\*innen, Sport-Coaches aus „Sport+Flüchtlinge“, Initiativen, Kinder- und Jugendparlament, Universität, Akteure aus Sozial- und Bildungseinrichtungen, Selbsthilfekontaktstellen, Ortsvorsteher, relevante Gremien und Beiräte, Gesundheitsamt, Sportkreis, Landkreis, andere KOMBINE Modellkommunen, etc. ... **Zielgruppe selbst**



# KOMBINE – ein Netzwerk für Bewegung und Bewegungsförderung in Marburg



# Einblick in entwickelte Maßnahmen

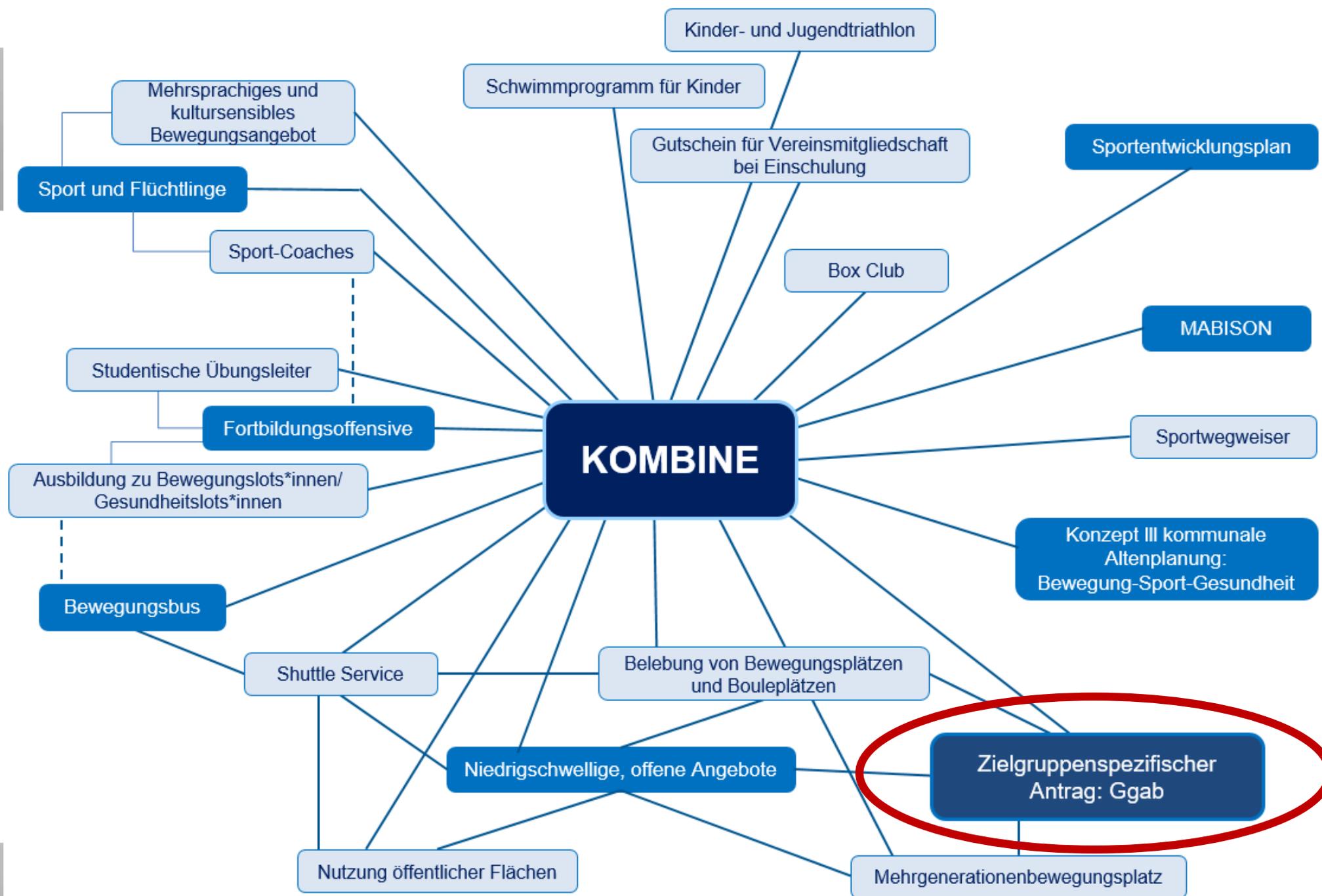


**KOMBINE**  
Kommunale Bewegungs-  
förderung zur Implementierung  
der Nationalen Empfehlungen



**Entwickelte  
Maßnahmen**

**Vernetzung**



# Projektbeispiel: „Gemeinsam geht alles besser – Marburger Bewegungspatenschaften“ (Ggab)

Unterprojekt  
von KOMBINE

Projektlaufzeit	01.02.2021 - 31.01.2025 (4 Jahre)
Förderung	BZgA und GKV-Bündnis für Gesundheit (Zielgruppenspezifische Projektförderung)
Trägerschaft & Kooperationspartner	FD Sport und FD Gesunde Stadt <ul style="list-style-type: none"> <li>• FD Altenplanung</li> <li>• Projekt „In Würde teilhaben“ von Arbeit &amp; Bildung e.V.</li> <li>• Alzheimergesellschaft Marburg-Biedenkopf e.V.</li> <li>• Gemeindegewestern 2.0</li> </ul>
Zielgruppe	Ältere Menschen aus schwierigen Lebenslagen, die noch im häuslichen Umfeld leben
Setting	Stadt/Kommune



## Projektbeispiel: „Gemeinsam geht alles besser – Marburger Bewegungspatenschaften“ (Ggab)

- Gesundheitliche Chancengleichheit
- Individuelle Selbstbestimmung
- Soziale Teilhabe

<p><b>Oberziel</b></p>	<p>Gesundheitsförderung &amp; Bewegungsförderung für ältere Menschen → Menschen im Alltag wieder mehr in Bewegung bringen</p>
<p><b>Umsetzung</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• vielfältige Angebote und Aktivitäten             <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Spaziergangs-Begleitungen</li> <li>2. Weitere Angebote (z.B. einfache Kräftigungs- und Gleichgewichtsübungen, Übungen zur Sturzprophylaxe, gemeinsames Walken, Mobilität erhalten etc.)</li> </ol> </li> <li>• mit professionellen und ehrenamtlichen “Bewegungspaten” → verpflichtende Basisfortbildung</li> <li>• Prinzip der Niedrigschwelligkeit (kostenlos nutzbar, leichte Teilnahme, etc.)</li> </ul>



## Projektbeispiel: „Gemeinsam *geht* alles besser – Marburger Bewegungspatenschaften“ (Ggab)

<p><b>Erfolgsfaktoren &amp; Stolpersteine</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Regelmäßiger Austausch mit Kooperationspartnern</li> <li>• Wertschätzung &amp; Transparenz</li> <li>• Breite Vernetzung</li> <li>• Einbindung Politik</li> <li>• Öffentlichkeitsarbeit/Kontinuierliche Werbung</li> <li>• Prinzip der Niedrigschwelligkeit (z.B. Onlinefragebogen für Ehrenamtliche)</li> <li>• Synergieeffekte mit Landkreis</li> </ul>	<p><b>Stolpersteine:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zielgruppe erreichen (isolierte Menschen)</li> <li>• Partizipation der Zielgruppe</li> </ul>
<p><b>Nächste Schritte/ Nachhaltigkeit</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gesamtstrategie und Qualitätssicherung (Zusammenarbeit mit Uni)</li> <li>• Austauschtreffen und Aufbauschulungen für Freiwillige</li> <li>• Ausweiten auf andere Stadtteile</li> <li>• Weitere Vernetzungstreffen mit Kooperationspartnern</li> </ul>	

## Kontakt Daten und weitere Informationen

<https://www.gkv-buendnis.de/buendnisaktivitaeten/bundesweite-aktivitaeten/kombine-und-verbund/>  
<https://www.gkv-buendnis.de/foerderprogramm/foerderangebote-im-ueberblick/>  
<https://www.gkv-buendnis.de/foerderprogramm/zielgruppenspezifische-interventionen/>



### KOMBINE Marburg

Hannah Görzel: Projektkoordination  
E-Mail: [Hannah.Goerzel@marburg-stadt.de](mailto:Hannah.Goerzel@marburg-stadt.de)  
Tel.: 06421 201 1064

**Fachdienst Sport**  
Björn Backes: Fachdienstleitung  
Jana Kahler: Projektkoordination

**Fachdienst Gesunde Stadt**  
Susanne Hofmann: Fachdienstleitung  
Rahel Häcker: Projektkoordination

[kombine@marburg-stadt.de](mailto:kombine@marburg-stadt.de)