



**BEWEGT.**

**GESUND.**

Der Hamburger Aktionsplan  
„Gesundheit durch Bewegung“ im Rahmen von Active City





# Inhaltsverzeichnis

|   |           |
|---|-----------|
| <b>1. Anlass und Ziel</b>   | <b>4</b>  |
| 1.1 Korrespondierende Beschlusslage in politischen Gremien                              | 6         |
| 1.2 Nationale Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung                          | 7         |
| <b>2. Vorgehen</b>  | <b>8</b>  |
| <b>3. Zielgruppe(n) des Aktionsplans</b>  | <b>9</b>  |
| <b>4. Handlungsfelder</b>   | <b>10</b> |
| Handlungsfeld 1: Bewegungs- und Gesundheitsförderung im öffentlichen Raum und im Alltag | 10        |
| Handlungsfeld 2: Austausch, Vernetzung und Qualifizierung                               | 11        |
| Handlungsfeld 3: Öffentlichkeitsarbeit  | 12        |
| Handlungsfeld 4: Bewegungsaktivierende Strukturen und Stadtentwicklung                  | 13        |
| <b>5. Finanzierung</b>  | <b>15</b> |
| <b>6. Zeitliche Perspektive, Monitoring und Evaluation</b>                              | <b>16</b> |
| <b>Anlage</b>   | <b>18</b> |
| Maßnahmen und Umsetzung   | 18        |
| Tabelle „Handlungsfeld 1: Bewegungsförderung im öffentlichen Raum“                      | 19        |
| Tabelle „Handlungsfeld 2: Austausch, Vernetzung, Qualifikation“                         | 21        |
| Tabelle „Handlungsfeld 3: Öffentlichkeitsarbeit“  | 23        |
| Tabelle „Handlungsfeld 4: Bewegungsaktivierende Strukturen und Stadtentwicklung“        | 24        |
| Karte MPAC – Bewegunginseln, Übersicht Standorte Hamburg                                | 25        |
| <b>Impressum</b>  | <b>26</b> |

# 1. Anlass und Ziel

In unserer von Bewegungsmangel geprägten Gesellschaft erlangt die gesundheitlich relevante Dosis an Bewegung unter präventiven und therapeutischen Gesichtspunkten zunehmende Bedeutung. Durch mehr körperliche Aktivität bzw. Bewegung lassen sich viele der Volkskrankheiten wie z. B. Diabetes Typ II, Bluthochdruck oder Arthrose, verhindern, eindämmen oder sogar heilen.

**Wer einen aktiven Lebensstil führt und zudem Kenntnis darüber hat, welchen Nutzen Bewegung und Sport für die eigene physische und psychische Gesundheit haben, ist in der Lage, stärker Verantwortung für sein eigenes Wohlbefinden zu übernehmen.**

Für viele Menschen besteht neben dem Informationsmangel eine (zu) große Hürde zwischen dem „Wollen“ und dem „Tun“. Dafür gibt es unterschiedlichste und individuelle Gründe: z. B. die mangelnde Kenntnis über wohnortnahe Angebote, zu großer vermeintlicher Leistungsdruck, die Kosten für Mitgliedschaften oder das eigene physische und psychische Wohlbefinden stehen der Ausübung von Sport und Bewegung oft entgegen.

In den Nationalen Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung wird festgestellt: „Ein verbreiteter bewegungsarmer Lebensstil in der Bevölkerung gilt heute als ein „chronisches“ Politikproblem. (...) Nur über konzentrierte Handlungsansätze und ein kontinuierliches Engagement unterschiedlicher Politikfelder und Politikebenen sowie weiterer gesellschaftlicher Akteure (z. B. der Sportorganisationen) wird es gelingen, nachhaltige Lösungsansätze zu entwickeln.“<sup>1</sup>

**Mit der Strategie *Active City* verfolgt der Hamburger Senat das Ziel, die Hamburger\*innen zu einem aktiven, gesunden, partizipativen und selbstverantwortlichen Lebensstil zu bewegen.**

Im Interesse der Gesundheit und der gesellschaftlichen Entwicklung sollen Möglichkeiten zur Erhaltung und Steigerung der Gesundheit durch Bewe-

---

1 Rütten, A., Pfeifer, K. (Gastherausgeber), Nationale Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung. Köln, BZgA, 2017, Aufl. 1.2.06.17 [https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5\\_Publikationen/Praevention/Broschueren/Bewegungsempfehlungen\\_BZgA-Fachheft\\_3.pdf](https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5_Publikationen/Praevention/Broschueren/Bewegungsempfehlungen_BZgA-Fachheft_3.pdf)

gung geschaffen werden. Das können Maßnahmen zur Stärkung der individuellen Gesundheitskompetenz in Bezug auf Bewegung sein, aber auch konkrete Angebote und Strukturverbesserungen.

In Hamburg gibt es eine große und vielfältige Anzahl von Angeboten und Möglichkeiten, sich zu bewegen. Und zwar für jedes Alter, jedes Fitnesslevel, jeden Geschmack und jedes Budget. Für viele Menschen ist jedoch der Weg, sich das passende Angebot suchen und dieses dann aufsuchen zu müssen, Grund genug, davon abzusehen.

Diese Menschen müssen angesprochen, motiviert und überzeugt werden. Sie brauchen Anleitung und Anregung. Dabei geht es nicht um hoch anspruchsvolle Sportarten, sondern zunächst vielmehr um „einfach loslegen, rausgehen, ausprobieren“.

Die Arbeitsgruppe Sport, Bewegung und Gesundheit (Mitglieder: Behörde für Inneres und Sport (Landessportamt), Sozialbehörde, Hamburger Sportbund und ParkSportInsel e. V.) hat sich vor diesem Hintergrund zum Ziel gesetzt, für Hamburg einen Aktionsplan zur Gesundheitsförderung durch Bewegung zu erarbeiten. Dieser nimmt insbesondere die Zielgruppe derjenigen in den Fokus, die nicht zu den bereits regelmäßig körperlich Aktiven zählen. Es wird davon ausgegangen, dass diese Zielgruppe am besten in ihrem Sozialraum, ihrem Quartier, ihrem Wohnumfeld erreicht werden kann. Diese werden daher als Ausgangspunkt für die Planungen gewählt (siehe Ziffer 3).

**Die Identifizierung und Einbeziehung der Akteure im Quartier spielt dabei eine wichtige Rolle.** So lässt sich die notwendige Verknüpfung zwischen den Akteuren des Sports und den Strukturen der Gesundheitsförderung erreichen. Das Konzept zum Ausbau lokaler Strukturen wurde im Rahmen des Paktes für Prävention seit 2010 kontinuierlich verfolgt und durch die Lokalen Vernetzungsstellen für Prävention gefördert. Auch in der Hamburger Landesrahmenvereinbarung (LRV) zur Umsetzung der Nationalen Präventionsstrategie wurde die Stärkung des Sozialraumansatzes vereinbart. Hier arbeiten alle Sozialversicherungsträger und das Land Hamburg, ver-

treten durch die für die Gesundheit zuständige Behörde, zusammen. Das Strategieforum hat am 7. November 2018 Leitlinien dazu verabschiedet und darin die Stärkung der gesundheitsfördernden Motivation und Unterstützung der Bevölkerung im direkten Lebensumfeld beschlossen. Hinzu kommt die regionale Schwerpunktsetzung hin zu mehr gesundheitlicher Chancengleichheit für Bürgerinnen und Bürger in belasteten Lebenssituationen. Mithilfe des Rahmenprogramms Integrierte Stadtentwicklung (RISE) soll in Hamburg die Lebensqualität in Quartieren mit einem besonderen Entwicklungsbedarf verbessert und die Quartiere städtebaulich aufgewertet werden. Damit soll der soziale Ausgleich, der Zusammenhalt und die Chance auf Teilhabe am gesellschaftlichen Leben für alle erreicht werden. Deshalb sind und werden die lokalen Vernetzungsstellen für Prävention möglichst in RISE-Gebieten etabliert und die jeweiligen Aktivitäten eng miteinander verknüpft.

## **1.1 Korrespondierende Beschlusslage in politischen Gremien**

Auf Bundesebene liegt eine inhaltlich korrespondierende Beschlusslage vor.

Die Sportministerkonferenz (SMK) und die Gesundheitsministerkonferenz (GMK) haben in 2014/2015 einen gemeinsamen, umfassenden Beschluss zur Unterstützung gesundheitsförderlicher körperlicher Aktivitäten gefasst. Dieser enthielt unter anderem

- die Erstellung von Nationalen Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung
- die Erarbeitung einer Expertise über die wissenschaftlichen Erkenntnisse zum gesundheitsökonomischen Nutzen von Präventionsmaßnahmen zur Bewegungsförderung (Wirkungen der regelmäßigen Teilnahme an Bewegungsprogrammen auf die Krankheitskosten)
- die Absicht einer engeren Zusammenarbeit der Länder und des gemeinnützigen Sports mit gesundheitspolitisch relevanten Akteuren.

Im Jahr 2016 wurde der Beschluss noch weiter konkretisiert / ergänzt:

- Verbreitung der Nationalen Bewegungsempfehlungen und ein Transfer dieser neuen Erkenntnisse in die Umsetzung der Maßnahmen der Länder zum Präventionsgesetz über die entsprechenden Landesrahmenvereinbarungen
- Weiterentwicklung bestehender Kooperationen im Bereich des Sports mit Akteuren der Gesundheitsförderung in den verschiedenen Settings
- Bündelung vorhandener Initiativen und Netzwerke zur Entwicklung integrierter kommunaler Strategien vor Ort (Präventionsketten)
- Umsetzung gesundheitsförderlicher Konzepte für mehr Bewegung im Alltag insbesondere über die Zusammenarbeit mit Expert\*innen aus den Bereichen Stadt- und Raumplanung, Verkehrsplanung sowie Grünflächen- und Sportplanung voranbringen.

## **1.2 Nationale Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung**

Vor diesem Hintergrund sollen die Nationalen Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung für den Aktionsplan als wissenschaftliche Basis zugrunde gelegt werden. Sie besagen: **„Die Bewegungsförderung ist ein wesentlicher Baustein in einer Präventions- und Gesundheitsförderungsstrategie. Sie soll als Querschnittsthema in verschiedenen Lebenswelten verankert werden.“** Der Begriff „Bewegung“ schließt in den nationalen Empfehlungen alle gesundheitsförderlichen körperlichen Aktivitäten ein, sofern sie der Gesundheit nutzen und gesundheitliche Gefährdungen vermeiden; auch Alltagsaktivitäten wie z. B. das Fahrradfahren oder Zufußgehen als bewegungsaktiver Transport werden dem Begriff der Bewegung zugerechnet.

Die Empfehlungen liefern eine wissenschaftlich erarbeitete Basis für die Qualitätsanforderungen an Bewegung und Bewegungsförderung.

**Mit den Nationalen Bewegungsempfehlungen liegen erstmals in dieser Form bundesweite Empfehlungen vor. Es ist Aufgabe der Länder und Kommunen, diese umzusetzen.**

## 2. Vorgehen

Die o. g. Arbeitsgruppe hat in einem ersten Schritt die in der Hamburger Verwaltung für den Sozialraum zuständigen Bezirke am 5. Juni 2019 zu einem Kick-Off Workshop eingeladen, um die Idee eines gemeinsamen Aktionsplans vorzustellen und zu diskutieren. Hierzu wurden Vertreter aus den Bereichen Sport, Kommunale Gesundheitsförderung, Sozialraummanagement, Management des Öffentlichen Raums, Stadtentwicklung und die Hamburgische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung eingeladen. Nach einem fachlichen Input zur Bedeutung von Bewegung (Prof. em. Klaus-Michael Braumann, Universität Hamburg) wurden anhand von verschiedenen Best-Practice-Beispielen erste Ideen für mögliche Handlungsfelder, Methoden und Erfolgsfaktoren eines Aktionsplans entwickelt.

Am 24. Oktober 2019 wurde ein Vertiefungsworkshop durchgeführt, bei dem der Kreis der Teilnehmenden um Vertreter\*innen der Gesundheitsförderung (Lokale Vernetzungsstellen für Prävention und Gesundheitsförderung) ergänzt und die Ergebnisse des ersten Workshops vertiefend diskutiert worden sind.

**Im Ergebnis wurden vier mit inhaltlichen Zielen verknüpfte Handlungsfelder für den Aktionsplan festgelegt. Zudem wurde ein Katalog von Ideen für konkrete Maßnahmen zur Zielerreichung der Handlungsfelder entwickelt.** Die Auswahl der Maßnahmen, die im Rahmen des Aktionsplans tatsächlich umgesetzt werden sollen, fand wiederum unter maßgeblicher Beteiligung der Bezirke statt. Die geplanten Maßnahmen sind in der Tabelle in Kapitel 5 dargestellt.



### 3. Zielgruppe(n) des Aktionsplans

Wie in Kapitel 1 angedeutet, soll mit diesem Aktionsplan schwerpunktmäßig die Zielgruppe derjenigen in den Fokus genommen werden, die nicht zu den bereits regelmäßig körperlich Aktiven zählen. Um Menschen besser erreichen zu können, ist es wichtig, sie in ihrem unmittelbaren Umfeld, d.h. im Quartier oder Stadtteil anzusprechen und anzuregen. Geeignete Strukturen dafür sind Sportvereine, aber auch Träger, Netzwerke und einzelne Akteure, die gesundheitsfördernde Angebote zur Bewegungsförderung machen. Dazu gehören beispielsweise Stadtteilzentren, Bürgerhäuser und insgesamt fünfzehn lokale Vernetzungsstellen für Prävention (auf- und ausgebaut bis Ende 2020), die in dreiundzwanzig Stadtteilen oder Gebieten in Hamburg aktiv sind. **Die lokalen Vernetzungsstellen sind eine Kernstruktur für die Gesundheitsförderung und Prävention vor Ort** im Rahmen der Hamburger Gesamtstrategie. Sie werden gemeinschaftlich von der Gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) und der für Gesundheit zuständigen Sozialbehörde finanziert. Sie pflegen und moderieren Netzwerke von Stadtteilakteuren, bieten Raum und Anlass für die Zusammenarbeit, um Bestandsaufnahmen zu machen, Bedarfe zu erheben und Maßnahmen zu entwickeln. Stadtteilkonferenzen, die Zusammenarbeit mit Quartiersentwicklung und Stadtteilbeiräten sowie die Unterstützung unbürokratischer Aktivitäten (Mikroprojekte über Verfügungs- oder Regionalfonds) gehören ebenfalls zum Aufgabenspektrum. Bewegungsangebote sind ein wichtiger Bestandteil dieser Maßnahmen. Das kommunale Gesundheitsförderungsmanagement (KGFM) unterstützt auf bezirklicher Ebene diese lokalen Strukturen. **Deshalb wendet sich der Aktionsplan in erster Linie an Multiplikator\*innen, die die Angebote vor Ort initiieren, weiterentwickeln oder bekannt machen, damit möglichst viele Bürgerinnen und Bürger sich gesundheitsförderlich bewegen.**

## 4. Handlungsfelder

Vor dem Hintergrund der Beschlusslage auf Bundesebene sowie der Ergebnisse der durchgeführten Workshops werden folgende Handlungsfelder und Ziele für den Hamburger Aktionsplan „Gesundheit durch Bewegung“ festgelegt:

### **Handlungsfeld 1: Bewegungs- und Gesundheitsförderung im öffentlichen Raum und im Alltag**

**Ziel dieses Handlungsfeldes ist es, mehr Bewegungs-, Spiel- und Fitnessangebote zu initiieren.** Das können Maßnahmen im Bereich ParkSport sein, Fitness- und Präventionskurse für spezielle Zielgruppen wie z. B. ältere Menschen, oder auch bedarfs- und bewegungsorientierte Spielangebote in Kooperation mit Stadtteileinrichtungen. Mit maßgeschneiderten Angeboten für die Zielgruppen soll die Motivation zur Teilnahme erhöht werden.

**Ein wirkungsvolles Beispiel im Bereich dieses Handlungsfeldes ist der ParkSportInsel e. V.** Der Verein engagiert sich im Wilhelmsburger Inselpark für Bewegung und Sport im Park für alle: regelmäßig, aber auch in Form von Veranstaltungen, finden dort zahlreiche Angebote meist kostenfrei statt. Die Arbeit des Vereins basiert dabei auf Kriterien wie: Motivation zu einer aktiven und sportiven Freizeitgestaltung (insbesondere in Quartieren mit „bewegungsferner“ Bewohnerschaft), niedrigschwelliger Zugang, Alltags- und Wohnortnähe, Bewegungsqualität durch qualifizierte Anleitung, Begegnung und soziales Leben durch Sport, Sport für ALLE, Inszenierung von Park und Stadträumen als Lebensort im Quartier. Mit Unterstützung des zuständigen Bezirksamtes und den für Umwelt und Sport zuständigen Fachbehörden sowie vielen weiteren Akteuren konnte hier ein starkes Netzwerk aufgebaut werden, das das Gemeinschaftsprojekt partnerschaftlich umsetzt.



Das Projekt „Mach mit – Bleib fit“ ist ein weiteres gut funktionierendes und angenommenes Beispiel für dieses Handlungsfeld. Es handelt sich um ein vom Hamburger Sportbund initiiertes Kooperationsmodell zwischen Hamburger Stadtteil-Sportvereinen und kommunalen Senioreneinrichtungen, bei dem qualifizierte Übungsleitende regelmäßig Bewegungsangebote in den Einrichtungen – also im Alltag und Wohnumfeld der Älteren – anbieten. Neben der Förderung des sozialen Miteinanders stehen die Gesundheitsförderung und der Erhalt von Mobilität und Selbständigkeit im Mittelpunkt. Auch dieses Projekt ist maßgeblich durch enge Kooperationen aller Akteure sowie die finanzielle Unterstützung der Fachbehörden für Gesundheit und Sport entstanden. Es wird seit Einführung der Landesrahmenvereinbarung zur Umsetzung des Präventionsgesetzes als erstes konkretes Bewegungsförderungsprojekt in Hamburg von verschiedenen Krankenkassen finanziert.



## **Handlungsfeld 2: Austausch, Vernetzung und Qualifizierung**

**In diesem Handlungsfeld geht es darum, das Bewusstsein für den gesundheitlichen Nutzen von Bewegung und Sport zu schärfen und Kenntnisse über aktuelle Trends und Erkenntnisse der Bewegungsförderung zu vermitteln.**

In diesem Sinne sind hier Maßnahmen zur Verbesserung der individuellen Gesundheitskompetenz in Bezug auf Bewegung vorgesehen, aber auch Fortbildungsangebote für Sportvereine und für Übungsleiter\*innen, z. B. zu aktuellen Trends im Outdoor-/ParkSport. Der Bereich Gesundheitssport in den Vereinen soll durch gezielte Kommunikation und Ansprache gefördert und die Vernetzung zwischen den Akteuren aus Gesundheit, Sport, Stadtentwicklung usw. insgesamt gestärkt werden.

Dieses Ziel wurde bereits im Rahmen der Erstellung des Aktionsplans angegangen; dort hat es zwei Expertenworkshops gegeben, an denen Ver-

treterinnen und Vertreter der Bezirke aus den Bereichen Gesundheitsförderung, Sport, Sozialraummanagement und Management des öffentlichen Raums / Grüns teilgenommen haben. Dabei hat sich herausgestellt, dass die Vernetzung zwischen den verschiedenen Fachbereichen einen Mehrwert für alle Seiten mit sich bringt und dass die Vermittlung von Expertenwissen (z. B. aus dem Bereich Sport- und Bewegungsmedizin) viel zu einem stärkeren Verständnis für die Bedeutung von Sport und Bewegung für die individuelle Gesundheit beiträgt.

Dieser Austausch soll als eine Maßnahme des Handlungsfeldes zukünftig in einem regelmäßigen Rahmen fortgesetzt werden. Ebenso soll ein Austausch zum Umsetzungsstand des Aktionsplans initiiert werden.

### **Handlungsfeld 3: Öffentlichkeitsarbeit**

**Zur niederschweligen Verwirklichung der Ziele des Aktionsplans bedarf es einer begleitenden Öffentlichkeitsarbeit.** Geplante Maßnahmen sind zum Beispiel leicht zugängliche Informationen über mögliche Aktivitäten im jeweiligen Stadtteil/Bezirk, Kampagnen zur Motivation für mehr Bewegung im Alltag sowie anschauliche Materialien, die den Einstieg in den Sport für Alle durch beispielhafte Übungen fördern können.

Ein bestehendes Beispiel für bewegungsfördernde Materialien sind die „Altonaer Bewegungsrouten“<sup>2</sup>, die als Broschüre sieben verschiedene Wegstrecken für Spaziergänger\*innen, Radfahrer\*innen, Wanderer\*innen und Jogger\*innen u. w. im Bezirk anbieten. Mit einer sog. „Ampel der Barrierefreiheit“ wurde auch der Aspekt der Inklusion berücksichtigt. In den Karten sind auch verschiedene Sehenswürdigkeiten und andere Orte eingezeichnet, so dass jede\*r sein individuelles Programm erstellen kann. Im Rahmen des Aktionsplans sollen die Bewegungsrouten mit der Active City Map<sup>3</sup> (digitales Angebot) verknüpft werden, in welcher die Sportstätten Hamburgs verzeichnet sind.

---

2 <https://www.hamburg.de/altona/gesundheits-und-pflegekonferenz/4251820/bewegungsrouten/>

3 <https://www.hamburg.de/active-city-map/>

## Handlungsfeld 4: Bewegungsaktivierende Strukturen und Stadtentwicklung

Dieses Handlungsfeld zielt in erster Linie darauf ab, in die Gestaltung öffentlicher Flächen die Themen Bewegung und Sport immer mit einzu-beziehen. Dazu gehören eine Sportbedarfsanalyse in Bezug auf Bewohner-schaft und die vorhandenen Flächenpotentiale ebenso wie die Einbezie-hung von Bewegungsexpert\*innen und auch den künftigen Nutzergruppen selbst in die Planungen.

Auch der Ausbau von Radwegen und beleuchteten Laufstrecken sind Wün-sche und Bedarfe, die diesem Handlungsfeld zugeordnet sind.

Da es sich bei allen Maßnahmen dieses Handlungsfeldes um kosten- und planungsintensive Maßnahmen handelt, die nicht im direkten Verantwor-tungsbereich der am Aktionsplan mitwirkenden Akteure liegen, werden die Maßnahmen hier der Vollständigkeit halber aufgeführt.

Ein erfolgreiches Beispiel in diesem Handlungsfeld sind die **Bewegungsinseln, die im Rahmen des Masterplans Active City errichtet worden sind.**<sup>4</sup> Die in allen sieben Bezirken im Jahr 2018 in öffentlichen Grünanlagen errichteten Bewegungsgeräte werden intensiv genutzt; von Individualsportler\*innen, Personal Coaches mit ihren Kund\*innen, aber auch von Vereinen, die Outdoor-Angebote an den Geräten und rund um die Bewegungsinseln durchführen.



Abb. 1 *Fitnessgeräte im Alstervorland*

---

4 <https://www.hamburg.de/bewegungsinseln/>

Einen weiteren Bestandteil dieses Handlungsfeldes stellt das Thema „Individuelle / virtuelle Bewegungsförderung“ dar. Im Rahmen der Bewältigung der Corona-Pandemie haben sich viele Sportvereine und weitere Anbieter\*innen neue Wege überlegt, Menschen in Bewegung zu bringen. Die hier gemachten Erfahrungen sollen dahingehend ausgewertet werden, wie sie neue Zugangswege eröffnen und weitere, neue bewegungsaktivierende Strukturen schaffen können.

## ERFOLGSFAKTOREN

Die Ziele der vier Handlungsfelder sollen durch eine Vielzahl von weiteren Maßnahmen erreicht werden, die in der Anlage dargestellt sind. Grundsätzlich werden für eine erfolgreiche Umsetzung des Aktionsplans folgende Erfolgsfaktoren als wichtig angesehen:

- Gesundheitsförderliche Qualität der Bewegung verbunden mit Niedrigschwelligkeit (angepasst an die Zielgruppe): Bewegung braucht Begleitung!
- Einbeziehung von (neuen) Bevölkerungsgruppen
- Kontinuität und Verlässlichkeit
- Koordination durch hauptamtlich Tätige
- Sorgfältige Auswahl der Handelnden (z. B. Übungsleiter\*innen)
- Kulturelle Vielfalt berücksichtigen
- Finanzielle Investition in Qualifizierung und Zahlung von Mindestlohn
- Kooperationen mit Schulen, Vereinen, Kitas, Wohnanlagen und der lokalen Wirtschaft
- Sichtbarkeit, Einfache Sprache

## 5. Finanzierung

Vorbehaltlich der Beschlussfassung über den Haushalt der Freien und Hansestadt Hamburg für die Jahre 2021 und 2022 stellen die Behörde für Inneres und Sport und die Behörde für Arbeit, Gesundheit, Soziales, Familie und Integration für den Anschub einzelner Maßnahmen der Bezirke sowie für die in ihrer eigenen Federführung/Verantwortung liegenden Maßnahmen Mittel im Rahmen der jeweiligen Produktgruppen bereit. Dabei sollen insbesondere solche Maßnahmen Vorrang haben, die eine direkte Erhöhung sportlicher Aktivität bewirken (z. B. im Bereich des ParkSports). Die Bezirke werden ebenfalls Mittel zur Umsetzung der Maßnahmen bereitstellen und hierfür auch zusätzliche Finanzierungsmöglichkeiten eruieren. Des Weiteren sollen Drittmittel über externe Partner akquiriert werden, worum sich alle Beteiligten gleichermaßen bemühen werden.

## 6. Zeitliche Perspektive, Monitoring und Evaluation

Die Umsetzung beginnt in 2021. Eine zeitliche Befristung besteht nicht. Durch Beobachtung und Auswertung der gewählten Ziele und Maßnahmen des Aktionsplans wird kritisch mitverfolgt, welche Verbesserungen mit der Umsetzung der Maßnahmen tatsächlich erreicht worden sind. Dazu gibt es folgende Vorschläge:

- a) Jährliche Treffen zum Austausch über den Fortschritt des Aktionsplans, vorab Abfrage zwecks Berichterstattung über die einzelnen Maßnahmen
- b) Vorstellung ausgewählter Einzelbeispiele und Input durch Experten mit neuen Erkenntnissen und Anregungen
- c) Erarbeitung eines niedrighwelligen Fragebogens für die jeweiligen Maßnahmen zur Befragung der Teilnehmenden nach ihrem Bewegungsverhalten und Zugang zu Bewegungsangeboten
- d) Schriftlicher Bericht über die Entwicklung ausgewählter Parameter (unter Einbeziehung der o. g. Erfolgsfaktoren, insbesondere unter Einbeziehung neuer Bevölkerungsgruppen) frühestens nach 1,5 Jahren.



Hamburg, den 12. 4. 2021



**Andy Grote**  
Senator für Inneres und Sport



**Dr. Melanie Leonhard**  
Senatorin für Arbeit, Gesundheit,  
Soziales, Familie und Integration

An dieser Stelle bedanken sich die beiden Fachbehörden für die intensive Mitarbeit der Mitglieder der Arbeitsgruppe Sport, Bewegung und Gesundheit: Hamburger Sportbund e. V. und ParkSportInsel e. V. sowie bei den Vertreterinnen und Vertretern der Bezirksämter.



# Anlage

## Maßnahmen und Umsetzung

Im Rahmen des Aktionsplans sollen die nachfolgend dargestellten Maßnahmen unter der Federführung der genannten Behörden, Bezirksämter und Akteure mit Beteiligung weiterer Partner umgesetzt werden. Dabei setzen die Initiator\*innen des Aktionsplans auf eine breite, gesamtgesellschaftliche Beteiligung an der Umsetzung.

Die Maßnahmen wurden von den Fachbehörden und Bezirken in einem Wilensbekundungsverfahren ausgewählt, woraus sich die Mehrfachnennung in der Spalte Umsetzung/Federführung ergibt.

**Tabelle „Handlungsfeld 1: Bewegungsförderung im öffentlichen Raum“**

| <b>Maßnahme/Projekt</b>  | <b>Umsetzung / Federführung</b>                                    | <b>Beteiligte Akteure und Behörden</b>                                    |
|--|--|---|
| Outdoorsport   | BIS<br>BA Nord<br>BA Bergedorf                                     | Sportvereine, Park-SportInsel, weitere Sportakteure                       |
| ParkSport  | ParkSportInsel<br>BIS  | BA Mitte<br>weitere Partner + Akteure                                     |
| Bewegungsangebote für Ältere (drinnen und draußen)   | BIS<br>BA Mitte<br>BA Bergedorf                                    | Sportvereine<br>weitere Sportakteure                                      |
| Active City Summer   | BIS  | Sozialbehörde, BIS-AG<br>Sportvereine<br>weitere Sportakteure             |
| Regelmäßige Bespielung der Bewegungsinself   | BIS<br>BA Mitte  | Sportvereine<br>ParkSportInsel<br>Schulen, Stadtteil-einrichtungen, UPW's |
| Bewegungsangebote der Lokalen Vernetzungsstellen   | Sozialbehörde<br>BA Altona<br>BA Eimsbüttel<br>BA Mitte<br>BA Nord | BIS<br>GKV<br>weitere Bezirksämter  |
| „Mach mit – bleib fit!“-Gruppen in den Bezirken  | HSB<br>BA Bergedorf<br>BA Eimsbüttel<br>BA Nord                    | BIS-AG<br>Sportvereine<br>Senioreneinrichtungen                           |
| Projekt zur Aktivierung der Bewegungsförderung im Quartier   | BA Harburg   | RISE-Gebiet<br>Neugraben-Fischbek   |
| Bewegungskordinator(en) in den Bezirken  | BA Bergedorf<br>BA Altona (in Prüfung)                             | Bezirke   |
| Aktive Pausen  | BA Bergedorf   |   |
| Bewegungs- und Sportangebote für Menschen mit Migrationshintergrund und Geflüchtete anbieten bzw. ausbauen | BA Eimsbüttel<br>BA Nord   |   |

| Maßnahme/Projekt  | Umsetzung / Federführung | Beteiligte Akteure und Behörden                          |
|---|--------------------------|--|
| Teilnahme an Stadtteil- / Quartiers-bezogenen Veranstaltungen mit Umsetzung niedrigschwelliger Bewegungsangebote – generationsübergreifend und integrativ | BA Nord                  |  |
| Umsetzung des Themas Bewegung bezirksamtsintern in der betrieblichen Gesundheitsförderung und Prüfung weiterer Ausbaumöglichkeiten                        | BA Nord                  |  |
| Öffnung von Sportanlagen nach Modernisierungsmaßnahmen für Alle   | BA Altona                |  |
| Calisthenics  | BA Mitte                 | SV Mümmelmannsberg                                       |
| Joggingstrecke „Horner Geest“   | BA Mitte                 | BIS, Freizeitgruppen, Lauftreffs                         |
| Modellvorhaben „Mitte machen“   | BA Mitte                 | Krankenkassen, BG, Sportinstitutionen, HSB, Sportvereine |

**Tabelle „Handlungsfeld 2: Austausch, Vernetzung, Qualifikation“**

| <b>Maßnahme/Projekt</b>   | <b>Umsetzung / Federführung</b> | <b>Beteiligte Akteure und Behörden</b>                |
|---|---------------------------------|---|
| Bestandsaufnahme aller Maßnahmen im Bereich Gesundheits- und Bewegungsförderung auf behördlicher und bezirklicher Ebene (Veröffentlichung siehe HF 3, Maßnahme 1) | BIS                             | Sozialbehörde, Bezirke                                |
| Fachtagung Outdoor- und Natursport  | BIS-AG                          | VTF, HSB, ParkSport-Insel                             |
| Qualifikationen ParkSport-Piloten   | ParkSportInsel                  | Schulen<br>Partner                                    |
| Kommunikation „Rezept für Bewegung“ in Multiplikatoren-Fortbildungen (Ärzeschaft, ...)  | HSB                             | Sozialbehörde, BIS<br>Ärzte und weitere Akteure       |
| Netzwerktreffen z. B. im Rahmen des Pakt für Prävention mit Schwerpunkt-thema Bewegung oder im Rahmen der Jahrestagung der HAG o. ä.                              | Sozialbehörde                   | HAG, BIS  |
| regelmäßige Expertenrunden  | BIS-AG                          | Sozialbehörde,<br>weitere Beteiligte und Fachexperten |
| Unterstützung und Pflege der Vernetzung von Behörden und Bezirken   | BIS-AG                          | Bezirke   |

| Maßnahme/Projekt   | Umsetzung /<br>Federführung | Beteiligte Akteure<br>und Behörden        |
|--|-----------------------------|---|
| Gestaltung einer Internetpräsenz „Wege zu mehr Bewegung – Lebensqualität in Hamburg-Nord fördern“ mit Fachvorträgen, einer Plattform für good practice Beispiele und einer Pinnwand, auf der Ideen und niedrigschwellige Bewegungsansätze gesammelt werden können. | BA Nord                     |   |
| Stadtteileltern qualifizieren  | BA Mitte                    | Sozialbehörde, Elternschulen              |
| Vernetzung von Vereinsangeboten mit Angeboten der Active City  | BA Mitte                    | BIS, Vereine, Bezirke                     |
| Bedarfsermittlung Sportangebote in Schulsporthallen  | BA Mitte                    | Bezirke, BSB/SBH/GMH, Quartiersmanagement |

## Tabelle „Handlungsfeld 3: Öffentlichkeitsarbeit“

| Maßnahme/Projekt  | Umsetzung / Federführung   | Beteiligte Akteure und Behörden                        |
|---|----------------------------|--|
| Erstellung von sozialraumorientierten Übersichten (z. B. Karten) der bewegungsfördernden Projekte und Maßnahmen   | BIS<br>BA Bergedorf        | Weitere Bezirksamter                                   |
| Veröffentlichung der Broschüre „Gesundheitlicher Nutzen von Sport und Bewegung“   | BIS                        | Sozialbehörde  |
| Poster/Schilder in Behörden zur Bewegungsförderung  | BIS                        | Sozialbehörde,<br>Weitere Behörden und<br>Bezirksämter |
| Übersichten/Pläne (analog zu Broschüre Altonaer Bewegungsrouten) zu weiteren Themen Ernährung und Bewegung  | BA Altona<br>BA Eimsbüttel |  |
| Karten Laufstrecken im Altonaer Volkspark   | BA Altona                  |  |
| Ausbau Active City Summer   | BIS                        | Sportvereine<br>weitere Sportakteure                   |
| Europäische Woche des Sports  | BIS                        | VTF<br>Sportvereine<br>weitere Sportakteure            |
| Altonaer (bzw. alle bestehenden) Bewegungsrouten mit Active City Map verbinden  | BIS<br>BA Altona           |  |
| Erarbeitung und Veröffentlichung von Material (Karte, Flyer, Website), das Anwohner*Innen die barrierefreien Wanderrouten, Velorouten, Bewegungsinselformen/-orte, und Bewegungsorte für Jugendliche im Bezirk bekannt macht. | BA Eimsbüttel<br>BA Nord   | ggf. weitere Bezirksamter                              |

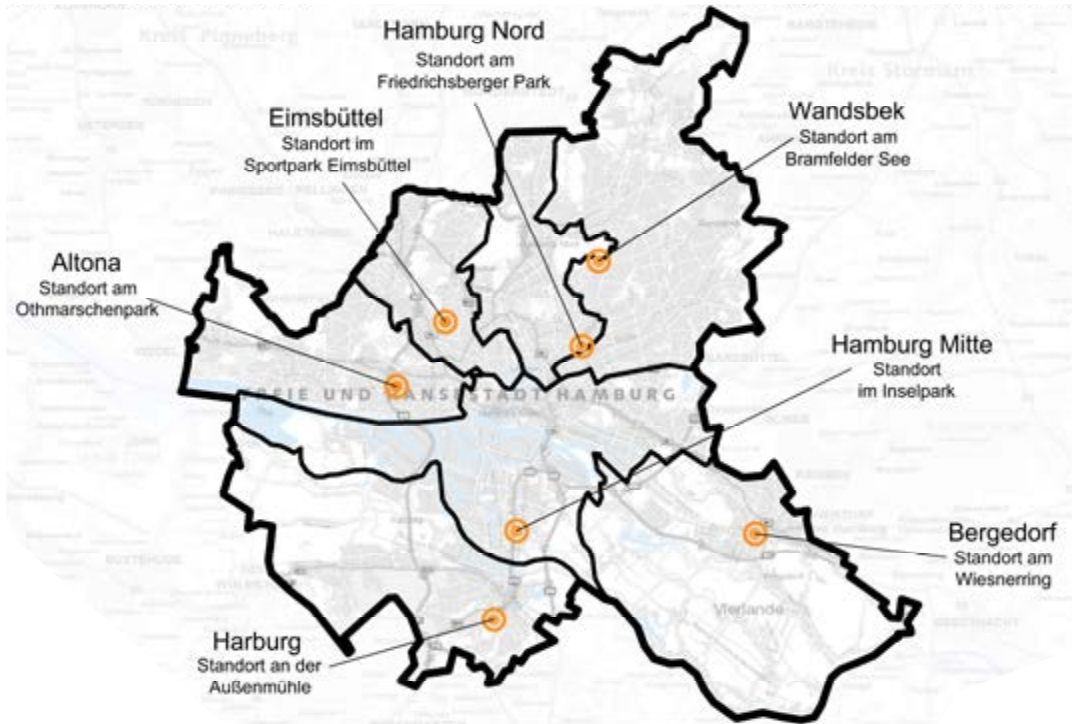
## Tabelle „Handlungsfeld 4: Bewegungsaktivierende Strukturen und Stadtentwicklung“

| Maßnahme/Projekt  | Umsetzung / Federführung         | Beteiligte Akteure und Behörden                                  |
|---|----------------------------------|--|
| Berücksichtigung von bewegungsfördernden Elementen im Freiraum + Einbeziehung Fachexpertise Sport       | BIS<br>BA Bergedorf<br>BA Altona | BUKEA, BSW, Bezirke, Raumentwickler, IBA, Wohnungsbauunternehmen |
| Enge Zusammenarbeit zwischen Politik, Fachbehörden und Bezirken in Abstimmungs- und Umsetzungsprozessen | BA Altona                        |  |
| Bewegungsparcours mit Bewegungskursen   | BA Eimsbüttel                    |  |
| Beleuchtete Strecken/Flächen auf A7-Deckel für Laufsport und Rollsport (Radfahren, Inliner, ...)        | BA Altona                        |  |
| Urban Sports-Fläche Flurstraße/ Lurup   | BA Altona                        |  |
| Neugestaltung Fitnesspark am Böverstland  | BA Altona                        |  |



# Karte MPAC – Bewegungsinseln

## Übersicht Standorte Hamburg



Quelle: Freie und Hansestadt Hamburg, Bezirksamt Hamburg-Nord,  
Fachamt des öffentlichen Raumes, Fachbereich Stadtgrün | 6. Februar 2017 / gez. Weiß / o. M.

# Impressum

## Herausgeber

Behörde für Inneres und Sport  
Landessportamt  
Schopenstehl 15  
20095 Hamburg

V.i.S.d.P: Dr. Jonas Leder, Direktor des Landessportamtes

## Bildnachweis

Titel: Adobe Stock | davit85, S. 13: Adobe Stock | Kara  
Karte S. 25: Freie und Hansestadt Hamburg, Bezirksamt Hamburg-Nord,  
Fachamt des öffentlichen Raumes, Fachbereich Stadtgrün

## Stand

April 2021



