

## Antrag auf Verleihung des Qualitätssiegels **PLUSPUNKT GESUNDHEIT**

**Titel des Angebotes:** \_\_\_\_\_

- Es handelt sich bei dem Angebot um ein standardisiertes<sup>1</sup> und DTB-Programm.
- Es handelt sich um ein anderweitig erstelltes Programm. Bitte hierzu die Anlage „Erklärung des Übungsleiters zum Rahmenkonzept von Programmen, die nicht vom DTB entwickelt wurden ausfüllen.

**Name und Anschrift des Vereins, in dem das Angebot durchgeführt werden soll:**

Verein: \_\_\_\_\_ Vereinskennziffer (falls bekannt): \_\_\_\_\_  
 Straße, Nr: \_\_\_\_\_ PLZ/Ort: \_\_\_\_\_  
 Telefon: \_\_\_\_\_ E-Mail: \_\_\_\_\_  
 Vereinsvorsitzende\*r: \_\_\_\_\_  
 Ansprechpartner\*in bei Fragen zum Angebot (Zur Veröffentlichung in der Online-Suche: Name, Vorname, E-Mail, Telefon): \_\_\_\_\_

**Übungsort und Übungstermin für das beantragte Angebot:**

Halle/Platz/Trainingsort: \_\_\_\_\_  
 Straße, Nr: \_\_\_\_\_ PLZ/Ort: \_\_\_\_\_  
 Wochentag: \_\_\_\_\_ Uhrzeit: von \_\_\_\_\_ bis \_\_\_\_\_

**Name und Anschrift des/der Übungsleiter\*in für das beantragte Angebot:**

Name, Vorname: \_\_\_\_\_  
 Straße, Nr: \_\_\_\_\_ PLZ/Ort: \_\_\_\_\_  
 Telefon: \_\_\_\_\_ E-Mail: \_\_\_\_\_

**Bezeichnung der Vereinsabteilung, in der das Angebot betreut wird und des Fachverbandes, dem das Angebot/die Abteilung gemeldet ist:**

Abteilung (z. B. Turnen, GYMWELT, Gymnastik, Fitness- und Gesundheitssport): \_\_\_\_\_  
 Fachverband: Deutscher Turner-Bund    Landesturnverband: \_\_\_\_\_

**Organisationsstruktur**

Es handelt sich um ein **Angebot** mit mindestens einer Übungseinheit wöchentlich. Die Teilnehmerzahl ist auf maximal 20 Teilnehmende je Angebotstermin begrenzt.

Kursangebot oder    Dauerangebot

**Zielgruppengerechtes Angebot**

Das Angebot berücksichtigt alle physischen Ressourcen gleichermaßen  
**oder**  
 das Angebot berücksichtigt alle physischen Ressourcen, legt jedoch einen gewissen Schwerpunkt/gewisse Schwerpunkte auf:

Ausdauer                      Kraft                      Beweglichkeit                      Entspannungsfähigkeit                      Koordination

**Das Angebot richtet sich an folgende Zielgruppe:**

Kinder    Jugendliche    Erwachsene    Ältere    Geschlecht:    Frauen    Männer    Gemischt

1 Liste unter [www.pluspunkt-gesundheit.de](http://www.pluspunkt-gesundheit.de)  
 2 Im Folgenden wird auf die Nennung der weiblichen Schreibweise aus Gründen der Vereinfachung verzichtet. Selbstverständlich sind auch Frauen bei den Erläuterungen mit einbezogen.

## Qualifizierte Leitung

Der Übungsleiter verfügt über eine **Übungsleiterlizenz** „Sport in der Prävention“ auf der 2. Lizenzstufe. Die Lizenz ist gültig bis:

Wenn der/die Übungsleiter\*in eine **höherwertige bewegungs- und sportbezogene Berufsausbildung** absolviert hat, wie z. B. Sportwissenschaftler\*in, Sportlehrer\*in, Sport- und Gymnastiklehrer\*in, Physiotherapeut\*in, Ergotherapeut\*in, Motopäd\*in, dann bitte Nachweis beifügen (Einzelfallprüfung).

## Gesundheits-Check

Allen **Teilnehmenden ab dem 18. Lebensjahr** wird vor der Aufnahme des Angebotes ein **Gesundheits-Check<sup>3</sup>** empfohlen. In begründeten Fällen wird eine darüber hinausgehende Untersuchung in Abstimmung mit dem Hausarzt/der Hausärztin angeraten.

**Teilnehmenden ab dem 35. Lebensjahr** wird zusätzlich vor der Aufnahme des Angebotes eine **Gesundheitsvorsorgeuntersuchung** empfohlen. Bei krankhaftem Befund werden darüber hinausgehende Untersuchungen in Abstimmung mit dem Hausarzt/der Hausärztin angeraten.

Nehmen am Angebot **Kinder und Jugendliche (bis zum 17. Lebensjahr)** teil, wird für Kinder, die vom Schulsport ausgeschlossen sind oder waren, vor der Aufnahme des Angebotes eine Rücksprache mit dem Hausarzt/der Hausärztin oder ggf. eine Jugenduntersuchung empfohlen.

In begründeten Fällen wird von den Teilnehmenden eine **ärztliche Bescheinigung** gefordert.

Aus gesundheitlichen Gründen können Personen von der **Teilnahme ausgeschlossen** werden.

## Begleitendes Qualitätsmanagement

Der Übungsleitende erklärt die grundsätzliche Bereitschaft, an Qualitätszirkeln sowie an weiteren Maßnahmen im Rahmen eines kontinuierlichen Verbesserungsprozesses, wie z. B. einer Teilnehmerbefragung oder einem Audit (Qualitätsbewertung), teilzunehmen.

## Der Verein als Gesundheitspartner

Das Angebot findet im Sportverein oder als Kooperationsveranstaltung in einer anderen „Lebenswelt“ (Setting) wie z. B. Kindergarten, Schule, Betrieb oder Senioreneinrichtung statt.

Der Verein ist bereit, z. B. mit Ärzten/Ärztin, Schulen, Kindergärten, Seniorenorganisationen, Gesundheitsämtern, Krankenkassen und Krankenhäusern zu kooperieren.

Der Verein ist bestrebt, sein gesundheitsorientiertes Selbstverständnis weiter zu entwickeln.

## Allgemeine Vertragsbedingungen

Der/die Antragsteller\*in ist berechtigt für den Verein einen Antrag zu stellen und bestätigt hiermit, dass der Verein und der Übungsleitende sich verpflichten die Qualitätskriterien für das Qualitätssiegel einzuhalten.

Mit der Unterschrift des/der Antragsteller\*in, erklären sich Antragsteller\*in und Übungsleiter\*in damit einverstanden, dass die Daten (Angebotstitel, Angebotsort, Vor- und Nachname des/der Ansprechpartner\*in inklusive der angegebenen Kontaktdaten, Vor- und Nachname des Übungsleitenden) zur Öffentlichkeitsarbeit (z. B. im Internet oder Kooperationspartner) weitergegeben werden.

Ort, Datum:

Vereinsstempel:

Unterschrift (Verein): \_\_\_\_\_

Vorstand vertretungsberechtigt nach § 26 BGB

## Verpflichtende Anlagen

Kopie der **gültigen** Übungsleiterlizenz „Sport in der Prävention“ in der 2. Lizenzstufe oder Nachweis über höherwertige bewegungs- und sportbezogene Berufsausbildung

Bei Durchführung eines standardisierten und DTB-Programmes: DTB-Zertifikat zur Einweisung in das Programm

Bei Durchführung eines anderweitig erstellten Rahmenkonzeptes: unterschriebene Bestätigung „Erklärung des Übungsleiters zum Rahmenkonzept von Programmen, die nicht vom DTB entwickelt wurden“

<sup>3</sup> Der Gesundheits-Check kann unter [www.pluspunkt-gesundheit.de](http://www.pluspunkt-gesundheit.de) | Downloads herunter geladen werden. Der Leiter sollte den Teilnehmenden vor der Aufnahme des Angebotes den Fragebogen zum Gesundheits-Check aushändigen.

## Erklärung des Übungsleiters zum Rahmenkonzept von Programmen, die nicht vom DTB entwickelt wurden

Titel des Angebotes: \_\_\_\_\_

Name des Vereins: \_\_\_\_\_

Name des Übungsleiters: \_\_\_\_\_

**Gesundheitssport** besteht aus Angeboten bzw. Programmen die den „Kernzielen“ sowie den Qualitätsanforderungen einer Gesundheitsförderung im Sinne der WHO genügen:

- Stärkung physischer Ressourcen (Fitnessfaktoren) und damit auch
- Vermeidung und Minderung von physischen Belastungssymptomen, insbesondere Risikofaktoren.
- Stärkung psychosozialer Ressourcen (Wissen, Stimmung, Selbstwirksamkeit, Körperkonzept, Integration und Unterstützung) und damit auch
- Bewältigung von psycho-sozialen Belastungssymptomen (bzw. Beschwerden) sowie
- Aufbau eines stabilen Aktivitätsverhaltens (Bindung).
- Entwicklung der Bewegungsverhältnisse (dazu gehört u. a. systematische Programmentwicklung & Evaluation, Übungsleiterausbildung, Aufbau von Vernetzungen und Qualitätszirkel, Schaffung günstiger infrastruktureller Voraussetzungen).

Gesundheitssportangebote richten sich an Neu- und Wiedereinsteiger mit dem Risikofaktor Bewegungsmangel, d.h. Personen mit nur geringer Fitness, Erwachsene/Ältere mit spezifischen gesundheitlichen Problemen (z. B. Rückenschmerzen, Adipositas) oder gesundheitlich besonders gefährdete Kinder und Jugendliche (z. B. mit starkem Übergewicht). Vor diesem Hintergrund sind spezifischere Zielgruppenfestlegungen notwendig (z. B. entsprechend motivationaler Voraussetzungen, soziodemographischer Merkmale, Fitness- und/oder Risikostatus, spezielle Beschwerden).

**Der Übungsleiter erklärt hiermit, dass mit dem von mir durchgeführten Programm bestmöglich gewährleistet ist, dass**

- die physischen Ressourcen (Fitnessfaktoren) Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Koordinationsfähigkeit und Entspannungsfähigkeit gestärkt werden;
- die psychosozialen Ressourcen gestärkt und Bindung aufgebaut werden, insbesondere:
  - Verbesserung der Einstellung zum eigenen Körper
  - Beeinflussung der Stimmungslage
  - Aufbau sozialer Kontakte, Integration in die Gruppe und Aufbau langfristiger
  - Abbau von Barrieren zum Sporttreiben
  - Wissensvermittlung zu gesundheitssportlicher Aktivität (Inhalte, Methodik und Wirkungen)
  - Anregung zum Transfer in den Alltag
  - Unterstützung bei der Bewältigung von Beschwerden und Missbefinden

**Weitergehend erklärt der Übungsleiter, dass das Angebot auf eine spezifisch benannte Zielgruppe des Gesundheitssports gerichtet und inhaltlich sowie methodisch entsprechend aufgebaut ist.**

Ort, Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift (Antragsteller\*in und/oder Übungsleiter\*in): \_\_\_\_\_