

## Qualitätskriterium 4 Präventiver Gesundheits-Check

### Gesundheitsvorsorgeuntersuchung

Vor der Teilnahme an einem Sportprogramm wird daher eine Gesundheitsvorsorgeuntersuchung angeraten:

*Allen Teilnehmern ab dem 18. Lebensjahr wird vor der Aufnahme des Angebotes ein PAR-Q-Test empfohlen, bei Teilnehmern ab dem 35. Lebensjahr sollte generell eine Gesundheitsvorsorgeuntersuchung erfolgen. In begründeten Fällen oder bei krankhaften Befunden sollte eine darüber hinausgehende Untersuchung in Abstimmung mit dem Hausarzt vorgenommen werden.*

## Qualitätskriterium 5 Begleitendes Qualitätsmanagement

Die Sportorganisationen arbeiten auf der Grundlage empirisch abgesicherter Zusammenhänge zwischen Bewegungsaktivitäten und Gesundheitsbefinden. Zahlreiche Evaluationsstudien belegen die Wirksamkeit gesundheitsorientierter Bewegungsprogramme hinsichtlich der Erreichung ihrer Kernziele. Ein begleitendes Qualitätsmanagement hat insbesondere die Aufgabe, sicherzustellen, dass Gesundheitssportprogramme ihre formulierten Ziele erreichen. Dazu müssen die Qualitätskriterien konsequent umgesetzt werden.

Die Betreuung der Übungsleiter/innen und der Vereine in diesem Bereich erfolgt über die Landesturnverbände mit Unterstützung des Deutschen Turner-Bundes.

### Qualitätszirkel und weitere Maßnahmen im Rahmen eines kontinuierlichen Verbesserungsprozesses

Wesentliche Voraussetzung für ein begleitendes Qualitätsmanagement ist die Bereitschaft des/der Übungsleiters/in zur Teilnahme an regionalen Qualitätszirkeln und an weiteren Maßnahmen im Rahmen eines kontinuierlichen Verbesserungsprozesses wie z. B. Teilnehmerbefragungen, Begleituntersuchungen oder Qualitätsbewertungen (Audits).

## Qualitätskriterium 6 Der Verein als Gesundheitspartner

### Kooperation und Vernetzung

Auf Verbandsebene sind die Voraussetzungen geschaffen, um z. B. mit ärztlichen Standesorganisationen – insbesondere den Bundes- und Landesärztekammern – oder verschiedenen Versicherungsträgern zu kooperieren. Auf der örtlichen Ebene geht es vor allem darum, die entsprechenden Zielgruppen zu erreichen und über die Zusammenarbeit mit Partnern im Gesundheitsbereich Teil eines Netzwerkes „Gesundheitsförderung“ zu werden. Der Verein sollte daher bereit sein, z. B. mit Ärzten, Schulen, Kindergärten, Seniorenorganisationen, Gesundheitsämtern, Krankenkassen und Krankenhäusern zu kooperieren.

### Beschreibung der „Lebenswelt“ (Setting), in dem das Angebot stattfindet

Es sollte ersichtlich sein, in welcher „Lebenswelt“ (Setting) das Gesundheitssportangebot stattfindet. Denkbare Settings sind Sportvereine, Kindergärten, Schulen, Betriebe und Senioreneinrichtungen.

### Weitere Voraussetzungen

Der Verein ist Mitglied im DTB und einem seiner Landesverbände und die Teilnehmer an dem Vereinsangebot sind dem entsprechenden Landesturnverband gemeldet.

## Pluspunkte für Ihren Verein

- Wettbewerbsvorteile gegenüber anderen Anbietern im Gesundheitssport
- Hohe Akzeptanz seitens der Ärzte, der Wissenschaft, der Krankenkassen und der Politik
- Werbung mit der Möglichkeit der teilweisen Erstattung der Kursgebühren bei bestimmten Kursen für Teilnehmer/innen durch die Krankenkasse (Kann-Regelung, kein Muss!)
- Steigerung des Bekanntheitsgrades und Imageverbesserung in der Öffentlichkeit
- Nachweis für qualitativ hochwertige Angebote und Kompetenz
- Nachweis für kompetente und gut ausgebildete Übungsleiter/innen
- Erschließen neuer, interessanter Zielgruppen für den Verein
- Verhandlungsvorteile bei Gesprächen mit Partnern und Sponsoren
- Verbesserung der finanziellen Situation



### Interesse? Klar!

Dann senden Sie Ihren Antrag bitte umgehend an den für Sie zuständigen Landesturnverband. Das Antragsformular finden Sie als Download unter [www.pluspunkt-gesundheit.de](http://www.pluspunkt-gesundheit.de)

Schicken Sie außerdem ein Rahmenkonzept Ihres Angebots und eine Kopie Ihrer gültigen Übungsleiterlizenz mit. Bei einer Verlängerung senden Sie uns bitte zusätzlich Fortbildungsnachweise über 16 Unterrichtseinheiten in gesundheitsorientierten Themenbereichen zu.

Bei weiteren Fragen wenden Sie sich an:

Deutscher Turner-Bund  
Pluspunkt-Büro  
Otto-Fleck-Schneise 8  
60528 Frankfurt



Deutscher  
Turner-Bund  
DTB

Tel. 069/67801-143  
Fax 069/67801-179

eMail: [pluspunkt@dtb-online.de](mailto:pluspunkt@dtb-online.de)  
[www.pluspunkt-gesundheit.de](http://www.pluspunkt-gesundheit.de)

### Die beste Werbung für Ihren Verein!



Wenn Sie einen Pluspunkt Gesundheit. DTB für Ihr Angebot erhalten haben, wird Ihr Angebot im Internet mit aufgenommen. Jeder Interessierte kann sich unter [www.pluspunkt-gesundheit.de](http://www.pluspunkt-gesundheit.de) das passende Angebot in seiner Nähe heraussuchen.

# GYMWELT



Deutscher  
Turner-Bund  
DTB



DEUTSCHER SPORTBUND  
SPORT PRO  
GESUNDHEIT  
VERBÄNDERTE  
BUNDESÄRZTEKAMMERN  
GEWÄHRLEISTET  
OBERPUNKT EMPFOHLEN

## Informationen zum Pluspunkt Gesundheit. DTB

## Qualität!

In der Bevölkerung besteht ein zunehmend großes Interesse an Bewegungsangeboten, die die Gesundheit fördern. Da jedes Engagement im Bereich des Gesundheitssports zu Sorgfalt und Sensibilität im Umgang mit den betreuenden Menschen verpflichtet, sind Qualität des Angebots und Kompetenz der Übungsleiter/innen notwendige Voraussetzungen.

Der DTB als Verband für Leistungs-, Freizeit- und Gesundheitssport ist bestrebt, eine langfristige Sicherung gesundheitssportlicher Angebote zu erreichen und vergibt aus diesem Grund für besonders gesundheitsförderliche Vereinsangebote, die festgelegte Kriterien erfüllen, ein Prädikat: den **„Pluspunkt Gesundheit. DTB“**. Ein echter Pluspunkt für alle Vereine, die sich qualifizierte Angebote im Gesundheitssport zum Ziel setzen:

Alle „Pluspunkt Gesundheit. DTB“-Vereine werden ebenfalls automatisch mit der Dachmarke **„Sport pro Gesundheit“** von DSB und Bundesärztekammer ausgezeichnet. Ein zusätzlicher Antrag dafür muss nicht gestellt werden.



## Mitmachen!

Stellen Sie einen Antrag zur Vergabe des DTB-Prädikats „Pluspunkt Gesundheit. DTB“. Ihr zuständiger Landesturnverband nimmt den Antrag entgegen, prüft ihn und reicht ihn – versehen mit einer Empfehlung über Zusage bzw. Absage – an den DTB weiter. Der DTB vergibt dann das Prädikat für ein spezielles Vereinsangebot – in Kursform oder als laufendes Angebot – für die Dauer von zwei Jahren. Das Prädikat ist nicht übertragbar.

## Wichtig

**Das Prädikat ist zwei Jahre ab dem Ausstellungsdatum gültig. Eine Verlängerung der Auszeichnung nach Ablauf der zwei Jahre ist auf Antrag möglich.**

Der „Pluspunkt Gesundheit. DTB“ und alle im Zusammenhang mit der Erteilung des Prädikats zur Verfügung gestellten Materialien dürfen nur für die vom DTB speziell ausgezeichneten Angebote genutzt werden. Bei einer Auszeichnung mit dem „Pluspunkt Gesundheit. DTB“ wird eine Bearbeitungsgebühr fällig. Der Verein erhält eine Rechnung über den jeweiligen Betrag vom Deutschen Turner-Bund. Die Höhe der Gebühr erfahren Sie im Internet oder im Pluspunkt-Büro des DTB.

### Der DTB bietet dafür folgende Serviceleistungen:

- Eine Urkunde, die Ihren Verein als Prädikatsträger ausweist.
- Eine reprofähige Vorlage des Logos „Pluspunkt Gesundheit. DTB“ sowie „SPORT PRO GESUNDHEIT“ auf einer CD-Rom.
- „Tipps und Anregungen zur Anwendung“ für Ihre Aktionen zur Mitgliederwerbung.
- Die Broschüre „Pluspunkt-Gesundheit. DTB“ mit Informationen rund um den Pluspunkt, zum Präventionsparagrafen, zu den Krankenkassen und zu evaluierten Programmen.
- T-Shirt „DTB-Team Pluspunkt Gesundheit. DTB“ für die Übungsleiter/innen.
- Plakate für die Vereinswerbung.
- Das Magazin „Pluspunkt Gesundheit“ exklusiv nur für die Pluspunkt-Übungsleiter/innen mit Informationen, Praxistipps und speziell aufbereiteter Theorie rund um den Gesundheitssport wird vierteljährlich direkt zu Ihnen nach Hause geschickt.

## Qualitätskriterien

Die Vergabe des „Pluspunkt Gesundheit. DTB“ ist an einige Qualitätskriterien gebunden, die der jeweilige Verein und Übungsleiter/innen erfüllen müssen. Im folgenden sind die sechs Qualitätskriterien aufgeführt:

### Qualitätskriterium 1 Zielgruppengerechtes Angebot

#### Rahmenkonzept und standardisierte Programme

Es muss deutlich werden, dass die Gesundheitsprogramme ein eigenständiger Angebotsbereich für bestimmte Zielgruppen, Zielsetzungen und Inhaltsbereiche sind. Die Kernziele des Gesundheitssports sollten durchgängig durch Inhalte und Methoden in den Programmen umgesetzt werden.

Sofern es sich nicht um ein standardisiertes Programm handelt, muss ein Rahmenkonzept vorliegen, in dem insbesondere

- Angebotsprofil,
- Ziele,
- Inhalte und Methoden

des Angebotes sowie die Vermittlung von Information und Rückmeldung der Teilnehmer unter Berücksichtigung der jeweiligen Zielgruppe beschrieben werden. Standardisierte Programme sind Angebote, deren Ziele, Inhalte und Methoden etc. durch den Verband festgelegt und detailliert beschrieben wurden.

#### Angebotsprofil

Das Angebot muss einem der Bereiche „Herz-Kreislauf“, „Muskel-Skelettsystem“, „Entspannung / Stressbewältigung“ oder „Allgemeiner Präventionssport“ zugeordnet werden können.

#### Zielgruppe

Die Zielgruppe, an die sich das Angebot schwerpunktmäßig richtet, ist zu benennen. Insbesondere muss zwischen Kindern und Jugendlichen, Erwachsenen sowie älteren Menschen differenziert werden. Weiterhin sollten das Geschlecht, die Bewegungsbiografie und das Lebensumfeld berücksichtigt werden.

### Qualitätskriterium 2 Qualifizierte Leitung

#### Übungsleiterausbildung „Sport in der Prävention“

Der/die Leiter/in eines Gesundheitssportangebots verfügt über die Übungsleiterausbildung „Sport in der Prävention“ auf der 2. Lizenzstufe. Die Ausbildungsprofile können mindestens einem der Bereiche „Herz-Kreislauf“, „Muskel-Skelettsystem“, „Entspannung / Stressbewältigung“ oder „Allgemeiner Präventionssport“ bzw. einer der Zielgruppen „Kinder und Jugendliche“, „Erwachsene“ oder „ältere Menschen“ zugeordnet werden. Mit dem Erwerb der Lizenz ist der Ausbildungsprozess nicht abgeschlossen. Durch regelmäßige Fortbildungen sollen Kenntnisse, Fertigkeiten und Fähigkeiten vertieft und der Informationsstand der Übungsleiter/innen aktualisiert werden.

#### Übereinstimmung von Angebots- und Ausbildungsprofil

Für die spezifischen Angebotsprofile sind jeweils passende Ausbildungsprofile erforderlich.

#### Höherwertige bewegungs- und sportbezogene Berufsausbildungen

Alternativ zur Übungsleiterausbildung „Sport in der Prävention“ auf der 2. Lizenzstufe verfügt der/die Leiter/in über eine höherwertige bewegungs- und sportbezogene Berufsausbildung. Diese muss mindestens einer der nachfolgend genannten Qualifikationen entsprechen:

- Sportwissenschaftler/in (Diplom / Magister / Lehramt) mit nachweislich gesundheitsorientierter Ausrichtung
- Sport- und Gymnastiklehrer/in mit nachweislich gesundheitsorientierter Ausrichtung
- Physiotherapeut/in bzw. Krankengymnast/in mit Zusatzqualifikation in der Methodik des Sports
- Ergotherapeut/in oder Motopäde/in mit Zusatzqualifikation in der Methodik des Sports

### Qualitätskriterium 3 Einheitliche Organisationsstrukturen

#### Teilnehmerzahl

Die Gruppengröße ist auf maximal 20 Teilnehmer/innen je Angebot begrenzt. Damit wird eine individuelle Betreuung der Teilnehmer/innen gewährleistet.

#### Rhythmus und Dauer der Angebote

Konstante Verhaltensänderungen im Sinne einer lebensbegleitenden Stärkung der Gesundheit sind nur langfristig zu erreichen. Deshalb ist es besonders wichtig, dass das entwickelte Bedürfnis nach Bewegung gepflegt wird. Ziel ist es, die Teilnehmer/innen möglichst dauerhaft an Bewegungsangebote zu binden.

