

MITMACHEN LOHNT SICH!

Sport und Bewegung sind wichtige Bausteine, damit Menschen auch im Alter noch fit und selbständig leben können. Durch entsprechende Sport- und Bewegungsprogramme werden diese Ziele positiv unterstützt.

Eine Jury kürt in drei Kategorien die Sieger:

- 1 Sport- und Bewegungsangebote
- 2 Bewegungs-/Seniorenfreundliche Stadtplanung
- 3 Auszeichnung besonderer Ideen

Zu gewinnen gibt es in jeder Kategorie einen Preis in Höhe von **2.000 €**.

Dieser kann als Zuschuss für eine Reise zur Preisverleihung genutzt oder bar ausgezahlt werden. Die Regisseure der Gewinnerbeiträge sind zusätzlich vom DOSB zur Preisverleihung eingeladen.

Die nominierten Beiträge werden nach Bewerbungsschluss auf der Website www.dosb.de/ausdenSesseln vorgestellt.

Gefördert durch:



Der Wettbewerb ist ein Teil des Gesamtprojektes „**AUF – Aktiv und Fit Leben**“ des Deutschen Olympischen Sportbundes.

Weitere Informationen sowie das Bewerbungsformular finden Sie unter:

www.dosb.de/ausdenSesseln

Einsendeschluss ist der 15. August 2015

Fragen zum Wettbewerb richten Sie bitte an:

Deutscher Olympischer Sportbund
Sport der Generationen
Sabine Landau (Projektleiterin)
T +49 69 6700-461
F +49 69 67001-461
landau@dosb.de

Wettbewerb

AUS DEN SESSELN – FERTIG, LOS!

Wie kommen Ältere in
Bewegung?



Titelbild: © Karsten Thormaehlen



Alfons Hörmann
Präsident des DOSB

© DOSB

„Wer rastet, der rostet – dieses Zitat hat jeder von uns schon oft gehört und, obwohl es schon unsere Eltern und Großeltern zitierten, hat es bis heute nichts von seiner Wahrhaftigkeit verloren. Der Wettbewerb ‚Aus den Sesseln – fertig, los!‘ gibt den Älteren die Möglichkeit zu zeigen, was in Bezug auf Sport und Bewegung in ihnen steckt und wie engagiert sie bis ins hohe Alter in diesem Themenfeld sind.“



Manuela Schwesig
Bundesministerin für Familie,
Senioren, Frauen und Jugend

© Bundesregierung/Denzel

„Sport und Bewegung helfen dabei, bis ins höchste Alter ein erfülltes und glückliches Leben zu führen. Sport und Bewegung halten nicht nur gesund, sondern machen es auch leichter, mit anderen Menschen in Kontakt zu bleiben und an der Gesellschaft teilzuhaben. Deshalb unterstützt das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend den Wettbewerb ‚Aus den Sesseln – fertig, los!‘, der Kommunen und älteren Menschen selbst die Möglichkeit gibt, zu zeigen, wie diese Ziele erreicht werden können.“

WAS SOLL AUSGEZEICHNET WERDEN?

Zeigen Sie uns Ihre Ideen: Wir suchen gute Präsentationen zu Bewegungsangeboten oder Projekten, die Ältere (Menschen ab ca. 60 Jahren) in Bewegung bringen. Zeigen Sie uns mit Ihrem Video oder Ihren Fotos, was das Besondere an Ihrem Angebot ist und was es bei den Teilnehmenden so beliebt macht. Was bieten Sie oder Ihre Gruppe, was andere Angebote nicht bieten? Wie kreativ holen Sie Ältere aus den Sesseln?

Oder zeigen Sie uns, wie Ihre Stadt durch Gestaltungsmaßnahmen Ältere in Bewegung bringt.

Teilnehmen können Sport- oder Bewegungsgruppen, Vereine, Kommunen oder freie Einrichtungen, die ein entsprechendes Angebot anbieten oder Stadtplanungsprojekte umsetzen.



WIE KÖNNEN SIE SICH BEWERBEN?

Drehen Sie ein Video oder erstellen Sie mit aktuellen Fotos eine Bildershow oder Power-Point-Präsentation (max. 90 Sek.) zu Ihrem Angebot oder Projekt. Seien Sie kreativ und zeigen Sie uns Ihren Beitrag für ein aktives Älterwerden.

Bewertet werden die Idee, das Konzept und vor allem die kreative Darstellung.

Das Bewerbungsformular sowie weitere Informationen finden Sie auf unserer Website

www.dosb.de/ausdenSesseln

Zur Teilnahme füllen Sie einfach das Formular aus und fügen Ihr Video, Ihre Bildershow oder Präsentation bei.

Ein Upload der Datei innerhalb des Bewerbungsformulars ist bis maximal 19,5 MB möglich. Ist das Video/die Bildershow/Präsentation größer, können Sie uns dieses auch als CD/DVD auf dem Postweg zusenden. Gern können Sie Ihre Datei auch auf youtube hochladen und den Link im Bewerbungsformular eintragen.

Einsendeschluss ist der 15. August 2015