



Marisa Hirche
Leitung GKV-Projekt
AuF leben

Telefon 069 67801-100
E-Mail: marisa.hirche@dtb.de
www.dtb.de/aufleben

Jahresrückblick 2024 und Ausblick 2025

Liebe AuF leben-Tandems,

zum Jahresende möchten wir die Gelegenheit nutzen, **noch einmal DANKE zu sagen, für euer Engagement im Rahmen von AuF leben**. Dank eurer Ideen, eurem Einsatz und eurer Ausdauer ist AuF leben zu einem herausragenden Projekt geworden, das bereits an 51 Standorten umgesetzt wird. Die letzten Tandems sind gerade noch in der Bildungsphase.



2024: Ein Rückblick, der motiviert

Seit Projektbeginn sind bereits **über 140 Bewegungsangebote** eingerichtet worden! Mit diesen Angeboten erreicht ihr nicht nur aktive Senior*innen, sondern vor allem auch ältere Menschen, die bislang wenig aktiv waren und/oder keine Vereinsanbindung hatten. Das ist ein großer Erfolg, der zeigt: euer Engagement zahlt sich aus!

Turnier der Meister®

20.-23. Februar 2025
in Cottbus

EnBW DTB-Pokal

27.-30. März 2025
in Stuttgart

Turn-EM 2025

im Rahmen des Turnfestes
26. bis 31. Mai 2025 in Leipzig

Neben den Bewegungsangeboten habt ihr auch die Lebenswelt vor Ort aktiv gestaltet, wie z. B. durch die Einrichtung von Bewegungspfaden (mit Bewegungsschildern), die Veröffentlichung von Bewegungskalendern oder der Aufbereitung von Boulebahnen. All diese Maßnahmen führen dazu, dass ältere Menschen eigenständig und regelmäßig in ihrem wohnortnahen Umfeld aktiv werden können. Natürlich gab es auch Herausforderungen und nicht alles hat so funktioniert wie geplant. Doch davon habt ihr euch nicht aufhalten lassen, sondern habt neue Ansätze und Wege gefunden und gezeigt, dass sich der gemeinsame Fokus auf eine Sache auszahlt.

Internationales Deutsches Turnfest 2025

28. Mai bis 1. Juni 2025 in Leipzig



[@deutscharturnerbund](https://www.instagram.com/deutscharturnerbund) | [@turteamdeutschland](https://www.instagram.com/turteamdeutschland)

Gemeinsam stark in der Kommune

Wie ihr beim bundesweiten Tandemtreffen am 4. November 2024 und in Einzelgesprächen berichtet habt, ist das Engagement jedes Einzelnen entscheidend, aber vor allem die kommunale Zusammenarbeit stellt einen wichtigen Faktor zur Erreichung eurer selbst gesteckten Ziele dar. Durch die enge Vernetzung schafft ihr gesundheitsfördernde Lebensräume und leistet einen wertvollen Beitrag, dass eure Mitbürger*innen gesund älter werden und möglichst lange zufrieden und selbstständig leben können.

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Commerzbank Ffm. DE93 5008 0000 0161 2724 03 USt-IDNr. DE114233679
SWIFT-BIC: DRES DE FF XXX IBAN: DE77 5008 0000 0161 2724 00

Sitz: Frankfurt am Main Vereinsregister: VR 4876 Amtsgericht: Frankfurt am Main

Vertretungsberechtigter Vorstand: Kalle Zinnkann (Vorstandsvorsitzender), Thomas Gutekunst, Dr. Michaela Werkmann

2025: Fokus auf Reflektion und Nachhaltigkeit

Im nächsten Jahr steht für uns die Reflektion und die nachhaltige Verankerung des Projekts im Vordergrund. Wir wollen mit euch im Austausch bleiben, von euren Erfahrungen lernen und herausfinden, welche Ansätze zur Zielgruppenansprache, welche Angebotsformen und welche Austauschformate sich als besonders erfolgreich erwiesen haben. Hier sind wir dankbar für eure persönliche Rückmeldung sowie die Berichterstattung im Rahmen der Online-Befragung (Bewegungsangebote) und der Zwischen-/Endberichte. Diese sind entscheidende Elemente zur Qualitätssicherung des Projekts.

Leider können wir derzeit immer noch nicht sagen, ob *AuF* leben erneut durch das GKV-Bündnis für Gesundheit gefördert wird und wir das Projekt auf weitere Länder ausweiten können. Die jetzigen Landesturnverbände zeigen jedoch großes Interesse an einer Fortsetzung und führen bereits Gespräche dazu. Wendet euch bei Fragen gerne direkt an die AuF-Berater*innen.

Wir werden Euch unterstützen, das Projekt nachhaltig in euren Strukturen zu verankern.

Unser Dankeschön an euch

Als Zeichen unserer Wertschätzung und um unser gemeinsames Ziel - „inaktive ältere Menschen in Bewegung bringen“ - weiter zu verfolgen, haben wir eine **Bewegungspackung** entwickelt. Diese enthält 20 einfache Übungen, die sich perfekt für einen aktiven Alltag eignen – ob gezieltes Training oder eine kurze Bewegungseinheit für zwischendurch. Die Übungen sind flexibel und können drinnen oder draußen durchgeführt werden. Dank der Projektmittel konnten wir eine große Anzahl an Exemplaren produzieren lassen, jedoch ist die Ausgabe - aufgrund der Vielzahl an Tandems – begrenzt (18 Stück pro Tandem). Mit diesem Schreiben erhalten alle kommunalen Tandempartner eine, die teilnehmenden Vereine jeweils zwei Bewegungspackungen. Um weitere zu erhalten, wendet euch an eure AuF-Berater*innen. Wir freuen uns, wenn alle Packungen zum Einsatz kommen. Dabei könnt ihr selbst entscheiden, an wen ihr sie auslegt – an Übungsleitende eures Vereins, weitere Netzwerkpartner, Bewegungstreffeiter*innen, die Zielgruppe, ... Hauptsache sie werden genutzt. 😊

Vielen Dank für alles, was ihr bisher geleistet habt!

Ich freue mich auf die weitere Umsetzung in 2025 und bin gespannt auf eure Erfahrungen und Berichte. Lasst uns gemeinsam daran arbeiten, *AuF* leben langfristig zu verankern.

Im Namen des Deutschen Turner-Bundes sowie den AuF-Berater*innen wünsche ich euch und euren Familien **eine schöne Weihnachtszeit** und **einen guten Rutsch ins neue Jahr**.

Jasna Hirda



Hinweis: Das vorliegende Schreiben wird an die genannten Kontaktpersonen der Tandems verschickt. Unser Dank gilt aber selbstverständlich allen Projektbeteiligten. Gebt den Dank/dieses Schreiben daher an alle Beteiligten weiter.