



Foto: Jan-Cerit Keil

## FRAUEN GEWINNEN – FÜR BEWEGUNG UND GESUNDHEIT

### FrauenSportWochen 2009

BEWEGUNG UND GESUNDHEIT. [WWW.DIE-PRAEVENTION.DE](http://WWW.DIE-PRAEVENTION.DE) | [WWW.DOSB.DE](http://WWW.DOSB.DE)

## MEHR FRAUEN, MEHR SPORT – DIE FRAUENSPORTWOCHEN 2009

Die Frauensportaktionswochen 2008 waren ein großer Erfolg. Viele Vereine haben abwechslungsreiche Aktionen auf die Beine gestellt. Für das Jahr 2009 wird der Aktionszeitraum verlängert. So haben die teilnehmenden Vereine noch mehr Gelegenheiten, sich und ihre vielfältigen Angebote vorzustellen. Das Ziel aber bleibt gleich: mehr Frauen und Mädchen für Sport zu begeistern. Regelmäßige Bewegung fördert die Gesundheit und das Wohlbefinden. Leider nutzen immer noch deutlich weniger Frauen als Männer die Angebote in den Sportvereinen. Die FrauenSportWochen sollen hier einen Anstoß geben.

Die FrauenSportWochen 2009 finden von Mitte Mai bis Mitte September unter dem Motto „Frauen gewinnen“ statt.

### DIE FRAUENSPORTWOCHEN FÜR FRAUEN

Im Zeitraum der FrauenSportWochen bieten die teilnehmenden Vereine spezielle Aktionen für Frauen und Mädchen an. Vom kostenlosen Probetraining über Kurse für Mütter mit Kind bis zu völlig neuen Sportangeboten ist alles möglich. Auf jeden Fall sollten dabei sein:

- mindestens drei unterschiedliche Gesundheitssportangebote zum Mitmachen
- ein 3.000-Schritte-Spaziergang (ca. 2,4 km)
- ein familienfreundliches Rahmenprogramm

Die Vereine können den Spaziergang frei gestalten, zum Beispiel als Trimm-Dich-Parcours, als Führung über das Vereinsgelände, als Nordic-Walking-Tour oder als regelmäßigen Termin im gesamten Aktionszeitraum.

Den Vereinen steht ebenfalls frei, ob sie sich nur mit einigen „Schnupperstunden“, einem ganzen Aktionstag oder mehreren Veranstaltungen beteiligen möchten.

#### Wichtig:

Die Angebote sollen für Interessentinnen kostenlos sein.



Bundesministerin Ulla Schmidt und DOSB-Vizepräsidentin Ilse Ridder-Melchers eröffnen die Frauensportaktionswochen 2008 in Berlin.

### DIE FRAUENSPORTWOCHEN FÜR VEREINE

Alle Sportvereine sind eingeladen, bei den FrauenSportWochen mitzumachen. Ihr Gewinn: Sie können sich und ihre Angebote potenziellen neuen Mitgliedern präsentieren und profitieren von der öffentlichen Aufmerksamkeit. Die Medien werden über die FrauenSportWochen berichten und die Internet-Portale des Deutschen Olympischen Sportbundes sowie der Kampagne „Bewegung und Gesundheit“ stellen die Vereine vor.

Mit ihrer Beteiligung an den FrauenSportWochen zeigen Vereine Engagement für Frauen und Gesundheit. Kooperationen mit Frauenverbänden und Initiativen, Krankenkassen, Gleichstellungsstellen oder Gesundheitseinrichtungen bieten für beide Seiten besondere Chancen.

Die teilnehmenden Vereine erhalten ab Mitte April vom Infobüro ein Materialpaket mit Schrittzählern, Flyern sowie Plakaten.

# FRAUENSPORTWOCHEN 2009

## ANMELDEFORMULAR

Ja, wir sind dabei! Bitte schicken Sie uns das Materialpaket.

Verein: \_\_\_\_\_

Ansprechpartner/-in: \_\_\_\_\_

Adresse für Materialpaket: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Bitte haben Sie Verständnis, dass wir – mit Ausnahme des 3.000-Schritte-Spaziergangs und der angebotenen Sportarten – keine detaillierten Informationen zu Ihrem geplanten Programm auf [www.die-praevention.de](http://www.die-praevention.de) veröffentlichen können. Gern aber nehmen wir die Internetadresse Ihres Vereins in einer Übersicht zu den FrauenSportWochen auf.

Geplante Aktionen (Zeit, Ort, Sportart):

---

---

---

---

Geplanter 3.000-Schritte-Spaziergang (Zeit, Ort, Strecke, Motto):

---

---

---

---

Besonderheiten (z. B. Anmeldung erforderlich, Kinderbetreuung, Rahmenprogramm, Kooperationspartner):

---

---

---

---

## MITMACH-KRITERIEN:

1. Die Sportvereine sind Träger der Aktionen.
2. Alle teilnehmenden Sportvereine und ihre jeweiligen Ansprechpersonen melden sich beim Infobüro Prävention an. Die Namen der Vereine werden in einer Teilnehmerliste im Internet veröffentlicht.
3. Das Angebot der FrauenSportWochen richtet sich ausschließlich an Frauen und Mädchen.
4. Das Programm der teilnehmenden Vereine sollte
  - mindestens drei unterschiedliche Gesundheitssportangebote zum Mitmachen,
  - einen 3.000-Schritte-Spaziergang sowie
  - ein familienfreundliches Rahmenprogramm umfassen.
5. Zeitraum der Aktion ist Mitte Mai bis Mitte September 2009.
6. Das Motto der Aktionswochen und die Materialien des BMG und des DOSB müssen verwendet werden.

Kooperationen mit kommunalen Gleichstellungsstellen, Frauenverbänden und Initiativen, Gesundheitseinrichtungen und Krankenkassen sollten angestrebt werden und sind ausdrücklich erwünscht.

Die Mitmach-Kriterien sind mir bekannt.

\_\_\_\_\_  
Unterschrift

Bitte einsenden an:  
Infobüro Prävention  
Ein Service des Bundesministeriums für Gesundheit  
Burgstraße 27  
10178 Berlin  
Faxnummer: 0 30/24 08 67 77  
Oder per E-Mail: [info@die-praevention.de](mailto:info@die-praevention.de)

## FÜR FRAGEN

Infobüro Prävention  
Ein Service des Bundesministeriums für Gesundheit  
Burgstraße 27  
10178 Berlin

Telefon: 0 30/24 08 67 70

Telefax: 0 30/24 08 67 77

E-Mail: [info@die-praevention.de](mailto:info@die-praevention.de)

Deutscher Olympischer Sportbund (DOSB)  
Ressort Chancengleichheit und Diversity  
Ingrid Neuhaus  
Otto-Fleck-Schneise 12  
60528 Frankfurt am Main

Telefon: 0 69/6 70 02 73

Telefax: 0 69/67 00 12 73

E-Mail: [neuhaus@dosb.de](mailto:neuhaus@dosb.de)