

Teilnahmebedingungen

- Vollständige Bewerbung bis Stichtag
- Übungsleiter mit B-Lizenz „Sport in der Prävention“ oder einer höherwertigen bewegungs- und sportbezogenen Berufsausbildung
- personelle und räumliche Kapazitäten zur Umsetzung des Angebots, z.B. durch Anpassung eines bereits existierenden Kursangebots oder Einrichtung eines neuen Kursangebots
- verbindliche Ansprechperson zur Annahme und Abwicklung der Anmeldung
- Bereitschaft zur engen Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle sowie der zuständigen GEK-Geschäfts- / Betreuungsstelle
- Bereitschaft zur Durchführung eines vergleichbaren Folgeangebots

Chancen für die Vereine

- Zielgruppenerweiterung
- Kompetenz im Thema Ernährung
- Imageverbesserung
- Angebotserweiterung

mach2-Roadshow

Eine weitere Werbeaktion von mach2 wird an verschiedenen Orten in Baden-Württemberg Halt machen und bietet den teilnehmenden Vereinen eine zusätzliche Möglichkeit sich zu präsentieren und kann als Werbepattform genutzt werden. Die Termine werden von den Landessportbünden frühzeitig mitgeteilt.

mach2.magazin

Gemeinsam mit den Sportbünden gibt die GEK ein mach2-Magazin heraus. Bereits im Jahr 2007 sind drei mach2-Magazine erschienen. Dies wird auch 2008 so sein. Der Verteiler entspricht denen der Sportbund-Magazine.



mach2
Besser essen. Mehr bewegen



www.mach2.de

mach2 hat eine eigene Internetplattform. Tipps, Anregungen, wo findet welcher Kurs statt, und und und. Kurzum alles Wissenswerte zu mach2. Dort können Sie auch 10 Wochen mach2 kennenlernen.

Weitere Informationen erhalten sie in den Landessportbünden:

Badischer Sportbund Freiburg e.V.

Julia Arndt, mach2 Koordinatorin
Wirthstraße 7, 79110 Freiburg
Tel.: (07 61)1 52 46-25, Fax.: (07 61)1 52 46-31
E-Mail: j.arndt@bsb-freiburg.de
www.bsb-freiburg.de

Badischer Sportbund Nord e.V.

Annette Kaul, mach2-Koordinatorin
Am Fächerbad 5, 76131 Karlsruhe
Tel.: (07 21)18 08 31, Fax: (07 21)18 08 28
E-Mail: a.kaul@Badischer-Sportbund.de
www.badischer-sportbund.de

Württembergischer Landessportbund e.V.

Nicole Beppler, mach2-Koordinatorin
SpOrt Stuttgart, Geschäftsbereich Sport, Bildung, Gesellschaft
Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart
Tel.: (0711)2 80 77-138, Fax: (0711)2 80 77-104
E-Mail: nicole.beppler@wlsb.de
www.wlsb.de



mach2
Besser essen. Mehr bewegen



www.mach2.de



mach2 in Baden-Württemberg





Wer steckt hinter mach2?

Die drei Sportbünde in Baden-Württemberg, Württembergischer Landessportbund, Badischer Sportbund Nord und Badischer Sportbund Freiburg, haben das Anliegen, das öffentliche Bewusstsein dafür zu schärfen, dass **Bewegung** und **Ernährung** für die Gesundheit unverzichtbar sind. In diesem Rahmen beteiligen sich die drei Sportbünde an der bundesweiten Initiative mach2. Besser essen. Mehr bewegen, die in Zusammenarbeit mit der Gmünder ErsatzKasse GEK durchgeführt wird. Des Weiteren sind die Sportbünde in Bayern, Berlin, Hamburg, NRW und Schleswig-Holstein in der Initiative mit dabei.

Was ist besonders an mach2. Besser essen. Mehr bewegen?

Zu einem gesunden Lebensstil gehört nicht nur regelmäßige körperliche Aktivität, sondern auch das richtige Essverhalten. Daher widmet sich der mach2-Kurs auch dem Thema Ernährung. In jeder mach2-Stunde erfahren die Teilnehmer, wie einfach es ist, sich gesünder zu ernähren und welche positiven Auswirkungen Bewegung und Ernährung auf dem Weg hin zu einem aktiveren Lebensstil und Wohlbefinden haben.



Was erwartet die teilnehmenden Vereine?

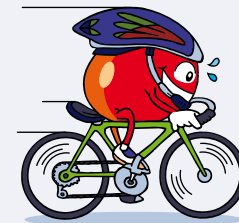
- Teilnahme der Übungsleiter/innen mit Übungsleiterlizenz B Schwerpunkt „Sport in der Prävention“ an der fünfständigen kostenlosen Übungsleiterschulung. Dabei werden 4 LE als Übungsleiterfortbildung anerkannt.
- Durchführung von 10 Bewegungseinheiten gekoppelt mit den „Besser Essen-Happen“ durch die Übungsleitung. Das Trainermanual enthält ausführliche Informationen zu jedem „Happen“.
- Die beiden Ernährungseinheiten werden von einer Fachkraft mit einer staatlich anerkannten Ausbildung im Bereich Ernährung durchgeführt. Die Landessportbünde und die GEK vor Ort unterstützen Sie bei deren Vermittlung.
- Die sportpraktische Umsetzung liegt, was die Schwerpunkte und die Art der Bewegung angeht, in der Eigenverantwortung des Vereins/der Übungsleitung.



- Durchführung intensiver Öffentlichkeitsarbeit.
- Mitwirkung bei der Evaluation durch die Deutsche Sporthochschule in Köln.

Welche Rolle haben die Landessportbünde?

- Ausrichtung der kostenlosen mach2-Übungsleiterschulung im jeweiligen Landessportbund
- Vermittlung aller inhaltlichen Informationen zum Projekt
- Vermittlung von Ernährungsfachkräften
- Hilfestellung bei sportpraktischen Fragen
- PR-Paket (Flyer, Fotos, Pressemeldungen) zur Kursbewerbung
- Vermittlung zwischen Vereinen, Kursteilnehmern und Krankenkassen
- Abwicklung der Beantragung des Qualitätssiegels „Sport pro Gesundheit“



Wie unterstützt die GEK die Vereine?

- **Einmalige Starthilfe** für die mach2-Vereine in Höhe von **500 €** für die teilnehmenden Vereine durch die GEK vor Ort
- Personelle Besetzung der Sportbünde mit mach2-Koordinatoren
- Werbematerial (Flyer, Plakate)
- Trainermanual für die Übungsleiter/innen mit Praxisinformationen
- Teilnehmerunterlagen für jeden Kursteilnehmer
- Werbepattform „mach2-Roadshow“
- Evaluation des Programms durch die Deutsche Sporthochschule Köln