

Pressemitteilung

Gesellschafter:

- AOK – Die Gesundheitskasse in Hessen
- BKK Landesverband Süd
- IKK classic
- KNAPPSCHAFT, Regionaldirektion Frankfurt
- SVLFG als landwirtschaftliche Krankenkasse
- Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek), Landesvertretung Hessen

**ARGE GKV-Bündnis für Gesundheit in Hessen
Geschäftsstelle**

Luisa Wieczorek

c/o Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek),

Landesvertretung Hessen

Walter-Kolb-Straße 9-11

60594 Frankfurt

Pressekontakt:

Heike Kronenberg

Tel.: 0 69 / 96 21 68 – 20

E-Mail: heike.kronenberg@vdek.com

Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek),

Landesvertretung Hessen

Förderung durch die ARGE GKV-Bündnis für Gesundheit in Hessen

Mehr Bewegung, mehr Teilhabe: Neues Präventionsprojekt „Vereint geht’s besser – Aktiv und Fit leben (AuF leben)“ bringt ältere Menschen in Schwung

Frankfurt, 01.06.2026 – Bewegung hält gesund, fördert Selbstständigkeit und stärkt das Miteinander. Genau hier setzt das Projekt „Vereint geht’s besser – Aktiv und Fit leben (AuF leben)“ an, das heute gestartet ist. Der Hessische Turnverband e.V. (HTV) entwickelt gemeinsam mit Kommunen und Vereinen neue Wege, um ältere Menschen für mehr Bewegung im Alltag zu gewinnen und langfristig zu unterstützen. Die ARGE GKV-Bündnis für Gesundheit in Hessen unterstützt das Projekt im Rahmen des landesspezifischen Budgets in den kommenden drei Jahren mit über 180.000 Euro. Ziel ist es, insbesondere inaktive Ältere mit passgenauen und leicht zugänglichen Angeboten anzusprechen. Dabei steht nicht sportliche Leistung, sondern die Freude an Bewegung und Gemeinschaft im Vordergrund.

Vereine und Kommunen ziehen an einem Strang

Kern des Projekts ist die enge Zusammenarbeit von Kommunen und Vereinen. Diese schließen sich zu Tandems zusammen und planen gemeinsam Bewegungsangebote für ältere und/oder bislang inaktive Menschen. Darüber hinaus arbeiten die Tandems daran, gesundheitsförderliche Strukturen vor Ort gezielt aufzubauen und weiterzuentwickeln. Dabei

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V

werden Erfahrungen gebündelt und neue Angebote gezielt dort entwickelt, wo sie gebraucht werden. Der Hessische Turnverband begleitet die Tandems während des gesamten Prozesses. Dazu gehören persönliche Gespräche zum Projektstart, gemeinsame Strategie-Workshops, zielgruppenorientierte Qualifizierungen sowie ein Austausch zum Abschluss des Projektes. Teilnehmende Kommunen werden sukzessive gewonnen.

Hürden abbauen und Menschen direkt erreichen

Viele ältere Menschen nehmen bestehende Bewegungsangebote oft nicht wahr, weil Informationen fehlen, sie sich nicht angesprochen fühlen oder die Angebote zu weit von ihrem Wohnort entfernt sind. Das Projekt „AuF leben“ setzt deshalb bewusst auf kurze Wege, persönliche Kontakte und einfache Zugänge. „Gesundheitsförderung wirkt am besten dort, wo Menschen bereits ihren Alltag verbringen. Gerade ältere, bislang wenig aktive Menschen brauchen Angebote, die leicht verständlich, wohnortnah und persönlich sind. Wenn Kommunen und Vereine zusammenarbeiten, können genau diese Zugänge entstehen: Bewegung ist selbstverständlich, Hemmschwellen sinken und Aktivität kann ganz von selbst Teil eines gesünderen Alltags im Alter werden. Kommune und Verein unterstützen die entwickelten Angebote gemeinsam und sorgen dafür, dass erfolgreiche Maßnahmen auch über den Förderzeitraum hinaus weitergeführt werden. So entstehen dauerhaft verlässliche Strukturen für mehr Bewegung im Alter“, erklärt Claudia Ackermann, Leiterin der vdek-Landesvertretung stellvertretend für die Geschäftsstelle der ARGE GKV-Bündnis für Gesundheit in Hessen.

Valerie Sühling, Projektleitung beim Hessischen Turnverband e.V. betont: „Wir freuen uns sehr, dass das Projekt mit der Unterstützung des GKV-Bündnisses für Gesundheit in Hessen starten kann. Gemeinsam mit den Vereinen und Kommunen möchten wir niedrigschwellige Bewegungsangebote und –räume schaffen um möglichst viele ältere und/oder bisher wenig aktive Menschen nachhaltig in Bewegung zu bringen und das Miteinander vor Ort zu stärken.

Liesa Fink, Tandem-Betreuung, ergänzt: „Wir freuen uns, ein Projekt umsetzen zu können, welche die Zusammenarbeit von Turn- und Sportvereinen und Kommunen fördert. Wichtig ist uns vor allem die Nachhaltigkeit der entstehenden Bewegungsangebote, auch über die Projektlaufzeit hinaus. Wir sind gespannt auf die individuellen Voraussetzungen vor Ort und was gemeinsam zwischen den Tandems entstehen wird. Zusätzlich bietet es den Vereinen und Kommunen die Möglichkeit, ihr Mitwirken im Bereich der gesundheitlichen Prävention, voranzutreiben und nach außen hin zu zeigen. So möchten wir gemeinsam möglichst viele Menschen in Bewegung bringen!“

Über das GKV-Bündnis für Gesundheit in Hessen:

Das GKV-Bündnis für Gesundheit in Hessen ist eine Initiative der gesetzlichen Krankenkassen zur Förderung der Gesundheit und Prävention in hessischen Kommunen und kreisfreien Städten. Es unterstützt Projekte, die auf die Verbesserung der Lebensqualität ausgerichtet sind, und leistet wichtige Beiträge zur nachhaltigen Entwicklung kommunaler Gesundheitsförderung. Weitere Informationen zu den Tätigkeiten der ARGE GKV-Bündnis für Gesundheit in Hessen erhalten Interessierte auf der Website des GKV-Bündnisses für Gesundheit (<https://www.gkv-buendnis.de/>). Die Geschäftsstelle der ARGE steht darüber hinaus bei Fragen rund um die Projektberatung und Antragbearbeitung telefonisch unter 069 / 96 21 68 – 72 zur Verfügung.