

## **Stellungnahme des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB)**

### **im Rahmen des Beteiligungsprozesses zum Entwurf des Diskussionspapiers „Auf dem Weg einer Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit“**

#### **Vorbemerkung**

Der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) begrüßt das Vorhaben der Bundesregierung, mit einer Nationalen Strategie gegen Einsamkeit einen wirkungsvollen Beitrag zur verbindlichen und langfristig angelegten Prävention sowie Bewältigung von Einsamkeit in der Bevölkerung zu leisten. Insbesondere begrüßt der DOSB den breit angelegten Beteiligungsprozess und die frühzeitige Einbindung des organisierten Sports durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) gemeinsam mit dem Kompetenznetz Einsamkeit (KNE).

Die Prävention und Bewältigung von Einsamkeit sind eine gesamtgesellschaftliche Herausforderung, die ein gemeinsames Anliegen von Staat und Zivilgesellschaft sein müssen. Mit den richtigen Rahmenbedingungen kann die Bundesregierung Strukturen und Angebote stärken, die gute Orte für Austausch, Begegnungen, Verbundenheit sowie zivilgesellschaftliches Engagement ermöglichen und fördern. In diesem Zusammenhang kann die Strategie gegen Einsamkeit eine verlässliche planerische Grundlage für Akteur\*innen darstellen, die sich im erweiterten Sinne für die Prävention und Bewältigung von Einsamkeit einsetzen.

Der gemeinwohlorientierte Sport unter dem Dach des DOSB ist mit rund 27 Millionen Mitgliedschaften in mehr als 87.000 Sportvereinen die größte zivilgesellschaftliche Gemeinschaft in Deutschland. Sportvereine sind eine starke Säule des gelebten Miteinanders sowie Ort für bürgerschaftliches Engagement. Die Möglichkeit, Menschen kennenzulernen bzw. mit anderen Menschen zusammen zu kommen, ist eines der wichtigsten Antriebsmotive für das Sporttreiben und für das Engagement im Verein. Sportverbände und deren -vereine bedürfen deshalb besonderer Aufmerksamkeit, um Orte des Zusammenkommens und des Austausches zu ermöglichen und damit individuellen Vereinsamungsprozessen in unserer Gesellschaft entgegenzuwirken.

Mit dem Projekt „Verein(t) gegen Einsamkeit“ (2022-2024) nimmt sich der DOSB dem Thema Einsamkeit an und erkennt die Dringlichkeit dieser gesamtgesellschaftlichen Herausforderung. Neben der Sensibilisierung des organisierten Sports trägt das Projekt dazu bei, bestehende Aktivitäten und Beiträge aus den 99 Mitgliedsorganisationen und deren Untergliederungen, die sich für mehr Gemeinschaft und soziale Teilhabe einsetzen, sichtbar zu machen sowie die Durchführung zukünftiger Initiativen zu unterstützen.

Zudem greift die Deutsche Sportjugend (dsj) das Thema Einsamkeit im Kontext des Kinder- und Jugendsports als einen Aspekt der mentalen Gesundheit in ihrer aktuellen Kampagne „MOVE FOR HEALTH“ auf.

## **Zum Entwurf des Diskussionspapiers**

### **Ziel 1: Die Öffentlichkeit wird sensibilisiert und das Thema Einsamkeit wird besprechbar gemacht.**

Sensibilisierungsmaßnahmen und Formate, die dabei helfen, Einsamkeit besprechbar zu machen, sind fortzuführen. Mit 27 Millionen Mitgliedschaften in mehr als 87.000 Sportvereinen kann der organisierte Sport unter dem Dach des DOSB dazu beitragen, weite Teile der Gesellschaft für das Thema Einsamkeit zu erreichen. Zugleich bringen Vereine als „soziale Treffpunkte“ und Orte für zivilgesellschaftliches Engagement große Potenziale mit, auf mehr Gemeinschaft, Teilhabe und Miteinander hinzuwirken. Besondere Anstrengungen und spezifische Zugänge braucht es insbesondere im Hinblick auf die Jüngsten in unserer Gesellschaft, die eine Diskrepanz zwischen den gewünschten und tatsächlichen Beziehungen empfinden.

Im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit ist es wichtig, zielgruppenspezifisch vorzugehen und spezielle Formate für Kinder und Jugendliche zu entwickeln. Hier können Spiel, Sport und Bewegung sowie Aufklärungsarbeit und Sensibilisierung von Fachkräften in (Berufs-, Hoch-) Schulen und außerschulischen Orten, wirkungsvolle Ansätze darstellen.

Des Weiteren ist aus einer intersektionalen Perspektive immer auch die Ansprache von Menschen mit Behinderungen, die von Einsamkeit betroffen sind, zu berücksichtigen.

Für die unterschiedlichen Darstellungen, die Erreichbarkeit und Sprache sollte in der Kommunikation leichte Sprache verwendet und das 2-Sinne Prinzip umgesetzt sowie Audio-, Video- und Schriftformate kombiniert werden. Des Weiteren sollten zielgruppenspezifische Informationsmaterialien in bestehende Strukturen für Menschen mit Behinderungen und chronische kranke Menschen (z. B. Werkstätten, Ärzte, Rehakliniken, Sportvereine) sowie über unterschiedliche Kommunikations-Kanäle (z.B. Social Media, Zeitschriften, Fernsehen) gestreut werden.

### **Ziel 3: Die Arbeit von Praktikerinnen und Praktikern in der Sozialen Arbeit und im Engagement zur Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit wird gestärkt.**

Der DOSB unterstützt den Ansatz, die Institutionen und die Akteure der Zivilgesellschaft sowie ihre Aktivitäten mehr zusammenzubringen. Die Vernetzung und Nutzung von Synergieeffekten sind auszubauen. Für die vorgesehenen regelmäßigen Austausch- und Partizipationsformate sollten Zuständigkeiten konkretisiert werden. Die Erfahrungen und das praktische Wissen der Engagierten im Sportverein sollten hierbei ebenso einbezogen werden, wie die Expertise der Sportverbände zu Sensibilisierungskampagnen, Projekten, Initiativen und nicht zuletzt Qualifizierungen für haupt- und ehrenamtliche Engagierte.

Neben der Förderung neuer passgenauer Maßnahmen und Projekte, sollten Schwerpunkte auf dem Aufbau und der Stärkung bestehender Angebote liegen und langfristige Perspektiven der Förderung aufgezeigt werden.

### **Ziel 4: Einsamkeit wird als gesamtgesellschaftliche Herausforderung verstanden und die Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit sektoren- und bereichsübergreifend fokussiert.**

Gemeinsam mit seinen Mitgliedsorganisationen arbeitet der DOSB kontinuierlich an der Weiterentwicklung von zielgruppenorientierten, diskriminierungssensiblen und innovativen Bewegungsange-

boten, um Menschen jeden Alters, mit jeglicher Vorerfahrung oder Einschränkung in Bewegung zu bringen und langfristig zu halten. Diese (Fach-)Expertise bietet der DOSB vor dem Hintergrund der Prüfung einer Initiierung einer bundesweiten Koalition gegen Einsamkeit gerne beratend und unterstützend an.

### *Gesellschaft vor Ort stärken*

Der gemeinwohlorientierte Sport ist ein wichtiger Kooperationspartner von Kommunen im Hinblick auf die Gestaltung des demographischen Wandels und der Daseinsvorsorge. Daher sind Sportvereine als Partner von kommunalen Akteur\*innen (z.B. Jugendsozialarbeit, Quartiersmanagement, Nachbarschaftstreffs, Mehrgenerationenhäuser, Arztpraxen) im Kontext sektoren- und bereichsübergreifender lokaler Allianzen anzuerkennen und einzubeziehen. Die Stärkung von Netzwerken und Sportvereinen als soziale Orte, welche Raum für Austausch, Begegnung und Engagement fördern, ebenso wie die Unterstützung eines koordinierten und vernetzten Vorgehens sind wirkungsvolle Ansatzpunkte zur gezielten örtlichen Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit. Dabei ist eine Einbindung der gesamten Vielfalt der Zivilgesellschaft vor Ort unerlässlich.

### *Bildung*

Sportvereine erreichen besonders viele Kinder und Jugendliche und erfüllen in unserer Gesellschaft eine wichtige Integrationsfunktion. Über das Medium Bewegung, Spiel und Sport können Kinder in der Interaktion mit Gleichaltrigen Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zur sozialen Interaktion und gesellschaftlichen Teilhabe fassen sowie ihr Selbstbewusstsein stärken. Der Sport vermittelt außerdem die Fähigkeiten, Emotionen zu regulieren, mit Niederlagen umzugehen, aber auch angenehme Gedanken und Erinnerungen mithilfe positiver Gefühle zu verstärken.

Daher sind außerschulische Orte und Träger bei der Thematisierung von psychischer Gesundheit, Einsamkeit und der Bedeutung sozialer Beziehungen in der Pädagogik mit einzu beziehen.

In Deutschland sind rund 60 %<sup>1</sup> der Kinder und Jugendlichen im Sportverein organisiert. Gleichzeitig wirkt sich die längere tägliche Verweildauer von Kindern in der Schule sowie die zunehmende Institutionalisierung von Kindheit und Jugend auf die Freizeit und Freiräume von Kindern und Jugendlichen aus, die – noch verstärkt durch die COVID-19-Pandemie – zu einem alarmierenden Bewegungsmangel der Altersgruppen geführt haben. Kooperationen von Sportvereinen mit Kitas und Schulen müssen zukünftig weiter ausgebaut und gestärkt werden. Dabei geht es nicht nur um eine bewegungsfreundlichere Gestaltung von Kitas und Schulen, sondern auch darum, Kindern und Jugendlichen über Kooperationen Zugänge zu regulären Sportvereinsangeboten und Möglichkeiten eines eigenen Trainer\*innenengagements zu ermöglichen.

Hierfür müssen zum einen Strukturen vor Ort (Beratung, Qualifizierung etc.) gestärkt werden, zum anderen müssen bspw. ökonomisch schlechter gestellte Familien über die im Koalitionsvertrag vorgesehene Kindergrundsicherung dazu in die Lage versetzt werden, ihre Kinder an Vereinsangeboten teilnehmen zu lassen.

Der Kinder- und Jugendsport ist beim Ausbau des Ganztags als zentraler Bildungspartner mit zu berücksichtigen.

---

<sup>1</sup> vgl. Bestandserhebung des DOSB (2022)

Sportverbände stellen mit ihren Qualifizierungs- und Fortbildungsprogrammen eine hohe Kompetenz von Trainer\*innen und Übungsleiter\*innen sicher. Die Durchführung der Aus- und Fortbildungen wird dabei überwiegend durch ehrenamtliche und nebenberufliche Tätigkeit getragen. Es ist daher wichtig, die Bedeutung des Ehrenamts zu stärken und die Arbeit der Verbände bei der Qualifizierung von Trainer\*innen und Übungsleiter\*innen zu unterstützen, insbesondere beim Aufbau einer nachhaltigen und vertrauensvollen Beziehung zwischen Trainer\*in und Sportler\*in.

### *Gesundheit und Pflege*

Der DOSB und seine 99 Mitgliedsorganisationen verfügen über jahrzehntelange Erfahrungen bei der zielgruppenspezifischen Ansprache in der Gesundheitsförderung und der Prävention. Die gemeinnützigen Sportorganisationen haben die qualitätsgesicherten Gesundheitssportangebote beständig ausgebaut und wissenschaftlich abgesichert. Sportvereine unter dem Dach des DOSB haben sich zu unverzichtbaren Partnern in der Gesundheitsförderung und Prävention entwickelt.

Rund 30.000 der Sportvereine verfügen gemäß Sportentwicklungsbericht über Angebote zur Gesundheitsförderung, Prävention und/oder Rehabilitation und entwickeln sich zunehmend zu gesundheitsfördernden Lebenswelten im umfassenderen Sinne, indem sie Gesundheit zur Leitidee ihrer Vereinskultur machen. Mit dem Qualitätssiegel **SPORT PRO GESUNDHEIT**, das für kostengünstige und qualitätsgesicherte Präventionsangebote in Sportvereinen steht, werden explizit die Nicht-Beweger/Wiedereinsteiger in allen Altersgruppen angesprochen. Zugänge bietet auch das mit Bundesärztekammer (BÄK) und Deutscher Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention (DGSP) entwickelte und von der Deutschen Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedizin (DEGAM) unterstützte „Rezept für Bewegung“, durch das sich weitere Möglichkeiten bei der Ansprache und dem Erreichen von Menschen mit einsamkeitsbezogenen gesundheitlichen Risikofaktoren eröffnen. Die Initiative verweist ab Ende April 2023 auf die digitale Bewegungslandkarte (BeLa), die eine Vielzahl an qualitätsgesicherten Bewegungsangeboten in Sportvereinen beinhaltet, welche Ärzt\*innen individuell und wohnortnah ihren Patient\*innen empfehlen können.

Der DOSB arbeitet im Themenfeld „Sport und Gesundheit“ auf Bundesebene mit gesundheitspolitisch relevanten Akteuren wie Krankenkassen, dem Bundesministerium für Gesundheit (BMG), der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), der Bundesärztekammer (BÄK) und der Bundesvereinigung Prävention und Gesundheitsförderung (BVPG), gesundheitsziele.de und im Rahmen der Sportminister-/Sportreferentenkonferenz seit Jahren vertrauensvoll zusammen und wirkt im Nationalen Aktionsplan zur Vermeidung von Fehlernährung und Bewegungsmangel IN FORM mit. Vergleichbare Netzwerke finden sich auch auf Ebene der Länder, Regionen und Kommunen.

Eine Anknüpfung der Prävention von Einsamkeit im Rahmen der Bundesrahmenempfehlungen wird unterstützt. Zugleich ist eine Verankerung in den nationalen Gesundheitszielen „Gesund aufwachsen“ sowie „Gesund im Alter“ des Kooperationsverbundes gesundheitsziele.de anzustreben.

### *Engagement*

Sportvereine leisten einen maßgeblichen Beitrag für eine demokratische und vielfältige Gesellschaft und bieten großes Potenzial für die Vermittlung universeller Werte wie Respekt, Teamgeist und Fairplay.

Damit der organisierte Sport seine Potenziale zur Stärkung des gesellschaftlichen Zusammenhalts noch umfassender und zielgerichteter entfalten kann, ist eine Weiterentwicklung, Intensivierung und Verstetigung der bisherigen Unterstützungsmaßnahmen durch die Politik nötig.

Bei den Maßnahmen zum bürgerschaftlichen und demokratischen Engagement ist eine Verknüpfung mit dem Demokratiefördergesetz sowie auch zur geplanten Engagementstrategie des Bundes herzustellen.

Die Förderung von Modellprojekten zu Möglichkeiten des digitalen Engagements kann dazu beitragen, Impulse für ein neues, effizientes und zufriedenstellendes Zusammenspiel von Hauptberuf und Ehrenamt zu erarbeiten und neue Rollen im Rahmen von zeitlich und/oder inhaltlich begrenztem Engagement in den Vereinen auszutesten.

### **Ziel 5: Menschen mit Einsamkeitserfahrungen erhalten niedrigschwellige und barrierefreie Zugänge zu bedürfnisorientierten Angeboten.**

Die Verbands- und Vereinslandschaften in Deutschland sind etablierte, langfristig und nachhaltig wirkende Strukturen, die weite Teile der Gesellschaft erreichen. Gerade auch in ländlichen Kleinststrukturen stellen sie wichtige Ankerpunkte für Gemeinschaft und Miteinander dar. In den rund 87.000 Sportvereinen finden Menschen aller Altersgruppen niedrigschwellige, wohnortnahe Angebote zu sozialverträglichen Gebühren. Bewegung und Gesundheit, generationenübergreifende Begegnung, Lebensfreude, Inklusion und Integration, aber auch demokratische Entscheidungsprozesse werden in Vereinen erlebbar. Als soziale Treffpunkte tragen sie zur Erweiterung sowie dem Erhalt von sozialen Kontakten bei und können als Schutzfaktoren für Einsamkeit dienen. Gerade in Umbruchphasen wie einem Umzug aus dem vertrauten Umfeld, einem Übergang von der Schule auf die Hochschule oder einem Jobwechsel können Sportvereine wichtige Konstanten oder Anlaufstellen darstellen.

Die Bundesregierung kann mit Anreizen, Förderprogrammen und gesetzlichen Weichen dafür Sorge tragen, die Infrastruktur im ländlichen Raum zu verbessern, um eine gute Erreichbarkeit zu Vereinen und Orten der Begegnung zu gewährleisten. Sporträume spielen eine wesentliche Rolle dabei, die Gesellschaft in Bewegung zu bringen.

Der Sanierungs- und Modernisierungstau bei Sportstätten muss aufgelöst werden: Sportstätten müssen nachhaltig gebaut, für alle Bevölkerungsgruppen erreichbar und zugänglich sein. Beim Aus- und Umbau von Kindertagesstätten und Ganztagschulen sollten Bewegungsförderung und -freundlichkeit als zentrale Qualitätsmerkmale Berücksichtigung finden.

Die Sportvereine müssen als bestehendes wohnortnahes Netzwerk gestärkt werden und für Menschen mit Einsamkeitserleben als sozialen Raum des Austausches, Begegnung und Engagement leichter zugänglich sein.

Es sind Anstrengungen für den Abbau räumlicher, konzeptioneller und kommunikativer Barrieren zum Sporttreiben und zur Teilhabe am Vereins- und Verbandsleben, ob für Frauen, Menschen mit Behinderungen, Menschen mit Migrationshintergrund oder queere Menschen zu intensivieren. Hierbei ist u. a. die Finanzierung von Maßnahmen zur Teilhabe (z.B. Gebärdensprachdolmetschende, Assistenzleistungen, gender-inklusive Sanitäranlagen) sicherzustellen.

Maßnahme 5.1: Der DOSB nutzt das hohe Potenzial gesundheitlicher Prävention, sozialer Teilhabe und bürgerschaftlichen Engagements des Sports in den Feldern Integration, Inklusion und Geschlechtergerechtigkeit unmittelbar durch Maßnahmen wie „Starke Netze gegen Gewalt“ oder „Event-Inklusionsmanager\*innen im Sport“ sowie Initiativen wie u. a. dem Bundesprogramm „Integration durch Sport“ mit den angedockten Projekten „Willkommen im Sport“, „Bewegte Zukunft“ und „GeniAl: Gemeinsam bewegen – gesund Leben im Alter“.

Mithilfe finanzieller Förderung können der DOSB, die dsj und ihre Mitgliedsorganisationen zukünftig weitere Projekte zum Abbau von Diskriminierungen und zur Gewinnung von bisher nicht ausreichend in Sportvereinen vertretenen Menschen umsetzen. Zudem können Programme entwickelt werden, wie Menschen auch bei einer Verschlechterung ihrer sozialen Lage oder ihrer körperlichen Fähigkeiten im Verein gehalten werden können.

Maßnahme 5.4: Ganztagskonzepte sollten Kooperationen zwischen Sportvereinen und Schulen unterstützen. Die dabei entstehenden Kontakte zwischen Sportvereinen und jungen Menschen bieten Zugänge zum Kinder- und Jugendsport mit all den positiven Aspekten rund um Gemeinschaft: Es werden soziale Kontakte und gemeinsame Begegnungen gefördert sowie wertvolle Erfahrungsräume und Teilhabechancen eröffnet, von denen insbesondere Kinder und Jugendliche aus Familien mit geringem Einkommen profitieren, die wenig finanzielle Mittel für Freizeitaktivitäten aufbringen können. Körperliche Aktivität kann zu einer Verringerung von Einsamkeit beitragen, jedoch verringert bestehendes Einsamkeitserleben indes die Wahrscheinlichkeit, körperlich aktiv zu werden. Aus diesem Grund kommt einer frühen Prävention von Einsamkeit im Kindesalter eine besondere Bedeutung zu.

Der Kinder- und Jugendsport schaffen zahlreiche Zugänge für unterschiedliche junge Zielgruppen. Diese gilt es, stärker in den Fokus zu nehmen und die Partizipation sowie Teilhabe von mehr jungen Menschen zu fördern, indem Initiativen und Projekte von Kindern und Jugendlichen unterstützt und gefördert werden.

Abschließend möchte der DOSB als größte zivilgesellschaftliche Gemeinschaft in Deutschland seine weitere Unterstützung bei Konzeption und Umsetzung der begrüßenswerten Erarbeitung einer Strategie gegen Einsamkeit anbieten.

Frankfurt am Main, den 31. März 2023