

Ideen zur Motivation von Mitgliedern und Teilnehmenden

a) Anruf bei den Mitgliedern/Teilnehmenden

Um die Mitglieder und Teilnehmenden über die Serviceleistungen des Vereins während der Corona-Krise zu informieren empfehlen wir den Kontakt per E-Mail oder per Telefon aufzunehmen. Ein persönliches Gespräch am Telefon ist gerade für alleinstehende und ältere Menschen in dieser Zeit besonders wichtig.

b) Rette Deinen Sportverein durch DOSB-Initiative (Crowdfunding)

Der zweite Lockdown trifft die Vereine in Sportdeutschland hart. Mitglieder und Ehrenamtliche leiden unter den aktuellen Einschränkungen für Bewegung und Gesundheit im Sportverein. Jetzt geht es darum, nicht nur persönlich fit zu bleiben, sondern auch den eigenen Verein über den Winter zu retten. Der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) hat der seit Mitte des Jahres 2020 laufenden Initiative #SupportYourSport jetzt eine Sportdeutschland-Crowd auf der Plattform Fairplaid zur Seite stellt, die Vereine zusätzlich unterstützt.

Die komplette Meldung findet ihr hier: <https://www.lsb-sachsen-anhalt.de/2015/o.red.r/news.php?id=1704>

c) Spendenaufruf

Alle Vereine haben die Möglichkeit über eine Internetplattform einen Spendenaufruf zu starten. Mitglieder und Teilnehmende können mit ihren Spenden dem Verein helfen.

Weitere Informationen: <https://www.betterplace.org/de>

d) Erstellung von Übungsvideos für Mitglieder mit Online-Zugang

Einige Vereine haben Übungsvideos zu verschiedenen sportlichen Themen im Internet veröffentlicht.

Hier finden Sie Videos des Regionalzentrums des BSSA mit dem Trägerverein VSB 1980 Magdeburg:

<https://www.youtube.com/channel/UctazwQql6WuMun5ZpL6ghiQ/videos>

e) Durchführung von Tele-/ Online Reha- und Mitgliedersport

Weiterhin besteht die Möglichkeit per Videokonferenzen, z. B. mit der APP Zoom, Übungsstunden mit Mitgliedern oder Teilnehmenden durchzuführen. Hier ist der Vorteil, dass die Übungsleiter*in die Teilnehmenden per Link einlädt, um dann zur gewohnten Übungszeit „gemeinsam“ im virtuellen Raum die Übungsstunde durchzuführen.

f) Erstellung von Trainingsplänen für zu Hause

Alle Übungsleiter*innen des BSSA erhalten während der Ausbildung zum Übungsleiter für Rehasport das *Handbuch Rehasport inkl. Online Zugang*. Mit Hilfe dieser Online-Plattform können Trainingspläne mit Bildanleitungen zu verschiedenen Themen zusammengestellt werden. Die Trainingspläne können von den Übungsleiter*innen für ihre Gruppen erstellt und z. B. per E-Mail an die Mitglieder/Teilnehmenden verschickt oder auf der Internetseite des Vereins veröffentlicht werden.

Die Teilnehmer*innen kennen die Übungen bereits aus der Übungsstunde, somit ist die Fehlerquote auch gering. Bei der Fotoauswahl empfehlen wir, sich primär auf Alltagskleingeräte zu konzentrieren, da diese auch "quarantänetauglich" verfügbar sind z. B. Wasserflaschen, Milchkartons, Bohnensäckchen (vielleicht selbst genäht), Tücher, Joghurtbecher - die Möglichkeiten sind riesig!

g) Vermittlung von Wissen zu verschiedenen Themen per Video, per E-Mail, per Post

Wissenswertes, z. B. *Tipps für einen gesunden Rücken* oder *Tipps zur Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems*, kann beispielsweise im Rahmen eines Video-Vortrages vermittelt werden. Dieses Video könnte auf der Internetseite des Vereins bzw. auf Internetplattformen wie *Youtube.de* oder *Facebook.de* hochgeladen bzw. auch gezielt per E-Mail verschickt werden. Mit einer E-Mail oder auch per Post besteht die Möglichkeit selbst erstellte Informationsblätter des Vereins zu verschiedenen Themen z. B. *Tipps für eine gesunde Ernährung* oder *Stärkung des Immunsystem* an die Mitglieder/Teilnehmenden zu versenden.

h) Hilfe für Mitglieder und Teilnehmende anbieten

Übungsleiter*innen und Mitarbeiter*innen des Vereins können als Serviceleistung für ihre Mitglieder/Teilnehmenden Hilfe anbieten z. B. Besorgung von Medikamenten aus der Apotheke, Abholung von Paketen bei der Post oder andere Aufgaben - ganz nach dem Motto „gemeinsam aktiv“. Hilfe und Unterstützung gerade für ältere Menschen ist in diesen Zeiten besonders wichtig, hier kann jeder Verein ein Zeichen der Solidarität setzen.

i) Rehasport für Kinder – Aktion Bilder malen

Der GSV Geiseltal hat unter dem Motto *#wirbleibenzuhause* alle seine Kinder im Rehasport aufgerufen, ein Bild zu malen, z. B. ein schönes Erlebnis im Rehasport.

Die Bilder werden nach der Corona-Krise in einer Galerie im Verein ausgehängt.

j) Wochenpost auf der Internetseite des Vereins veröffentlichen

Die Mitglieder/Teilnehmenden erhalten per E-Mail oder auf der Internetseite des Vereins eine Wochenpost mit Informationen aus dem Verein (z. B. Fotos von den Maler- Reinigungsarbeiten, sportliche Übungen oder Tipps zur gesunden Ernährung oder Rezepte für Ostern etc.). Ziel ist auch hierbei, die Mitglieder und Teilnehmenden weiter an den Verein zu binden und zu motivieren.