

Leistungsbeschreibung

Vergabetitel:	Überarbeitung Leitfaden Yoga
Vergabe-Nr.:	2026-44-01

1. Beschaffungsziel

Fachliche und redaktionelle Überarbeitung des Leitfadens DRK Yoga

2. Hintergrundinformationen

2.1. Selbstdarstellung des Roten Kreuzes

Das Deutsche Rote Kreuz (DRK) ist Teil einer weltweiten Gemeinschaft von Menschen, die Opfern von Konflikten und Katastrophen sowie anderen hilfsbedürftigen Menschen in gesundheitlichen oder sozialen Notlagen umfassend Hilfe leisten.

Als Wohlfahrtsverband und Hilfsorganisation nimmt das DRK umfangreiche nationale Aufgaben wahr. Hierzu zählen unter anderem:

- Rettungsdienst und Erste Hilfe,
- Gesundheitsdienste inkl. Blutspendedienst,
- Altenhilfe inkl. Pflege und Besuchsdienst,
- Kinder-, Jugend- und Familienhilfe,
- Suchdienst und
- Jugendrotkreuz.

Das DRK ist auch weltweit operativ im Bereich der humanitären Hilfe tätig – sowohl in akuten Notsituationen (Katastrophenhilfe) als auch in der langfristigen Entwicklungszusammenarbeit. Derzeit arbeitet das DRK in ca. 50 Ländern in Afrika, Asien, Nahost und Lateinamerika. Schwerpunkte der Hilfsprojekte im Ausland sind:

- Katastrophenhilfe und -vorsorge,
- Trinkwasserversorgung,
- Basisgesundheit,
- Kampf gegen Epidemien inkl. HIV/Aids,
- Armutsbekämpfung sowie
- Rehabilitation und Wiederaufbau.

In unserem Bundesverband (DRK-Generalsekretariat) und seinen Mitgliedsverbänden (19 Landesverbände und der Verband der Schwesternschaften) sowie deren Mitgliedsverbänden (fast 500 Kreisverbände und mehr als 4.500 Ortsvereine) sind ungefähr 430.000 ehrenamtliche und 170.000 hauptamtliche Mitarbeitende mit einer Vielzahl unterschiedlicher Hilfsangebote aktiv.

Durch unsere vielfältigen Aufgabenfelder sind wir kontinuierlich angehalten, neue Wege zu gehen, um unsere Angebote und Leistungen stets an den konkreten lebensweltlichen Bedarfen und Ansprüchen unserer Zielgruppen auszurichten. Das bedeutet, dass wir auf gesellschaftliche Trends – wie zum Beispiel die Digitalisierung – reagieren und neue tragfähige Antworten und Lösungen für eine zunehmend komplexe Gesellschaft entwickeln.

2.2. Die DRK Gesundheitsprogramme

Die Gesundheitsprogramme des Deutschen Roten Kreuzes sind zentrale Angebote der Gesundheitsförderung und Prävention. Sie zielen darauf ab, durch regelmäßige Bewegung, Aktivierung und soziale Teilhabe die körperlichen, geistigen und psychosozialen Ressourcen der Teilnehmenden zu erhalten und zu stärken. Bewegung wird dabei als wesentliches Mittel zur Prävention, zur Förderung von Selbstständigkeit und zur Erhaltung der Lebensqualität verstanden.

Zu den DRK-Gesundheitsprogrammen gehören unter anderem Angebote aus den Bereichen Gymnastik, Tanzen, Wassergymnastik, Yoga sowie der aktivierende Hausbesuch. Die Programme sind alltagsnah gestaltet und orientieren sich an den Bedürfnissen von Menschen, die ihre Beweglichkeit, Kraft, Koordination, Balance und Körperwahrnehmung fördern und erhalten möchten. Sie leisten einen wichtigen Beitrag zur Prävention von Bewegungsmangel, zur Sturzprophylaxe, zur Förderung der Mobilität sowie zur Unterstützung eines aktiven Lebensstils.

Die Durchführung der DRK-Gesundheitsprogramme erfolgt überwiegend durch ehrenamtliche Übungsleitungen. Diese werden qualifiziert, fortgebildet und fachlich begleitet. Sie vermitteln die Inhalte der Programme verantwortungsvoll, sicher und zielgruppengerecht und tragen wesentlich zur Qualität und Nachhaltigkeit der Angebote bei.

Die DRK-Gesundheitsprogramme verfolgen das Ziel,

- die körperliche Aktivität und Bewegungsfähigkeit zu fördern und zu erhalten,
- präventiv zur Vermeidung gesundheitlicher Einschränkungen beizutragen,
- Selbstständigkeit, Selbstwirksamkeit und Wohlbefinden zu stärken,
- soziale Teilhabe und Begegnung zu ermöglichen und
- durch niedrigschwellige Bewegungsangebote einer Vereinsamung entgegenzuwirken.

Dies wird durch regelmäßige Kursangebote, aktivierende Gruppenformate sowie individuelle Unterstützungsangebote wie den aktivierenden Hausbesuch erreicht. Die Programme sind so konzipiert, dass sie unterschiedliche körperliche Voraussetzungen berücksichtigen und eine Teilnahme auch bei altersbedingten Einschränkungen ermöglichen.

Die DRK-Gesundheitsprogramme basieren auf den Grundsätzen der internationalen Rotkreuz- und Rothalbmondbewegung. Sie sind getragen von der Achtung der Selbstbestimmung, von Toleranz, Neutralität und einer demokratischen Grundhaltung. Die Angebote sind ressourcenorientiert, ganzheitlich und niedrigschwellig gestaltet.

Die Umsetzung der DRK-Gesundheitsprogramme erfolgt bundesweit in den Gliederungen des Deutschen Roten Kreuzes und ist fester Bestandteil der präventiven Gesundheitsarbeit des DRK.

3. Leistungsbeschreibung

3.1. Rahmenbedingungen

Die Yoga-Angebote des Deutschen Roten Kreuzes sind Teil der DRK-Gesundheitsprogramme und dienen der Gesundheitsförderung und Prävention. Sie basieren auf den Prinzipien des Hatha Yoga und zielen darauf ab, durch Bewegung, Atmung und Entspannung die körperlichen und mentalen Ressourcen der Teilnehmenden zu stärken sowie Mobilität, Balance, Kraft und Körperwahrnehmung zu fördern.

Die Angebote richten sich an Erwachsene und werden überwiegend durch ehrenamtliche Übungsleitungen durchgeführt. Ziel der Qualifizierung der Übungsleitungen ist es, die fachlichen, methodischen und persönlichen Kompetenzen zu vermitteln, die für eine sichere, verantwortungsvolle und zielgruppengerechte Durchführung von Hatha-Yoga-Angeboten im Rahmen der DRK-Gesundheitsprogramme erforderlich sind.

Die Ausbildung der Übungsleitungen im Bereich Yoga umfasst einen Gesamtumfang von 320 Unterrichtseinheiten und gliedert sich in vier Ausbildungsmodulen à 42 Unterrichtseinheiten sowie Hospitationen à jeweils 10 Unterrichtseinheiten. Die inhaltliche, methodische und organisatorische Gestaltung der Ausbildung sowie der Yoga-Angebote orientiert sich am Yoga-Leitfaden des Deutschen Roten Kreuzes, der die verbindliche fachliche Grundlage für die Qualifizierung und Umsetzung der Angebote darstellt.

Ziel der ausgeschriebenen Leistung ist es, den bestehenden Yoga-Leitfaden inhaltlich, strukturell und sprachlich zu überarbeiten, weiterzuentwickeln und an aktuelle fachliche und didaktische Anforderungen anzupassen, um eine zeitgemäße und praxisorientierte Umsetzung der DRK-Yoga-Angebote dauerhaft sicherzustellen.

3.2 Leistungen

3.2.1 Analyse des bestehenden Leitfadens

- Sichtung und Analyse des bestehenden Yoga-Leitfadens des Deutschen Roten Kreuzes in seiner aktuellen Fassung
- Analyse der inhaltlichen, strukturellen, methodischen und didaktischen Ausgestaltung des Leitfadens
- Berücksichtigung der bisherigen Funktion des Leitfadens als verbindliche Grundlage für die Qualifizierung ehrenamtlicher Übungsleitungen und für die Durchführung der DRK-Yoga-Angebote

3.2.2 Systematisierung bestehender Rückmeldungen

- Systematische Auswertung bereits vorliegender Rückmeldungen, Hinweise und Ergebnisse aus der Praxis, aus Fort- und Weiterbildungen sowie von relevanten fachlichen Akteurinnen und Akteuren
- Ableitung, Bündelung und Priorisierung von Überarbeitungsbedarfen in Bezug auf Inhalte, Struktur, Sprache, Methodik und Umfang des Yoga-Leitfadens

3.2.3 Inhaltliche und strukturelle Überarbeitung

- Umsetzung der priorisierten Überarbeitungsbedarfe im bestehenden Yoga-Leitfaden
- Überarbeitung, Anpassung und teilweise Neustrukturierung der inhaltlichen Gliederung des Leitfadens
- Kürzung, Streichung oder Zusammenführung einzelner Kapitel und Abschnitte sowie Neuordnung von Inhalten zur Verbesserung der Übersichtlichkeit und Praxistauglichkeit
- Ergänzung, Ausarbeitung und Aktualisierung neuer Inhalte und Kapitel, insbesondere zu methodisch-didaktischen Grundlagen, sicherer Anleitung von Hatha-Yoga-Übungen, Atem- und Entspannungsübungen, traumasensibler Sprache sowie zur Profilierung des DRK-Yoga-Programms
- Fachliche Aktualisierung und Neufassung bestehender Textteile unter Berücksichtigung aktueller fachlicher, präventiver und gesellschaftlicher Anforderungen

3.2.4 Redaktionelle Bearbeitung

- Sprachliche Überarbeitung des Yoga-Leitfadens mit Blick auf Adressatengerechtigkeit, Verständlichkeit, Wertschätzung und eine diskriminierungsfreie Sprache
- Verbesserung der Lesbarkeit, Klarheit und didaktischen Aufbereitung der Inhalte
- Vereinheitlichung von Begrifflichkeiten, Struktur, Gliederung sowie der Verwendung von Fach- und Sanskritbegriffen
- Redaktionelle Abstimmung von Texten, Tabellen, Abbildungen und Übungsbeschreibungen

3.2.5 Regelmäßige Abstimmungsschleifen mit dem Auftraggeber im Verlauf des Projekts

- Vorstellung des jeweiligen Arbeitsstandes und fachliche Abstimmung der Überarbeitungsschritte
- Einarbeitung der Rückmeldungen des Auftraggebers in die jeweils nächste Bearbeitungsstufe

3.3 Zeitrahmen

Geplanter Leistungszeitraum: 20.02.2026 – 28.02.2027

Abgabefrist für den überarbeiteten Leitfaden: 28.02.2027

4 Vertraulichkeit und Ansprechpartnerin im DRK

Wir bitten Sie diese Angebotsaufforderung vertraulich zu behandeln.

Stefanie Roth
Referentin Gesundheitsprogramme

DRK - Generalsekretariat
Carstennstraße 58
12205 Berlin

Tel. +49-30-85404-227
s.roth@drk.de