

Mehr Sport für Alle im Rheinisch- Bergischen Kreis

Inhalt.

4 Der MIA-Prozess.

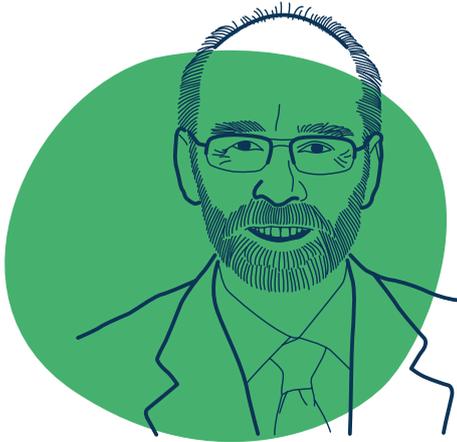
6 Gemeinsam Sport treiben – ein Portrait.

12 Mehr Inklusion für Alle.

14 Das Sportabzeichen inklusiv.

16 Beratungsangebote für Vereine.

Unser gemeinsames Ziel: Mehr Menschen sollen überall Sport treiben können.



Liebe Leserinnen und Leser,

wir haben uns mit dem Projekt „Mehr Inklusion für Alle“ auf den Weg gemacht, ein inklusives Sportnetzwerk im Rheinisch-Bergischen Kreis aufzubauen. Unser Ziel ist es, dass alle Menschen im Kreis gleichberechtigt an Bewegungs-, Spiel- und Sportangeboten aktiv teilnehmen können und die Möglichkeit haben, sich auch in den Strukturen des Sports haupt- und ehrenamtlich zu engagieren.

In der vorliegenden Broschüre möchten wir Sie für unser gemeinsames Ziel begeistern, Ihnen die bisherigen Erfolge des Projektes aufzeigen und Anlaufstellen und Anknüpfungspunkte geben. Viel Spaß beim Lesen!

Ihr **Uli Heimann** **Vorsitzender des Kreissportbundes**

4



Start des Projekts

1

Beleuchtung der Situation

Wir haben uns umgehört: Was brauchen wir, damit Inklusion im Sport gelingen kann?

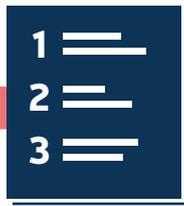
2



3

Schwerpunktsetzung des RBK

1. Information & Beratung
2. Qualifizierung für Übungsleiter*innen
3. Sportangebotsentwicklung für Alle



Der MIA-Prozess.

Wir sind davon überzeugt, dass der Sport und insbesondere die Sportvereine einen wichtigen Beitrag leisten können, dass Inklusion gelingen kann und in unserer Gesellschaft selbstverständlich wird. Darum haben wir uns in den Vereinen und bei Menschen mit Behinderung umgehört, Schwerpunktthemen gesetzt und neue Verbündete gefunden.

Weitere Infos unter [📄 bit.ly/mia-rbk](https://bit.ly/mia-rbk)

Reflektion Unser Ziel „Alle Menschen sollen überall Sport machen können“ verlieren wir nie aus den Augen und stoßen immer neue Projekte an.

5



4

Umsetzung der Projekte Wir bieten gemeinsame Informationsveranstaltungen, individuelle Beratungen und Workshops an. Auch eine Weiterbildung zur Sportassistenz wird angeboten.



6

Wer rastet, der rostet.

Sport ist wichtig und gesund, er ermöglicht soziale Kontakte und macht Spaß. So geht es auch mir. Ich habe Rheuma und bin blind, bin Mitte 50 und gerne sportlich aktiv.

Egal ob Wandern, Skilanglauf, Abfahrtski, Schwimmen, Tauchen und Toprope-Klettern, dies sind einige von den Sportarten die ich gerne mache. Sicher, meine Handicaps weisen mich oft in Schranken, aber mit der richtigen Technik oder einer Assistenz an meiner Seite ist ganz vieles möglich. Das ist auch der Grund, warum ich mich in vielen Bereichen engagiere: Um anderen davon zu berichten und zu zeigen, wie Sport mit Handicap funktioniert. Und das tut es, ganz wunderbar sogar, wie ich es immer wieder erleben darf.

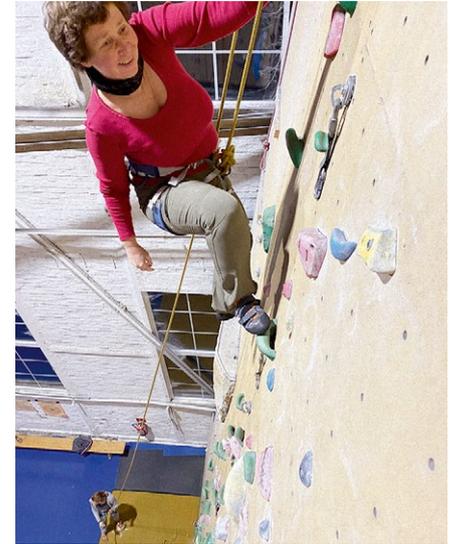


Über meine Aktivitäten habe ich auch Kontakt zum Projekt MIA bekommen. Und da war die Teilnahme zum Sportabzeichen 2019 in Bergisch Gladbach, als Sportlerin mit Handicap, für mich ganz selbstverständlich. Genauso selbstverständlich war für die Sportprüfer auch, mir die nötige Sport-Assistenz zur Seite zu stellen. Gemeinsam kommen wir ans Ziel - Sport vereint.

Daniela Ali



Auf Skiern im Salzburger Land in Österreich.



In der Wand beim Toprope-Klettern in Köln - Dellbrück.

8

Sportvereine als ...

Der Sportverein **DJK-SSV Ommerborn Sand e.V.** hat 2019 das 10-jährige Jubiläum des Special Teams gefeiert. Die Fußballmannschaft für Menschen mit geistiger Behinderung spielt seit acht Jahren in einer Liga und seit 2018 gibt es auch eine Inklusionsmannschaft, die in der Inklusionsliga um Punkte kämpft.

Der Sportverein bietet neben Fußball auch weitere Sportarten (Gymnastik, Badminton, Ballsport, Kinderturnen und Tischtennis) inklusiv an. Das Motto „Kein Drill, der Spaß steht an erster Stelle“ wird hier gelebt.



... Begegnungsorte für Alle.



Der Sportverein **TV Blecher e.V.** ist mit ca. 1.000 Mitgliedern aktuell der größte Verein im Odenthaler Ortsteil Blecher und möchte Integration und Inklusion aktiv vorantreiben.

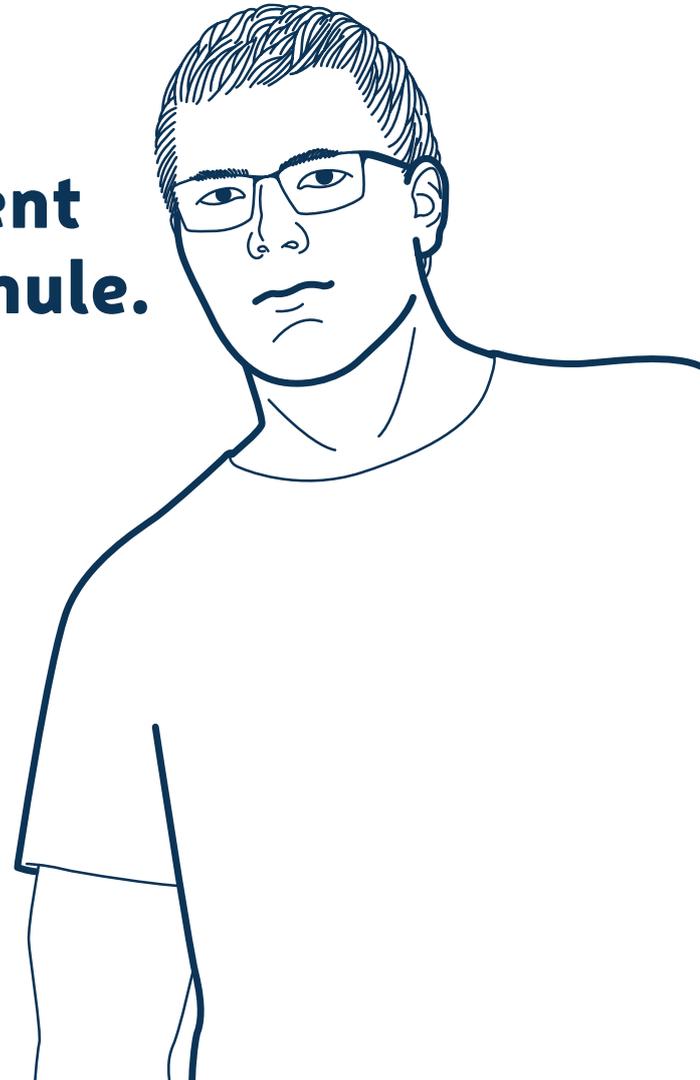


Mit dem Projekt „Integration und Inklusion vor Ort“ plant der Verein inklusive Sportangebote bei der Leichtathletik, bei den Bogenschützen und bei Ballspielen. Unter dem Motto „Miteinander Sport treiben“ wird hier die Vielfalt im Sport gelebt.

Freiwilliges Engagement im Sport und in der Schule.

Helfer, Trainer, Assistent – im Sport geht es nicht ohne freiwilliges Engagement. Deshalb bin ich froh, dass ich in der Schule in meiner Leidenschaft für den Sport bestmöglich unterstützt werde. Mein Name ist **Doménique Giese**, ich bin 16 Jahre alt und ehrenamtlich in meinem Verein und meiner Schule aktiv.

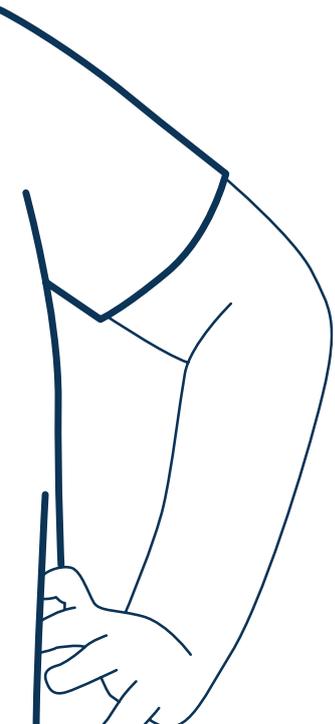
Ich habe in der 8. Klasse an der Johannes-Löh-Gesamtschule in Burscheid meine Sporthelferausbildung und ein Jahr darauf meine Fortbildung zum Inklusionsassistenten absolviert.



Ich unterstütze meinen Sportlehrer **Wolfgang Ehnes** im Sportunterricht und bin in der Schule als Jugendleiter für die Organisation und Koordination der Sporthelfer zuständig.

Bei meinem Verein, der DLRG in Burscheid, bin ich als Trainer und seit kurzem auch als Beisitzender im Jugendvorstand tätig. Die Ausbildung zum Inklusionsassistenten hat bei mir Berührungängste abgebaut, mein Engagement gestärkt und mir neue Perspektiven für mich als Sporthelfer und Trainer gegeben.

Meiner Meinung nach sollten alle, die Lust haben, sich für Jugendliche mit Behinderung einzusetzen, diese Ausbildung machen. Die Fortbildung zum Inklusionsassistenten ist auf jeden Fall eine Bereicherung für alle!



Mehr Inklusion für Alle.

Wir haben das Projekt MIA mit dem Ziel gestartet, dass alle Menschen im Kreis gleichberechtigt an Bewegungs-, Spiel- und Sportangeboten aktiv teilnehmen und die Möglichkeit haben, sich auch in den Strukturen des Sports zu engagieren.

Das Projekt MIA des Deutschen Behindertensportverbandes ist Ende 2019 ausgelaufen,

aber unser Ziel hat sich nicht verändert. Wir wollen gemeinsam mit allen Sportvereinen, unseren Kooperationspartnern und den außersportlichen Strukturen eine inklusive Sportlandschaft im Rheinisch-Bergischen Kreis weiter auf- und ausbauen.

Alltag neu denken.

Wir konnten viele Erfahrungen und Ergebnisse aus dem MIA-Projekt sammeln, die wir nun in unsere tägliche Arbeit einfließen lassen. Das Deutsche Sportabzeichen wird verstärkt inklusiv angeboten, unsere Ferienfreizeiten der Sportjugend werden überwiegend inklusiv angeboten und die Sporthelfer*innen können eine Zusatzqualifikation zur Inklusionsassistenz machen.

In Beratungsprozessen mit den Sportvereinen und außersportlichen Strukturen sensibilisieren wir für Inklusion im und durch Sport und bieten Orientierungshilfen für alle Personen, die inklusive Prozesse im Sport umsetzen möchten.

Landesaktionsplan NRW.

2019 hat das Land NRW den Landesaktionsplan „Sport und Inklusion in NRW“ beschlossen. Insgesamt 43 Vorhaben in 6 Handlungsfeldern sollen bis Ende 2022 umgesetzt werden. Darunter ist z.B. der Einsatz von „NRW – Sport- und Inklusionsmanager*innen“, eine „Sport- und Inklusions-Landkarte NRW“ und ein Programm zur Förderung von Sportgeräten in den Vereinen für inklusive Bewegungs-, Spiel-, und Sportangebote. **Weitere Infos unter** www.land.nrw/de/sport



Das Sportabzeichen inklusiv.

Ein Abzeichen für **Alle** um vielseitige körperliche Leistungsfähigkeit zu würdigen. Die zu erbringenden Leistungen orientieren sich an den vier motorischen Grundfähigkeiten. Aus jeder dieser Gruppen muss eine Übung erfolgreich abgeschlossen werden.

Ausdauer

Lauf / Rollstuhl
Schwimmen
Walking / Nordic Walking
Radfahren / Dreirad,
Tandem, Handbike
Kegeln

Schnelligkeit

Lauf / Rollstuhl Kurzstrecke
Schwimmen Kurzstrecke
Radfahren / Dreirad, Tandem,
Handbike Kurzstrecke
Gehen
Gerätturnen

Kraft

Medizinball

• Alle • nur Erwachsene

Kugelstoßen

Standweitsprung

Schlagball / Wurfball

• Alle • nur Kinder

Keulenweitwurf

Fußballweitstoß

Kugelstoßen rechts & links

Steinstoßen • nur Erwachsene

Gerätturnen



15

Koordination ✂

Hochsprung / Weitsprung

Schleuderball

Zielwurf

Geschicklichkeitsgehen

Rollstuhl-Parcours

Seilsprung

Gerätturnen

Zonenweitsprung • nur Kinder

Zonenweitwurf • nur Kinder

Im Kreis gibt es 15 Stützpunkte, an denen alle Interessierten an den Trainingsstunden und Abnahmeprüfungen teilnehmen können. Die Mitgliedschaft in einem Sportverein ist nicht erforderlich.

Auf unserer Homepage sind alle Orte und Trainingszeiten angegeben.

Legende

Die Übersicht zeigt, welche Disziplinen von Menschen mit und ohne Behinderung **gemeinsam** abgelegt werden können (**Farbe Dunkelblau**), bzw. welche nur von **• Menschen mit (Rot)** oder **• ohne Behinderung (Hellblau)** durchgeführt werden können.

Beratungsangebote für Vereine.

Jeder Sportverein ist anders, ob groß oder klein, Mehr- oder Einsparten-Verein. Klar ist: Es gibt nicht den einen Weg zu mehr Inklusion. Aber der Grundgedanke der Inklusion soll Sportvereine ermutigen, Voraussetzungen für Inklusion zu schaffen. Sportvereine bieten die ideale Plattform, um Inklusionsprozesse zu initiieren.

Deshalb freuen wir uns über neue engagierte Vereine im Kreis und unterstützen diese tatkräftig bei ihren Fragen und Ideen.



Langenfeld

Leichlingen

Alpha e. V.

Wermelskirchen

Burscheid

Leverkusen

Odenthal

Kürten

eutb

InBeCo

Die Kette e. V.

Bergisch Gladbach

Köln

Overath

Rösrath

Beratungsstellen im Kreis

Es gibt viele Ansprechpartner* innen im Rheinisch-Bergischen Kreis, die sich kreisweit oder lokal für Inklusion einsetzen, tolle Ideen entwickeln und immer ein offenes Ohr haben. Alle Kontaktdaten und weiterführende Links unter

bit.ly/mia-rbk

Ausbildung zum Inklusionsassistenten

In Zusammenarbeit mit „InBeCo – Servicestelle für Inklusion in der Freizeit“ führen wir seit 2019 erfolgreich eine Zusatzqualifikation im Bereich Inklusion für Sporthelfer*innen durch. Als Kooperationspartner konnten die Johannes-Löh-Gesamtschule in Burscheid und die Martin-Buber-Förderschule in Leichlingen gewonnen werden. So wird in der fünfjährigen Schulung nicht nur theoretisches

Wissen über Inklusion, Behinderung und Anpassung der Sportangebote für mehr Teilhabe erlernt, sondern auch die praxisnahe Umsetzung direkt ermöglicht.

Der Abbau von Berührungängsten und die Entwicklung einer Haltung, die die Teilhabe aller Sportler*innen unterstützt, ist hier auf das Beste gelungen.

Alle Ansprechpartner, Links
zu unseren Partnern und die
barrierefreie Broschüre unter
bit.ly/mia-rbk

Ein Projekt von:



Rheinisch-Bergischer  Kreis



Gefördert durch:



