



Foto: SOD / Sascha Klahn

DIE GESUNDE UND SPORTLICHE WERKSTATT

Kooperationspartner



BGW
Berufsgenossenschaft
für Gesundheitsdienst
und Wohlfahrtspflege



BAG WfbM

Bundesarbeitsgemeinschaft
Werkstätten für behinderte Menschen e.V.



**Special
Olympics**
Deutschland



*Patrizia Endres jubelt über
Gold über 1000m im
Freiwasserschwimmen.
(Foto: SOD/ Tilo Wiedensohler)*

Inhaltsverzeichnis

1 Einführung	2
2 Grundlagen	4
a. Menschen mit geistiger Beeinträchtigung in Deutschland	4
b. Teilhabe durch Sport	4
c. Barrieren bei der Gesundheitsversorgung	5
d. Betriebliches Gesundheitsmanagement	5
e. Sportangebote in Werkstätten	6
3 Angebote von Special Olympics Deutschland	7
a. niedrigschwellige Bewegungsangebote	7
b. Wettbewerbssport	7
c. Gesundheitsangebote	8
d. Bildungsangebote	8
4 Positive Effekte	10
a. für Menschen mit geistiger Beeinträchtigung	10
b. für Einrichtungen der Behindertenhilfe	10
c. für Vereine	11
5 Start zur Aktivierung	12
a. Sportangebote	12
b. Vernetzung mit weiteren Akteuren	12

1 Einführung

Mehr Inklusion ist das gemeinsame Ziel von Special Olympics Deutschland (SOD) und Einrichtungen der Behindertenhilfe. Aktuell gibt es jedoch in der Gesellschaft noch viele Hürden, die nur durch eine gemeinsame Initiative überwunden werden können.

Einrichtungen der Behindertenhilfe sind ein wichtiger Anlaufpunkt für Menschen mit geistiger Beeinträchtigung (MmgB) und deren Angehörige. Sie haben umfangreiche Angebote, um die persönliche Entwicklung der MmgB zu unterstützen und voranzutreiben. Auch für SOD sind sie ein zentraler Partner, nicht zuletzt, weil ein Großteil der Teilnehmer*innen an Großveranstaltungen wie den Special Olympics World Games Berlin 2023, aber auch allen anderen SOD-Events, aus Einrichtungen kommen.

Sport ist weit mehr als ständige Bestleistungen und Medaillen. Auch niedrigschwellige Bewegungsangebote haben spürbare positive Effekte. Regelmäßige Bewegung hält gesund und hilft dabei, ein besseres Körpergefühl zu entwickeln, die Koordination zu trainieren und Fitness sowie Ausdauer aufzubauen. Außerdem bietet Sport einen Ausgleich, schult kommunikative und soziale Fähigkeiten und fördert das Selbstbewusstsein. All diese Faktoren unterstützen die individuelle Persönlichkeitsentwicklung und führen zu mehr Leistungsfähigkeit auf allen Gebieten. Bewegungsangebote leisten somit auch einen wichtigen Beitrag zum Arbeitsschutz und Gesundheitsmanagement. Darüber hinaus hat Sport die Kraft, Menschen aus sehr verschiedenen Lebenssituationen zusammenzubringen und somit Barrieren in den Köpfen von Menschen zu beseitigen. Dies schult das gegenseitige Verständnis und treibt die Inklusion voran.

Diese Broschüre ist eine Einladung, gemeinsam durch Sport mehr Gesundheit und Teilhabe zu ermöglichen. Sie zeigt verschiedene Wege auf, Sportangebote und Orte der Bewegung zu schaffen und gibt einen Überblick über mögliche Kooperationspartner, Netzwerke und Fördermöglichkeiten.



Wenn die Broschüre Ihr Interesse weckt und Sie Sportangebote in Ihrer Einrichtung schaffen wollen, stehen Ihnen SOD und die SO Landesverbände gern zur Seite. Melden Sie sich gern über dieses [Formular](#) oder unter info@specialolympics.de.



*Das Wettbewerbsfreie Angebot bei
den Nationalen Spielen Kiel 2018.
(Foto: SOD/ Jo Henker)*

2 Grundlagen

a. Menschen mit geistiger Beeinträchtigung in Deutschland

Hierzulande leben rund 320.000 Menschen mit einer geistigen Beeinträchtigung (MmgB) – das sind circa 0,38 Prozent der Menschen in Deutschland oder umgerechnet jede*r 265. Deutsche. Doch ihnen fehlt es auch fast 15 Jahre nach dem Inkrafttreten der UN-Konvention für die Rechte von Menschen mit Behinderungen noch immer an einer ganzheitlichen und gleichberechtigten Teilhabe an der Gesellschaft.

Dies ist auch deutlich im Sport zu sehen: während auch nach der Corona-Pandemie fast 30 Prozent der Gesamtbevölkerung in einem Sportverein registriert sind, betreiben unter Menschen mit geistiger Beeinträchtigung lediglich 8 Prozent eine Sportart aktiv – also gut 25.600 Personen in Deutschland. Ein Grund dafür sind die immer noch vorhandenen Barrieren in Sportvereinen für MmgB, etwa Texte in schwerer Sprache und schlecht zugängliche Sportstätten. In den letzten Jahren hat sich allerdings gezeigt, dass auch im (Vereins-) Sport der Trend zu mehr barrierefreien Angeboten geht.

Athlet*innen mit geistiger Beeinträchtigung sollten nach eigenen Interessen, Bedürfnissen und Wünschen immer selbst entscheiden, wo und wie sie aktiv sein möchten. Zum Beispiel mit den Kolleg*innen aus der Werkstatt oder mit anderen Personen im inklusiven Sportverein. Das ist nachgewiesenermaßen auch

wichtig für die körperliche und psychosoziale Gesundheit von MmgB: Das Erlernen von Bewegungs- und Sportfähigkeiten scheint sich besonders positiv auf die körperliche und psychosoziale Gesundheit von Kindern und Jugendlichen auszuwirken.

b. Teilhabe durch Sport

Teilhabe ist definiert als sozialpolitisches Konzept für Integration, Eigenverantwortung, Selbstbestimmung und Mitwirkung: Teilhabe bedeutet, dazuzugehören, statt dabei zu sein.

Eine große Chance dafür liegt im Sport. Der Sport kann Türöffner sein, um Hemmschwellen abzubauen oder sie gar nicht erst aufkommen zu lassen – etwa bei Kindern oder später im Erwachsenenalter bei potenziellen Arbeitskolleg*innen und Mitbewohner*innen. Sport kann dabei helfen, ein Klima der Integration und in der Folge auch der Inklusion zu schaffen.

Außerdem verhilft sportliche Betätigung Menschen mit geistiger Beeinträchtigung zu mehr Selbstbewusstsein und Selbstständigkeit und fördert soziale und kommunikative Fähigkeiten. Diese Eigenschaften sind essenziell für die Vertretung der eigenen Interessen.

Sind MmgB in Vereinen organisiert, erhalten ihre Bedürfnisse und Ansprüche dort mehr Sichtbarkeit und Beachtung. Doch damit der Sport Menschen zusammenbringt – solche mit und ohne geistige Beeinträchtigung –, damit Inklusion im Sportverein gelebt werden kann, müssen zunächst die entsprechenden Strukturen geschaffen werden. Denn Inklusion bedeutet, dass sich nicht der Mensch an ein System anpassen muss, sondern dass das System Strukturen schafft, die jeder Person eine Teilnahme ermöglichen. Kernziel ist es, dass mehr MmgB individuell ihren Sport treiben können, wie und wo sie möchten.



Teilnehmerin der Special Olympics Nationalen Spiele Berchtesgaden 2020 beim Healthy Athletes® Programm
(Foto: SOD/ Sarah Rauch)



Trainingseinheit beim
Vorbereitungslehrgang Hockey
(Foto: SOD/ Sarah Rauch)

c. Barrieren bei der Gesundheitsversorgung

Im Vergleich zu Menschen ohne Beeinträchtigung weisen Menschen mit geistiger und/oder mehrfacher Beeinträchtigung ein erhöhtes Risiko für gesundheitliche Probleme auf – etwa durch zu wenig Bewegung oder eine unausgewogene Ernährung. Die Folgen daraus können unter anderem Übergewicht, mangelnde körperliche Fitness, Seh- und Hörbeeinträchtigungen sowie eine schlechtere Zahn- und Mundgesundheit sein.

Menschen mit geistiger Beeinträchtigung im Vergleich zur Durchschnittsbevölkerung

- sind **doppelt so oft** adipös
- sind **weniger** körperlich aktiv
- haben **häufiger** Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- haben **2,5 Mal** häufiger Diabetes
- sterben durchschnittlich **15 Jahre** früher

Zudem steht Menschen mit und ohne Beeinträchtigung nicht gleichermaßen der Zugang zu Angeboten der Prävention und Gesundheitsförderung offen. Für MmGB gibt es häufig Barrieren, die diesen Zugang erschweren. Es besteht daher ein hoher Bedarf an präventiven und gesundheitsfördernden Maßnahmen, um MmGB mit passenden Angeboten bei der Stärkung ihrer Gesundheitskompetenz und in einem gesunden Lebensstil zu unterstützen.

Das Angebotsspektrum für MmGB ist hierbei allgemein noch stark begrenzt. Zur Unterstützung eines gesunden Lebensstils und zur Förderung eines eigenverantwortlichen Gesundheitsverhaltens müssen Anreize und Möglichkeiten geschaffen werden, die auch für Menschen mit geistiger Beeinträchtigung niedrigschwellig zugänglich sind. Unterstützung kann in unterschiedlicher Form erfolgen: Information, Motivation, Erinnerung, Anleitung und praktische Hilfestellung.

d. Betriebliches Gesundheitsmanagement

Im Betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM) laufen alle gesundheitsbezogenen Aktivitäten eines Betriebes zusammen. Dazu gehören Maßnahmen zum Arbeitsschutz, zum betrieblichen Eingliederungsmanagement sowie zur betrieblichen Gesundheitsförderung. Soziodemographisch betrachtet werden auch MmGB immer älter, sind länger in den Arbeitsprozess integriert und tragen dabei gleichzeitig höhere Gesundheitsrisiken. Neben der Rehabilitation sind die Fragen, wie sich Menschen durch individuelles Verhalten gesund erhalten und wie sie in der Arbeitswelt durch die Schaffung gesundheitsfördernder Verhältnisse unterstützt werden können, wichtige Themen des BGM.

Es geht also um die Fragestellungen:

- Welche Lebens- und Verhaltensweisen erhalten gesund?
- Welche physischen, psychischen und sozialen Faktoren verbessern die Gesundheit und wie kann man sie beeinflussen?
- Welche Maßnahmen können zur Verbesserung der Gesundheit angewendet werden und welche Institutionen entwickeln diese Maßnahmen?

Neben anderen gesundheitsrelevanten Förderangeboten für MmGB gelten Bewegungs- und Sportangebote als wirksam und wenig kostenintensiv. Sie beinhalten ein großes Potenzial für die Gesundheitsförderung von Beschäftigten, weil durch Bewegungsaktivitäten vielfältige gesundheitsrelevante Entwicklungsprozesse initiiert werden können.

Die erworbenen Fähigkeiten können nicht nur in der sportlichen Aktivität genutzt werden, sondern sind übertragbar und damit förderlich für andere Lebensbereiche wie Arbeit und Freizeit. Dadurch nimmt die Autonomie zu, was auch einen wichtigen Faktor für



Hockeyspielerin Chloé Lucy Beloin jubelt beim Training. (Foto: SOD/ Sarah Rauch)

mehr Empowerment und Inklusion darstellt. So wird der Aufbau von physischen, psychischen und sozialen Ressourcen auch ein Thema für die betriebliche Gesundheitsförderung in Werkstätten.

Darüber hinaus leisten Bewegungs- und Sportangebote auch einen Beitrag zum Arbeitsschutz von Beschäftigten mit Beeinträchtigung in Werkstätten: Die Stärkung körperlicher Kompetenzen durch sportliche Aktivitäten führt zu einer verbesserten Mobilität und hat positive Effekte auf Kognition und Selbstständigkeit. Dem Bundesministerium für Arbeit und Soziales zufolge sind „die Schaffung und der Erhalt sicherer und menschengerechter Arbeitsbedingungen“ Grundlage für ein funktionierendes Beschäftigungssystem. Ziel müsse es sein, „die Beschäftigten wirksam vor Gefahren und gesundheitlichen Schädigungen zu schützen“.

Sicherheit und Gesundheit von Beschäftigten mit Beeinträchtigungen bei der Arbeit ist ein zentrales Ziel der Träger der Gesetzlichen Unfallversicherung, insbesondere der Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege (BGW), bei der die Menschen mit Beeinträchtigung, die in WfbM arbeiten, versichert sind. Dabei ist es Aufgabe der Arbeitgeber, diesen Präventionsauftrag umzusetzen.

MmgB haben häufig körperliche Beeinträchtigungen, die zu Arbeitsunfällen durch Stolpern, Rutschen oder Umknicken führen. Diese Beeinträchtigungen lassen sich zum Teil durch Sport und Trainingsmaßnahmen kompensieren. Diese haben zudem positive Effekte auf die allgemeine Gesundheit von Menschen mit Behinderungen und auf deren Motivation Verantwortung zu übernehmen: Wer sich beim Sport erfolgreich für sich und andere engagiert, kann auch zum Multiplikator oder zur Multiplikatorin für Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit werden.

Mehr Informationen zur BGW finden Sie hier: [🔗 bgw-online.de](https://www.bgw-online.de)



e. Sportangebote in Werkstätten

Die Aufgabe der Werkstätten für behinderte Menschen ist es, Teilhabe am Arbeitsleben für Menschen zu ermöglichen, die aufgrund der Art oder Schwere ihrer Beeinträchtigung auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt keine Möglichkeit der Beschäftigung haben. Auch wenn die Kernaufgabe der Werkstätten in der Organisation der Teilhabe am Arbeitsleben besteht, können Sportangebote ein wichtiger Bestandteil der Leistung darstellen.

Sportangebote sind zumeist angesiedelt im Rahmen der arbeitsbegleitenden Maßnahmen, die darauf abzielen, Menschen mit Beeinträchtigung den Zugang zu Informationen, Teilhabe am kulturellen Leben und an Erholung sowie Sport zu ermöglichen.

Die Struktur der Sportangebote kann verschieden organisiert sein. Während einige Einrichtungen nur werkstattinterne Kurse anbieten, kooperieren andere mit externen Partnern und rufen gemeinsame Projekte ins Leben. Der Sport wirkt so auch in den Sozialraum und bringt damit viele Potenziale für eine inklusivere Gestaltung der Sportlandschaft in Deutschland mit.

Auch Wettbewerbe und Turniere sind ein gutes Instrument um mit externen Athlet*innen und Partnern in Kontakt zu kommen. Eine Möglichkeit ist die Teilnahme an Veranstaltungen wie der [🔗 Deutschen Fußball-Meisterschaft der Werkstätten für behinderte Menschen](#), die jährlich von der Bundesarbeitsgemeinschaft Werkstätten für behinderte Menschen (BAG WfbM), der DFB-Stiftung Sepp-Herberger und dem Deutschen Behindertensportverband ausgerichtet wird.

Einige Werkstätten organisieren auch in Zusammenarbeit mit SOD und den Landesverbänden regelmäßig Sportfeste und Turniere.

Weitere Informationen zur BAG WfbM finden Sie hier: [🔗 BAG WfbM](#)



3 Angebote von Special Olympics Deutschland

a. niedrigschwellige Bewegungsangebote

Das Spektrum von Bewegungs- und Sportaktivitäten reicht von einfachen motorischen Bewegungsformen und kleinen Spielen bis hin zu komplexen Wettbewerbssportarten nach internationalem Regelwerk. Durch dieses breite Spektrum möglicher Bewegungs- und Sportaktivitäten lassen sich Aktivierungs- und Teilhabemöglichkeiten für alle MmGB finden und nicht nur für die sportlich Befähigten und besonders Motivierten.

Auch niedrigschwellige Bewegungs- und Sportaktivitäten haben motorische, kognitive, soziale und emotionale Anforderungen – und bieten daher vielfältige Fördermöglichkeiten. Damit ist es möglich, auf die unterschiedlichen Anforderungen und Entwicklungsstände der individuellen Personen einzugehen und sie gezielt zu fördern.

Dabei ist es in erster Linie wichtig, den Spaß an der Bewegung zu wecken, und Anreize für regelmäßige Bewegung zu schaffen.

Dann ist Bewegungs- und Sportaktivität (richtig dosiert und durchgeführt) anerkannt gesundheitsfördernd und zählt auf das BGM ein.

b. Wettbewerbssport

Bei SOD können alle Menschen mitmachen, entweder als Athlet*innen mit geistiger Beeinträchtigung oder als sogenannte Unified Partner*innen ohne geistige Beeinträchtigung. Beginnend mit dem Training in aktuell 32 offiziellen Einzel- und Mannschaftssportarten gibt es zahlreiche Teilnahmemöglichkeiten bei regionalen, nationalen und internationalen Veranstaltungen.

Das Sportkonzept von Special Olympics (SO) berücksichtigt vor allem die individuelle Leistungsfähigkeit der Sportler*innen und gibt ihnen die Möglichkeit, unabhängig ihres Leistungslevels Sport zu treiben sowie an Wettbewerben teilzunehmen.

Dies wird durch das Klassifizierungssystem von SO sichergestellt. Die Einteilung wird nicht anhand der Art der geistigen Beeinträchtigung vorgenommen, sondern berücksichtigt rein das Leistungsvermögen der Sportler*innen. Die Einteilung in homogene Leistungsgruppen erfolgt anhand festgelegter Kriterien (Leistungsvermögen, Alter, Geschlecht). Somit treten nur Athlet*innen oder Teams mit vergleichbarem Leistungsniveau in einer Gruppe an und alle Teilnehmenden haben damit eine faire Chance, eine Medaille zu gewinnen.

Auch für die Teilnahme an SO-Veranstaltungen müssen bestimmte Voraussetzungen erfüllt sein, die durch das Prinzip des Aufstiegs geregelt werden. Regelmäßiges Training ist die Grundlage, um bei regionalen SO-Veranstaltungen teilnehmen zu dürfen. Alle Sportler*innen müssen sich zudem durch die Teilnahme an Anerkennungswettbewerben ein gewisses Maß an Wettbewerbserfahrung in derselben Sportart aneignen, bevor eine Teilnahme an Nationalen oder Weltspielen möglich ist. Diese sportartspezifische

TeamSOD Athlet Robin Schmidt beim Weitsprung bei den Special Olympics World Games Berlin 2023.

(Foto: SOD/Sarah Rauch)



Kontinuität ermöglicht den Athlet*innen, sich auf eine Sportart und deren Wettbewerbsabläufe einzustellen sowie sich durch regelmäßige Trainings- und Wettbewerbsteilnahmen stetig zu verbessern..

Mehr Informationen zum Sportangebot von Special Olympics Deutschland finden Sie hier:

[📄 Sportkonzept](#)

c. Gesundheitsangebote

Wie bereits erwähnt, weist die Gesundheitsversorgung für MmGB noch viele Barrieren auf. Durch den Bereich Gesundheit von SOD sollen die Selbstbestimmung und Teilhabe an der eigenen Gesundheitsvorsorge verbessert und so Zugangsbarrieren zur Gesundheitsversorgung abgebaut werden. Um dieses Ziel zu erreichen hat SOD unterschiedliche Projekte ins Leben gerufen:

- **Gesundheitsprogramm „Healthy Athletes®“**
Das Programm bietet kostenlose und barrierefreie Beratungen und Kontrolluntersuchungen in verschiedenen Disziplinen an. Das Programm hilft den Athlet*innen, ihren gesundheitlichen Zustand selbstständig einschätzen und mitteilen zu können sowie gesundheitliche Risiken besser zu erkennen. Damit soll das Gesundheitsbewusstsein von MmGB gesteigert und der barrierefreie Zugang zur Gesundheitsversorgung verbessert werden.
- **„Bewegung und Gesundheit im Alltag stärken“ (BeuGe)**
Das Projekt zielt auf den Aufbau barrierefreier und nachhaltiger Angebote zur Gesundheitsförderung für MmGB in ihrem direkten Lebensumfeld ab. Dafür werden MmGB als Bewegungs- und Gesundheitsexpert*innen geschult und stehen anschließend in ihrem Freundeskreis, Kolleg*innenkreis oder ihrer Nachbarschaft als Ansprechpartner*innen rund um das Thema Bewegung, Gesundheit und Ernährung zur Verfügung. Zusammen mit ihnen werden dann regelmäßig Angebote zu einer gesunden Lebensweise und Bewegung durchgeführt.

- **Webseite „Gesundheit Leicht verstehen“**

Bereits seit Oktober 2019 stellt die Webseite umfangreiche wissenschaftlich belegte und unabhängige Gesundheitsinformationen in Leichter Sprache zur Verfügung. Sie macht barrierefreie und fachübergreifende Inhalte und Dokumente zum Thema Gesundheit für MmGB, eingeschränkter Lesekompetenz oder auch eingeschränktem Sprachverständnis zugänglich.

Mehr Informationen zum Bereich Gesundheit von SOD finden Sie hier:

[📄 Gesundheit](#)

d. Bildungsangebote

Die SOD-Akademie bietet ein breitgefächertes Bildungsangebot. Dazu gehören Schulungen in Leichter Sprache für Athlet*innen sowie Fort- und Weiterbildungen für Trainer*innen und weitere interessierte Gruppen.

Die Schulungen in Leichter Sprache decken ein breites Spektrum, vom Bereich Soziale Medien bis hin zur Ausbildung von Co-Referent*innen ab. Beispielsweise werden MmGB zu Übungsleiterassistent*innen ausgebildet. Sie unterstützen dann Übungsleiter*innen bei der Durchführung der Trainings.

Das Training von Menschen mit geistiger Beeinträchtigung erfordert von Trainer*innen neben sportfachlichen Kompetenzen besondere zwischenmenschliche und pädagogische Fähigkeiten. Die SOD-Akademie bietet Trainer*innen daher in Kooperation mit Sportfachverbänden auf Landes- und Bundesebene Fortbildungen zu methodisch-didaktischen Grundlagen im Sport von MmGB an. Diese sportartspezifischen Fortbildungen erfolgen im Rahmen des Lizenzsystems für Trainer*innen im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB).

Mehr Informationen zum Bereich Bildung von SOD finden Sie hier: [📄 Bildung und Wissenschaft](#)



Bei Interesse an den Angeboten von SOD melden Sie sich gern auf diesem [📄 Formular](#) oder unter info@specialolympics.de.



Athlet Marcel Glindemann nimmt an der Healthy Athletes®-Disziplin Fit Feet – Fitte Füße teil. (Foto: SOD/Sarah Rauch)



4 Positive Effekte



Radfahrerin Valentina Beck bei den Special Olympics Nationalen Spielen Berlin 2022.
(Foto: SOD/ Florian Conrads)

a. für Menschen mit geistiger Beeinträchtigung

Wie bereits in dieser Broschüre beschrieben, hat regelmäßige Bewegung erhebliche Vorteile. Man erlernt ein besseres Gefühl für den Körper und mehr Kontrolle über die eigenen Bewegungen. Zudem entwickelt man ein besseres räumliches Bewusstsein und Vorstellungsvermögen.

Die allgemeine Fitness und Kraft werden trainiert und die Aktivität wirkt vorbeugend gegen Krankheiten, die durch mangelnde Bewegung bedingt sind (bspw. Bewegungsapparat, Herz-Kreislauf-Störungen, Typ-II Diabetes, Bluthochdruck).

Sport hat auch positive Auswirkungen auf die Psyche. Er kann ein wichtiger Ausgleich sein sowie für mehr Energie und Selbstbewusstsein sorgen. Durch die Bewältigung von Aufgaben in einer Gruppe werden außerdem die sozialen und kommunikativen Fähigkeiten gestärkt.

Neben den allgemeinen positiven Effekten regelmäßiger Bewegung, eröffnet eine Partnerschaft mit SOD MmGB auch den Zugang zu vielen weiteren Angeboten. Sie haben die Möglichkeit, bei regionalen, nationalen und internationalen Wettbewerben anzutreten, dort neue Erfahrungen zu sammeln und neue Menschen kennenzulernen. Sie können am Gesundheitsprogramm Healthy Athletes® teilnehmen und von den kosten- und barrierefreien Untersuchungen profitieren. Über die Angebote der SOD-Akademie können sie sich auf verschiedenen Gebieten fortbilden und qualifizieren. Ein weiteres wichtiges Element der Arbeit von SOD ist das Mitspracherecht der Athlet*innen. Über das Athletensprecher*innenprogramm, Regionalkonferenzen und Inklusionsfachtage können sie ihre Perspektiven einbringen und aktiv eine inklusive Gesellschaft mitgestalten.

b. für Einrichtungen der Behindertenhilfe

Verbesserte Arbeitsleistung der Mitarbeitenden

Auch für Einrichtungen haben Sportangebote vielfältige positive Effekte.

Die Verbesserung der Fitness und Koordination der Beschäftigten befähigt sie, Aufgaben genauer auszuführen, länger konzentriert zu arbeiten und sich neue Aufgabengebiete zu erschließen. Die erlernten sozialen und kommunikativen Fähigkeiten sowie das entwickelte Selbstbewusstsein und die wachsende Selbstständigkeit erlauben es ihnen, Arbeitsaufträge souveräner und sicherer durchzuführen und auch besser in der Gruppe zusammenzuarbeiten. Damit steigt die Leistungsfähigkeit im Arbeitsumfeld.

Durch die vorbeugende Wirkung gegenüber Erkrankungen und Arbeitsunfällen kommt es außerdem zu weniger Ausfällen der Mitarbeitenden.

Zugang zu Netzwerken und öffentliche Wahrnehmung

Mit SOD und seinen Landesverbänden gewinnen die Einrichtungen Kooperations- und Netzwerkpartner mit über 30 Jahren Erfahrung von Inklusion für MmGB im organisierten Sport.

Durch die Zusammenarbeit mit SOD und weiteren externen Partnern sowie die Teilnahme an verschiedenen Wettbewerben verbessert sich die öffentliche Wahrnehmung der Einrichtung. Durch die steigende Aufmerksamkeit ermöglicht das Engagement die Vernetzung mit Partnern der Kommune, Organisationen der Behindertenhilfe sowie mit Sportvereinen und -verbänden. Durch den Anschluss an bereits bestehende lokale und regionale Netzwerke sowie Ansprechpartner können Synergien genutzt, nach Unterstützung gesucht und Erfahrungswerte ausgetauscht werden.

Auch die Bindung zu und Neugewinnung von MmGB sowie ihren Familien profitiert. Langfristig ergeben sich weiterhin Effekte durch die Öffentlichkeitsarbeit in Zusammenarbeit mit SOD sowie durch die Gewinnung von Politiker*innen und anderen gesellschaftlichen Vertreter*innen bei Sportereignissen.

Fördermöglichkeiten

Es gibt verschiedene Fördermöglichkeiten für sportliche Angebote in Einrichtungen der Behindertenhilfe. Bundesweit aktive Stiftungen wie die Aktion Mensch oder die Deutsche Stiftung für Ehrenamt und Engagement haben regelmäßig Fördermittel ausgeschrieben. Außerdem unterstützen lokal oder regional aktive Stiftungen, wie etwa die Sparkassenstiftungen, häufig Projekte.

Auch die Sportförderungen der Bundesländer vergeben gegebenenfalls Fördergelder. Zudem haben einige (ehemalige) Profisportler*innen eigene Stiftungen, die Förderungen von Sportangeboten für MmGB ermögli-

chen. Die erhöhte Sichtbarkeit kann außerdem bei der Akquise lokaler, inklusionsinteressierter Unternehmen als Sponsoren helfen.

c. für Vereine

Auch für Vereine zahlen sich inklusive Sportangebote aus. Sie setzen geltendes Recht um und übernehmen gesellschaftliche Verantwortung. Sie können neue Mitglieder mit und ohne geistige Beeinträchtigung gewinnen, genauso wie neue Übungsleitende und Ehrenamtliche. Außerdem eröffnet sich für bereits engagierte Übungsleitende die Möglichkeit der Weiterbildung und Mehrqualifizierung über die SOD-Akademie. Die Vereine können an SO Wettbewerben und weiteren Angeboten teilnehmen und werden in der Öffentlichkeit als inklusiver Verein mit besonderem Engagement wahrgenommen.

Das Fußballteam der TSG Wilhelmsdorf bei den Nationalen Spielen Berlin 2022.

(Foto: SOD/Sarah Rauch)



5 Start zur Aktivierung

a. Sportangebote

Gemeinsam mit den Landesverbänden können Bewegungsangebote organisiert werden, die an die Wünsche und Möglichkeiten der Einrichtung angepasst sind. Diese Angebote können zum Start einmalig oder in regelmäßigen Abständen durchgeführt werden. Anschließend helfen die Landesverbände bei der Versteigerung der Angebote und unterstützen bei Fragen und Problemen. Beispiele für Sportangebote der SOD-Landesverbände sind:

- ein Schnuppertraining in der Werkstatt,
- (regelmäßige) Pausenangebote,
- ein Aktionstag, an dem eine oder mehrere Sportarten vorgestellt und ausprobiert werden können,
- Infoabende.

Auch Angebote aus den Bereichen Gesundheit und Bildung können bei der Planung berücksichtigt werden.

Bei Interesse am Aufbau sportlicher Angebote und der Kooperation mit SOD können sich Einrichtungen der Behindertenhilfe über dieses [Formular](#) oder unter info@specialolympics.de bei SOD melden.



b. Vernetzung mit weiteren Akteuren

Vielorts bestehen bereits inklusive Netzwerke und Anlaufstellen für barrierefreie Projekte

- Das Projekt „**#ZusammenInklusiv** – Wir gehören dazu – Menschen mit geistiger Behinderung im Sportverein“ ist eine SOD-Initiative mit dem Ziel, mehr MmGB regelmäßig den Zugang zum Sporttreiben vor Ort in den Vereinen zu geben und ihre Mitbestimmungsrechte zu stärken. Das Projekt wendet sich an Sportvereine, Einrichtungen der Behindertenhilfe, Athlet*innen, Förderschulen, kommunale Partner und alle die, die Teil der inklusiven Bewegung werden möchten. Angeboten werden unter Anderem kostenlose individuelle Beratungen, Unterstützung bei der Umsetzung von inklusiven Sportveranstal-

tungen, Zugang zu [Best Practice Beispielen](#), Vernetzung mit regionalen Partnern und Vereinen und vieles mehr.



- Die meisten Kommunen haben **Inklusionsbeauftragte und Aktionspläne**, an die sich Einrichtungen der Behindertenhilfe wenden und an die sie anknüpfen können.
- Um sich mit anderen Werkstätten zu vernetzen, die bereits Bewegungsangebote im Rahmen von SO haben, empfiehlt sich die Kontaktaufnahme mit der jeweiligen **Landesarbeitsgemeinschaft der Werkstätten für behinderte Menschen (LAG WfbM)**. Die Ansprechpartner*innen finden sich auf den Webseiten der einzelnen LAGs.
- Weitere Vernetzungsmöglichkeiten bestehen mit den regionalen und überregionalen Vertretungen der Träger von Einrichtungen der Behindertenhilfe sowie mit regionalen **LIGA-Zusammenschlüssen** – die LIGA Selbstvertretung ist die politische Interessenvertretung der Selbstvertretungs-Organisationen behinderter Menschen in Deutschland: www.liga-selbstvertretung.de.



- Darüber hinaus sind für Unterstützung und Vernetzung auch die 16 Landessportbünde ansprechbar. Sie sind auf Landesebene für die Vereine und Sportfachverbände zuständig, steuern die Sportpolitik und verantworten die öffentlichen Geldflüsse innerhalb ihres Zuständigkeitsbereiches. Kontaktdaten finden sich hier www.dosb.de/ueber-uns/mitglied-organisationen/landessportbuende



Bei Interesse an den Programmen von Special Olympics Deutschland oder bei Nachfragen treten Sie gern über dieses [Formular](#) oder unter info@specialolympics.de mit uns in Kontakt.





Athletin Anja Berthold beim Kugelstoßen
bei den Special Olympics World Games
Berlin 2023. (Foto: SOD/ Jo Henker)

Impressum:
Für Werkstätten produziert, in Werkstätten gedruckt.
Special Olympics Deutschland e.V., Invalidenstraße 124, 10115 Berlin,
Tel.: +49 (0)30 / 24 62 52-0, Fax: -19, info@specialolympics.de,
www.specialolympics.de.
V.i.S.d.P.: Sven Albrecht, Redaktion: Fabian Müller, Jan Neubert, Jessica Viertel.
Gestaltung: martinbrombacher.de. © SOD 2023.



***Special
Olympics
Deutschland***

specialolympics.de

    / Special Olympics Deutschland