

Infobrief | Nr. 5 Mai 2023

Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Freundinnen und Freunde des Sports,
wir wünschen Euch viel Spaß beim Lesen
unseres Infobriefes.

Eurer KSB Paderborn-Team

Termine

- | | |
|------------|---|
| 03.05.2023 | Nächster „begleiteter Spaziergang“ in Borchen
Ab 15.5. findet jeden zweiten Monat ein weiterer
begleiteter Spaziergang in Borchen statt |
| 09.05.2023 | Ordentliche Mitgliederversammlung |
| 14.05.2023 | Beginn STADTRADELN für 21 Tage |
| 15.05.2023 | Ab Mai heißt es wieder „Sportstadt, beweg dich!“ |
| 23.05.2023 | Workshop: „Heißhunger adé!“ |
| 25.05.2023 | Start „begleitete Spaziergänge“ in Steinhorst |
| 26.05.2023 | Start „begleitete Spaziergänge“ in Delbrück |
| 20.06.2023 | Workshop: „Gesund essen im Homeoffice“ |

„Familientag für uns alle!“ – Förderungen für Aktionstage

„Sportjugend“

Auch in diesem Jahr gibt es wieder das Programm „Sonderaktion 2023 mit Kibaz und Jolinchen - Familientag für alle“ der Sportjugend NRW mit der AOK Rheinland/Hamburg und der AOK NordWest, die dafür werben möchten, vor Ort Sportanlagen an „familienfreundlichen Tagen“ zu öffnen und den Kibaz-Parcours durchzuführen.

Den Förderantrag und weitere Informationen findet ihr auf der [Homepage](#) der Sportjugend NRW. Insgesamt können bis zu 200 Familien-Aktionen mit je 400€ gefördert werden.

Ansprechpartnerin:

Carolin Emme

✉ carolin.emme@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-11

Mitgliederentwicklung im Kreis Paderborn

„KreisSportBund Paderborn“

Die Erhebung der Bestandsdaten für 2023 ist abgeschlossen. Der KreisSportBund Paderborn e. V. zählt in diesem Jahr 313 Mitgliedsvereine in denen 106.234 Menschen organisiert sind. Wir können mit Freude verkünden, dass die Zahl der Mitglieder in den Sportvereinen, im Vergleich zum letzten Jahr, um 2,5 % gestiegen ist. Einen besonderen Zuwachs können wir bei Kindern im Alter von 0-6 erkennen. Hier haben sich die Zahlen im Vergleich zum Vorjahr deutlich erhöht.

Die Auswertung zeigt, dass sich der Sport im Verein nach der Pandemie wieder großer Beliebtheit erfreut. Gemessen an der Gesamtbevölkerung des Kreises Paderborn sind 34 % aller Personen in einem Sportverein aktiv. Mit diesem Wert liegt der KreisSportBund Paderborn e. V. im Vergleich zu den anderen Bünden in NRW in den Top 10.

Ansprechpartner:

Lukas Schäfers

✉ lukas.schaefers@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-08

Mitmachaktion „Was stärkt deine Gesundheit?“ in Bad Lippspringe

„Gesunde Kommune“

Im Rahmen des Auftaktes des Projektes „Gesunde Kommune“ in Bad Lippspringe hatten die Bürgerinnen und Bürger die Möglichkeit, sich an einer Mitmachaktion zu beteiligen. So wurde gemeinsam ein Bild zu dem Thema „Was stärkt deine Gesundheit?“ gestaltet. Die Bürgerinnen und Bürger konnten auf kreative Art und Weise darstellen, welche Aspekte ihnen in Bezug auf ihre Gesundheit besonders wichtig sind und wie die Stadt Bad Lippspringe zu einem gesunden Leben beiträgt. So wurde beispielsweise die Landesgartenschau, der Arminiuspark, die gute Luft und verschiedene sportliche Aktivitäten wie z. B. Schwimmen genannt. Das Bild wird nun für vier Wochen in der Galerie Kunst Klamroth in Bad Lippspringe ausgestellt.



Ansprechpartnerin:

Lina Kemper

✉ lina.kemper@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-13

Frühlingszeit ist Pflanzzeit

„Kita im Bewegungswerk“

Am **01. April** - und das ist kein Aprilscherz - waren die Familien der Kita im Bewegungswerk zu einer Pflanzaktion eingeladen. Die Gärtnerei Neiske aus Ostenland ist Kooperationspartner der Kita und hatte für die Aktion ausreichend Blumentöpfe und Erde bereitgestellt. Neben Tomatenpflanzen konnten die Kinder zwischen Zucchini-, Salat- oder Gurkenpflanzen wählen. Ein Gärtner vor Ort lieferte die nötigen Informationen zu den Pflanzen und deren Pflege. Insgesamt waren 30 Familien mit ihren Kindern an dem Angebot beteiligt und hatten sichtlich Freude an der Aktion. Die Töpfe durften die Kinder mit nach Hause nehmen - sie haben nun die Aufgabe die Pflanzen zu pflegen. Bis zur Ernte dauert es dann doch noch eine Weile und es wird sicher spannend sein, den Wachstumsprozess zu beobachten. Alle Beteiligten waren sich einig, dass der Tag nächstes Jahr wiederholt werden kann!



Auch Janosch hatte sichtlich Freude beim Pflanzen von Salat.

Ansprechpartnerin:

Ingrid Winzig

✉ ingrid.winzig@ksb-kita.de

☎ 05250 97094-0

Bewegte Osterferien für Kinder und Jugendliche in Delbrück

„Gesunde Kommune“

Gemeinsam boten der Stadtsportverband Delbrück, der FC Westerloh-Lipping, die Stadt Delbrück und die „Gesunde Kommune“ in den vergangenen Osterferien ein abwechslungsreiches Freizeitprogramm für Kinder und Jugendliche an. Die Teilnehmenden konnten unter anderem an einem Fahrradsicherheitstraining, einer Inlinertour, Ballspielen und Trampolinspringen teilnehmen. Einige Angebote wurden auch begleitend in unterschiedlichen Sprachen angeboten wie z. B. die Stadtralylehefte oder die Karten der Bewegungsweltreise.

Die Maßnahmen wurden unter anderem durch den Landessportbund („Extrazeit für Bewegung“) und durch das Land Nordrhein-Westfalen (Ministerium für Kinder, Jugendliche, Familie, Gleichstellung, Flüchtlinge und Integration, MKJFGFI) gefördert. Alle Veranstaltungen konnten deshalb kostenlos angeboten werden.



Freuen sich auf die zahlreichen Angebote des Osterferienprogramms: (v. l.) Bürgermeister Werner Peitz, Lina Kemper, Lena Böhm (Projektmitarbeiterinnen KSB Paderborn), Anja Heiligers (Stadtsportverband Delbrück), Diethelm Krause (Präsident KSB Paderborn), Lorena Fischer (Integrationsbeauftragte der Stadt Delbrück) und Delbrücks Stadtsportverbandsvorsitzender Bernhard Hoppe-Biermeyer.

Ansprechpartnerin:

Lina Kemper

✉ lina.kemper@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-13

Eine große Lobby für Bewegungsförderung in Schloß Neuhaus

„Anerkannte Bewegungskindergärten“

Die Kindertageseinrichtungen Fasanenweg, Spielwiese und Kempers Hof sind jetzt Bewegungskindergärten.

Am Samstag, den **22. April** hat Diethelm Krause, Vorstandsmitglied des Landessportbundes NRW und Präsident des KreisSportBundes Paderborn, allen drei Einrichtungen bei einer großen Feierstunde das Gütesiegel „Anerkannter Bewegungskindergarten des Landessportbundes Nordrhein-Westfalens“ verliehen.

Um dieses Qualitätsmerkmal zu erfüllen, haben sich die Teams der Einrichtungen intensiv im Bereich der Bewegungsförderung weitergebildet und den Schwerpunkt in ihre Konzeption aufgenommen.

Neben der festen Verankerung von Bewegung, Spiel und Sport im Lebensraum Kita, wird darüber hinaus, durch die Kooperation mit einem ortsansässigen Sportverein, eine Struktur geschaffen, um Kinder für ein lebenslanges Sporttreiben zu motivieren. Für ihr Engagement und die Kooperation mit allen drei Einrichtungen erhielt der TSV Schloß Neuhaus die Anerkennung als „Kinderfreundlicher Sportverein“.



Ansprechpartnerin:

Carolin Emme

✉ carolin.emme@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-11

Erfolgreicher Start der begleiteten Spaziergänge in Borchen

„Gesunde Kommune“

Der erste begleitete Spaziergang in Borchen war ein voller Erfolg. Bei bestem Wetter haben sich viele interessierte Spaziergänger*innen vor dem Rathaus eingefunden. Auch die Spazierpatinnen und -paten waren voller Vorfreude und wählten für den Auftakt zwei unterschiedliche Routen aus, sodass für jede*n eine passende Strecke dabei war. Die seniorenfreundlichen Strecken variierten zwischen 2,0 und 3,6 km und waren sowohl mit dem Rollator als auch mit dem Rollstuhl zu meistern.

Spazierpate Wolfgang Künkler versprach allen Spaziergängerinnen und Spaziergängern: „Mit uns ist bei jedem Wetter zu rechnen, egal ob Regen oder Hagel, wir sind da! Die nächsten Male werden wir auch wieder neue Strecken vorbereiten, damit für jeden etwas dabei ist.“

Der nächste Spaziergang in Borchen findet am **03. Mai um 15:00 Uhr** statt. Ab dem **15. Mai** wird es jeden zweiten Montag im Monat um **16:30 Uhr** einen weiteren begleiteten Spaziergang geben.



Ansprechpartnerin:

Carina Moss

✉ carina.moss@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-01

STADTRADELN: Radeln für ein gutes Klima

„Kreis Paderborn“

Radfahren macht Spaß und hält fit. Wenn man dabei im Team radelt und sich mit anderen messen kann, bietet dies zusätzlich einen sportlichen Anreiz. Beim STADTRADELN können geradelte Kilometer einmal jährlich in einem Zeitraum von 21 Tagen dokumentiert und dadurch ein persönlicher Beitrag für mehr Radmobilität und Klimaschutz geleistet werden.

Die Aktion startet am **14. Mai** und endet am **03. Juni**. Teilnehmen können alle Personen, die im Kreis Paderborn arbeiten, einem Verein angehören oder eine Schule/Hochschule besuchen. Die Anmeldung für Radelnde ist ab sofort [hier](#) möglich. Danach losradeln und die Radkilometer online eintragen oder per STADTRADELN-App tracken.



Kreis Paderborn
14. Mai bis 3. Juni 2023

Jetzt registrieren und mitradeln!
stadtradeln.de



Ansprechpartner:

Lukas Schäfers

✉ lukas.schaefers@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-08

Begleitete Spaziergänge starten in Delbrück und Steinhorst

„Gesunde Kommune“

Der Seniorenbeirat der Stadt Delbrück macht sich gemeinsam mit dem Projektteam Gesunde Kommune auf den Weg die begleiteten Spaziergänge in Delbrück umzusetzen und mit den Menschen vor Ort in Bewegung zu kommen. Sie hoffen so, möglichst viele Menschen vor die Tür zu locken. Durch die begleiteten Spaziergänge kann z.B. der zunehmenden Vereinsamung älterer Menschen entgegengewirkt werden. Gleichzeitig ist der Spaziergang ein wertvoller Beitrag zur Gesundheitsförderung. Ob mit oder ohne Rollator oder Rollstuhl steht die gemeinsame Aktivität im Vordergrund. Die Wegstrecken werden von den Spazierpatinnen und -paten ausgewählt und mit der Gruppe der Teilnehmenden abgestimmt.

Am Donnerstag, den **25. Mai** starten die begleiteten Spaziergänge um **11:00 Uhr** in Steinhorst. Treffpunkt ist die Dorfplatzbank gegenüber des Dorfgemeindehauses. Am Freitag, den **26. Mai** starten die begleiteten Spaziergänge um **11:00 Uhr** in Delbrück. Treffpunkt ist die Bäckerei Benslips (Alter Markt 10). Im Anschluss daran finden die Spaziergänge in jeder zweiten und vierten Woche, an den o.g. Wochentagen in Steinhorst und Delbrück bei jedem Wetter statt.



Gemeinsam unterwegs: (v. l.) Carina Moss (KSB Paderborn), Hubert und Hilla Liekmeier, Friedel Beckmann, Ursula Barlen und Peter Teschner (Spazierpatinnen und -paten)

Ansprechpartnerin:

Carina Moss

✉ carina.moss@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-01

Prävention (sexualisierter) Gewalt im Sport - Referent*innen für VIBSS-Schulungsformate gesucht!

„KreisSportBund Paderborn“

Wie bereits im letzten Infobrief mitgeteilt, setzen sich zunehmend Vereine mit dem Thema Kinder- und Jugendschutz auseinander. Neben der Erstellung eines Schutzkonzeptes und einer ausführlichen vereinsinternen Auseinandersetzung mit dem Thema, ist die Sensibilisierung und Enttabuisierung des Themas im Verein ein wichtiger Bestandteil im Gesamtprozess. Im Rahmen von spezifischen Schulungsformaten, wie zum Beispiel einem „Kurz & Gut“-Seminar können Übungsleiter*innen, Ehrenamtliche oder auch Manager*innen eines Vereins von Referent*innen zu dem Umgang mit dem Thema im Verein geschult werden. Diese und weitere Formate für Vereine stellen einen enorm wichtigen Schritt in der Schaffung von Offenheit und Transparenz gegenüber dem sensiblen Thema „Prävention sexualisierter Gewalt“ dar. Um die Vereine bestmöglich zu sensibilisieren und bei einem ersten wichtigen Schritt in Richtung Kinder- und Jugendschutz zu begleiten, sind wir auf der Suche nach weiteren Interessierten, die sich für eine Referent*innentätigkeit zu dem wichtigen Thema autorisieren lassen wollen. Nach erfolgreicher Autorisierung und Freischaltung kannst du uns als Referent*in dabei unterstützen, die Vereine in das Themenfeld einzuführen und einen wichtigen Beitrag in der Präventionsarbeit zu leisten.

Die Schulung für angehende VIBSS-Referent*innen im Bereich „Prävention sexualisierter Gewalt“ findet am **07. Oktober** in Paderborn statt. Weitere Informationen dazu werden noch bekanntgegeben. Bei Fragen rund um die Referent*innentätigkeit, das Autorisierungsverfahren und die grundlegenden Rahmenbedingungen stehen wir jederzeit zur Verfügung.

Ansprechpartner*innen:

Josephine Rohmann und Lorenz Wettemann

✉ lorenz.wettemann@ksb-paderborn.de

✉ josephine.rohmann@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-07 | 05251 68330-09

Ausbildungen 2023

(Für weitere Details und die Anmeldung klicken Sie bitte auf die jeweilige Veranstaltung.)



Sporthelfer*in-Ausbildung

- 02.10.-04.10.2023 [Sporthelfer*in I](#)
11.10.-13.10.2023 [Sporthelfer*in II](#)

Übungsleiter C-Ausbildungen

- 09.06.-17.06.2023 [Übungsleiter-C Basismodul \(30 LE\)](#)
26.06.-07.07.2023 [Übungsleiter-C Aufbaumodul \(Profil: Kinder & Jugendliche\) \(90 LE\)](#)

06.10.-14.10.2023 [Übungsleiter-C Basismodul \(30 LE\)](#)
27.10.-16.12.2023 [Übungsleiter-C Aufbaumodul \(Profil: zielgruppenübergreifend\) \(90 LE\)](#)

Übungsleiter B-Ausbildungen

- 19.08.-20.08.2023 [Übungsleiter-B Basismodul \(15 LE\)](#)
02.09.-17.12.2023 [Übungsleiter B Aufbaumodul „Sport in der Rehabilitation, Profil: Orthopädie“](#)

Zertifikat für Bewegungsförderung in Verein und Kita

- 21.04.-17.06.2023 [Zertifikat für Bewegungsförderung in Verein und Kita \(60 LE\)](#)

Fortbildungen 2023

Übungsleiter C-Fortbildungen

- 06.05.2023 [Mal eben aus dem Nichts gezaubert \(8LE\)](#)
13.05.2023 [Aquafitness \(8 LE\)](#)
29.07.2023 [Auftreten vor Gruppen \(8 LE\)](#)
12.08.2023 [Mein Körper und ich - Spielerische Förderung der Körperwahrnehmung für Kinder \(Kiga und Grundschule\) \(8 LE\)](#)
16.09.2023 [Mal eben aus dem Nichts gezaubert \(8LE\)](#)
16.09.2023 [Faszien-Yoga \(8LE\)](#)
05.10.2023 [Öffentlichkeitsarbeit im Sportverein \(online\) \(4 LE\)](#)
21.10.2023 [Spiele mit Alltagsmaterialien \(für Kinder\) \(8 LE\)](#)
28.10.2023 [Mehr Ernährungskompetenz im Sport \(8 LE\)](#)
04.11.2023 [Body and Brain I \(8 LE\)](#)
12.11.2023 [Body and Brain II \(8 LE\)](#)

Fortbildungen 2023

Übungsleiter B-Fortbildungen Rehasport

06.05.2023	<u>Mobility (8 LE)</u>
17.06.2023	<u>Stuhlgymnastik (8 LE)</u>
14.10.2023	<u>Rückenschmerzen und Beckenboden, wie passt das zusammen? (8 LE)</u>
28.10.2023	<u>Training der oberen Extremitäten (4 LE)</u>
28.10.2023	<u>Training der unteren Extremitäten (4 LE)</u>
25.11.2023	<u>Füße, das Fundament auf dem wir stehen (8 LE)</u>
02.-03.12.2023	<u>Faszientraining im Rehasport (15 LE)</u>

Übungsleiter B-Fortbildungen Bewegungserziehung

20.05.2023	<u>Bewegung mit Alltags- und Naturmaterialien (8 LE)</u>
09.09.2023	<u>Ringern, Raufen, Kräfte messen (8 LE)</u>
30.09.2023	<u>Starke Kinder-Resilienzförderung (8 LE)</u>
26.11.2023	<u>Sprache und Bewegung (8 LE)</u>

Zur Verlängerung der Übungsleiter C-Lizenz können ebenfalls Fortbildung in der Lizenzstufe B belegt werden!