

Infobrief | Nr. 8 August 2024

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

Euer/Ihr KSB-Team

Termine

26. – 31.08.2024

30.08.2024

01.09.2024

16.09.2024

25.09.2024

Radreise entlang der Weser, Werra und Fulda

Wanderung auf dem Planetenweg

Start des FSJ-Bildungsjahres 2024/25

Gesundheitswerkstatt Bad Wünnenberg

Forumsveranstaltung Gesunde Kommune

„Resilienz in verschiedenen Lebensphasen“

Fördermöglichkeiten für Sportvereine

„Vereinsberatung“

Auch in diesem Jahr haben die Sportvereine wieder die Möglichkeit, zahlreiche Förderungen in Anspruch zu nehmen. Folgende Förderungen, für die Vereine in diesem Jahr noch Anträge stellen können sowie die dazugehörigen Fristen, sind möglich:

- Engagementpreis NRW 2025 (bis zum 30. September 2024)
- Inklusionsscheck NRW (bis zum 30. September 2024)
- Heimat-Scheck (bis zum 31. Oktober 2024)
- Ehrenamt gewinnen. Engagement stärken. Zivilgesellschaft stärken. (bis zum 31. Dezember 2024)
- 2.000 x 1.000

Die Antragsstellung für das Förderprogramm 2.000 x 1.000 wird derzeit vorbereitet. Eine Frist wurde vom Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales noch nicht veröffentlicht.

Weitere Informationen zu den Förderprogrammen und die Förderrichtlinien stellen wir auf unserer [Website](#) zur Verfügung.

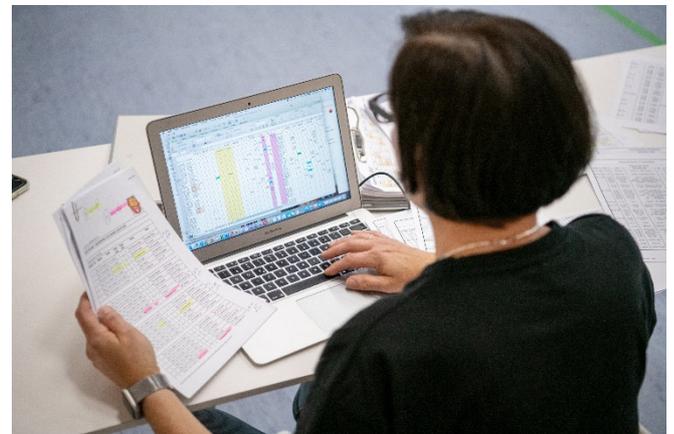


Foto: Mark Hermenau

Ansprechpartner:

Lukas Schäfers

✉ lukas.schaefers@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-08

Unterstützung für den KSB

„KreisSportBund Paderborn e.V.“

Mein Name ist Fabian Hypa. Seit Anfang Juni absolviere ich mein Pflichtpraktikum beim KSB Paderborn, das ein wesentlicher Bestandteil meines Studiengangs ist. Im Rahmen dieses Praktikums unterstütze ich die Bereiche "Gesunde Kommune" und "Sportjugend". Meine Aufgaben sind vielfältig und reichen von der Organisation von Veranstaltungen über die Betreuung von Projekten bis hin zur Kommunikation mit verschiedenen Interessengruppen.

In meiner Freizeit bin ich leidenschaftlich als Co-Trainer der zweiten Mannschaft des SV 21 Büren aktiv, wo ich nicht nur das Team unterstütze, sondern auch selbst mitspiele. Darüber hinaus begeistere ich mich für Calisthenics, eine Sportart, die perfekt zu meinem Outdoor-Training passt. Diese Aktivitäten kombiniere ich gerne mit langen Spaziergängen mit meinem Hund, was mir die perfekte Balance zwischen Sport und Entspannung bietet. Zusätzlich studiere ich Sportmanagement an der FHAM in Unna, was meine theoretischen Kenntnisse im Sportbereich vertieft und meine praktischen Erfahrungen beim KSB ideal ergänzt.



Foto: KSB Paderborn

Ansprechpartner:

Fabian Hypa

✉ fabian.hypa@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-11

Bewegungsfest in der Kita im Bewegungswerk

„Kita im Bewegungswerk“

Bei strahlendem Sonnenschein fand am **Samstag, den 20.07.2024** das Bewegungsfest der KiTa im Bewegungswerk in Delbrück statt. Die Familien hatten die Möglichkeit auf dem KiTa Gelände und der angrenzenden Wiese zehn Stationen zu unterschiedlichen Entwicklungsbereichen zu absolvieren. So konnten die Kinder mit Unterstützung ihrer Begleitung beispielsweise aus großen Bausteinen ein Traumhaus errichten, einen Einblick in die gesunde Ernährung anhand der Ernährungspyramide erhalten oder actionreich durch einen Ninja Warrior Parcours laufen, springen und klettern. Nach Beendigung aller zehn Stationen erhielten die Kinder das Kibaz (Kinderbewegungsabzeichen). Neben den Stationen gab es noch weitere Angebote wie eine Hüpfburg, Tischtennisplatten mit einem zugehörigem Schätzspiel (Wieviel Bälle befinden sich in der Säule) oder eine Slackline zum Balancieren von Baum zu Baum.

Das Team der KiTa im Bewegungswerk erfreute sich an der durchweg guten Stimmung bei allen Beteiligten und der großen Unterstützung seitens der Elternschaft. Das Bewegungsfest war ein gelungener Abschluss für das KiTa Jahr 2023/24.



Foto: KSB Paderborn

Ansprechpartnerin:

Ingrid Winzig und Thomas Elpers-Kröger

✉ ingrid.winzig@ksb-kita.de

✉ thomas.elpers-kroeger@ksb-kita.de

☎ 05250 97094-0

Noch kurzfristig Plätze frei! Fahrradtour entlang der Weser, Werra und Fulda

„Bildung“

Nach den erfolgreichen mehrtägigen Fahrradreisen der letzten Jahre bietet der KSB Paderborn auch in diesem Jahr eine sechstägige Radreise an. Vom **26. bis 31. August 2024** werden die Teilnehmenden von zwei erfahrenen Reiseleitern von Höxter-Godelheim über Hannover-Münden, Wanfried, Eisenach, Bad Hersfeld bis nach Melsungen entlang der Flüsse begleitet. In Eisenach werden die Teilnehmenden zwei Tage verweilen, um an einer geführten Stadtführung teilzunehmen.

Die Fahrradtour erstreckt sich über eine Strecke von 276 km und ist sowohl für E-Bikes als auch für normale Fahrräder geeignet. Im Preis enthalten sind fünf Übernachtungen mit Frühstück, Lunchpaketen, ein Kulturprogramm in Eisenach sowie die An- und Abreise per Bus und Bahn. Der Preis für ein Doppelzimmer beträgt 599 € und für ein Einzelzimmer 799 €.

Erleben Sie die Freude am gemeinsamen Radfahren in einer kleinen Gruppe von maximal 14 Teilnehmenden. Anmeldungen und weitere Informationen zur Reise und den Hotels finden Sie auf unserer Homepage www.ksb-paderborn.de oder kontaktieren Sie uns telefonisch 05251 68330-21 bzw. per E-Mail unter Jonas.Lohmann@ksb-paderborn.de.

Ansprechpartner:

Jonas Lohmann

✉ jonas.lohmann@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-21

Entdecke den Planetenweg: Erlebe faszinierende Wande- rungen durch das Universum

„Gesundheit“

Das Team der Gesunden Kommune lädt gemeinsam mit Hubert Hermelingmeier unter dem Motto „Körper und Geist wollen gestärkt sein“ zur nächsten Wanderung auf dem Planetenweg in Bad Lippspringe ein. Dieser gilt als einer der schönsten und abwechslungsreichsten Wege Deutschlands. Gemeinsam wird entlang der Planetenskulpturen gewandert. Zunächst durch die Innenstadt und später durch den Kurwald an der Strohte entlang. Der Weg führt dann weiter vorbei an der Thune zurück in den Arminiuspark. An jeder Planetenskulptur wird eine kleine Pause gemacht, die mit Erläuterungen zu dem jeweiligen Planeten gefüllt ist. Bei gutem Wetter kann die Himmelbeobachtung mit dem Teleskop eingebunden werden. Die Wanderung erstreckt sich über 6 km und dauert etwa 3 bis 3,5 Stunden. Mehrere Schutzhütten entlang des Weges bieten Möglichkeiten zum Picknick. Bei Bedarf bringen Sie etwas Verpflegung mit und achten Sie auf witterungsentsprechende Bekleidung und gutes Schuhwerk.

Der nächste Termin für die Wanderung auf dem Planetenweg ist **Freitag, den 30. August 2024 um 18:00 Uhr**. Der Treffpunkt befindet sich an der Sonne im Arminiuspark.

Weitere Infos finden Sie unter www.planetenweg-badlippspringe.de.

Bei weiteren Fragen und zur Anmeldung melden Sie sich gerne bei Carina Moss (05251 68330-01 oder gesunde-kommune@ksb-paderborn.de) oder bei Hubert Hermelingmeier (mail@planetarier.net).

Ansprechpartnerin:

Carina Moss

✉ gesunde-kommune@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-01

Startschuss für das neue Bildungsjahr im FSJ

„Sportjugend“

Auch dieses Jahr übernimmt der KreisSportBund Paderborn e.V. die Koordinierung des Freiwilligen Sozialen Jahres im Sport in den Kreisen Paderborn, Lippe und Höxter. Zentrales Startdatum des neuen Bildungsjahres ist der **01. September 2024** – für einige Freiwillige geht es aber bereits Anfang August los. In über 20 Einsatzstellen haben insgesamt 44 Freiwilligendienstleistende im Bildungsjahr 2024/25 die Möglichkeit, ihre ersten beruflichen Erfahrungen in der Sportwelt zu machen und sich für die Zukunft in Beruf, Studium oder Ehrenamt zu qualifizieren.

Mit dem Start des neuen Bildungsjahres endet das Bildungsjahr 2023/24. Aktuell befinden sich die Freiwilligen in den letzten Zügen ihres Freiwilligendienstes in Einsatzstellen in den Kreisen Paderborn und Lippe. Insgesamt absolvierten 44 Freiwillige ihren Dienst und erhielten Einblick in das Berufsfeld Sport sowie in die Kinder- und Jugendarbeit in Sportvereinen, -bünden und -verbänden. Auch dieses Jahr bedanken wir uns bei den Freiwilligen und den Vereinen für ihr Engagement und wünschen für die Zukunft alles Gute!

Weitere Informationen zu den Freiwilligendiensten im Sport finden sie auf unserer [Homepage](#).



Foto: Andrea Bowinkelmann

Ansprechpartnerin:

Josephine Rohmann

✉ josephine.rohmann@ksb-paderborn.de

☎ 05250 97094-07

Gesundheitswerkstatt in Bad Wünnenberg

„Gesundheit“

Das Projektteam „Gesunde Kommune“ lädt zu der ersten Gesundheitswerkstatt in Bad Wünnenberg ein. Unter dem Motto „Gesundheitsaufbauen“ soll gemeinsam mit interessierten Bürger*innen und Akteur*innen herausgefunden werden, was die Menschen in Bad Wünnenberg benötigen, um gesund zu leben.

Dabei stehen besonders Kinder im Alter von 0 bis 6 Jahren und Erwachsene ab 55 Jahren im Fokus. Als Grundlage für den gemeinsamen Austausch dienen die Ergebnisse der Bürgerbefragung, die im April durchgeführt wurde. Diese werden bei der Gesundheitswerkstatt erstmalig präsentiert. Anschließend folgt die Vorstellung der Projektschritte und die gemeinsame Erarbeitung von Maßnahmen für die beiden Zielgruppen.

Das Projektteam lädt alle Interessierten **am Montag, den 16. September 2024 von 18:00 bis 19:30 Uhr** zu der ersten Gesundheitswerkstatt im Spanckenhof (Leiberger Straße 10, 33181 Bad Wünnenberg) ein.

Das Projektteam „Gesunde Kommune“ freut sich auf einen informativen und interessanten Austausch!



GesundeKommune ist ein gemeinsames Projekt des Kreises Paderborn, des KreisSportBundes Paderborn e.V. und der Techniker Krankenkasse.

Ansprechpartnerin:

Carina Moss

✉ gesunde-kommune@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-01

Forumsveranstaltung Gesunde Kommune in Paderborn – „Resilienz in verschiedenen Lebensphasen“

„Gesundheit“

Die Fähigkeit, Krisen schnell verarbeiten zu können, ist in der heutigen, schnelllebigen Zeit essenziell. Sie ist von einem ständigen Wandel und unvorhersehbaren Ereignissen geprägt. Resilienz stellt dabei einen entscheidenden Faktor dar, durch welchen die Bewältigung von belastenden Situationen und die Reduzierung von Stress erfolgen kann. Studien zeigen, dass eine hoch ausgeprägte Resilienz das Risiko für eine depressive Symptomatik verringern kann. Da die Zahlen von Betroffenen immer weiter ansteigen, soll die Forumsveranstaltung als Präventionsmaßnahme gegen bspw. seelische Beeinträchtigungen dienen.

Im Rahmen einer Zusammenarbeit zwischen dem Projekt „Gesunde Kommune“, dem Institut für Forschung und Transfer in Kindheit und Familie (foki) und der Katholischen Hochschule Nordrhein-Westfalen (katho) wird die Forumsveranstaltung „Gesunde Kommune: Resilienz in verschiedenen Lebensphasen“ **am Mittwoch, den 25. September 2024 von 17:00 bis 19:00 Uhr** in den Räumlichkeiten der katho nrw, Leostraße 19, 33098 Paderborn durchgeführt.

Mit der geplanten Veranstaltung werden Akteur*innen und interessierte Bürger*innen durch fachliche Kurzvorträge für das Thema „Resilienz“ sensibilisiert. Den Teilnehmenden sollen Denkansätze und Strategien zur Resilienzstärkung vermittelt werden. Darüber hinaus erhalten lokale Anbieter*innen die Möglichkeit in den Austausch zu gehen und ihre Angebote sichtbar zu machen.

Weitere Informationen zu dem Programm und der Anmeldung findest du zeitnah auf unserer Homepage. Bei weiteren Fragen melde dich entweder per Mail an gesunde-kommune@ksb-paderborn.de oder telefonisch unter 05251 6833001.

Ansprechpartnerin:

Carina Moss

✉ gesunde-kommune@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-01

Ausbildungen 2024

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

- 14.10.-16.10.2024 [Sporthelfer I \(30 LE\)](#)
- 23.10.-25.10.2024 [Sporthelfer II \(30 LE\)](#)

Übungsleiter C-Ausbildungen

- 04.10.-12.10.2024 [Übungsleiter-C Basismodul \(30 LE\)](#)
- 08.11.-14.12.2024 [Übungsleiter-C Aufbaumodul \(Profil: zielgruppenübergreifend\) \(90 LE\)](#)
- 23.11.2024 [Netzwerk Faszien in Verbindung mit Yogaübungen\(8 LE\)](#)

Fortbildungen 2024

Übungsleiter C-Fortbildungen

- 21.09.2024 [Wassergewöhnung und Anfängerschwimmen \(8 LE\)](#)
- 28.09.2024 [Starke Stimme – starker Auftritt \(Auftreten vor Gruppen\) \(8 LE\)](#)
- 12.10.2024 [Mein Körper und ich – spielerische Förderung der Körperwahrnehmung \(Kiga und Grundschule\) \(8 LE\)](#)
- 09.11.2024 [Body and Brain \(8 LE\)](#)
- 07.09.2024 [Resilienz im Alltag \(8 LE\)](#)
- 16.11.2024 [Mehr Ernährungskompetenz im Sport \(8 LE\)](#)
- 23.11.2024 [Netzwerk Faszien in Verbindung mit Yogaübungen \(8 LE\)](#)

Übungsleiter B-Fortbildungen Rehasport

- 05.10.2024 [Beweglichkeits- und Mobilitytraining \(8 LE\)](#)
- 30.11.2024 [Beckenboden und Wirbelsäulengymnastik – schließt sich das aus? \(8 LE\)](#)
- 07.12.2024 [Faszientraining \(im Rehasport\) \(8 LE\)](#)
- 14.12.2024 [Stuhlgymnastik \(...nicht nur für Senioren\) \(8 LE\)](#)

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