

WIR IM SPORT

Magazin des Landessportbundes NRW | Ausgabe 08.2022 | Isb.nrw

INTERVIEW MIT
MINISTERPRÄSIDENT
HENDRIK WÜST



„SPORT: GERADE JETZT!“

LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



”

**NIRGENDWO
KÖNNEN WIR
SELBSTBESTIMMT
SO VIEL FÜR
KINDER UND
JUGENDLICHE
ERREICHEN WIE
IM SPORT**

AUS DER WEIHNACHTSBOTSCHAFT
DES LANDESPORTBUNDES

📄 Siehe Seite 5

“



FELIX AWARD

Michael Schulte, Singer/Songwriter, sorgte mit seiner Band für das musikalische Highlight.

📄 AB SEITE 18



Ungebrochene Begeisterung

THEO DÜTTMANN
GESCHÄFTSFÜHRENDE
REDAKTEUR DER „WIR IM SPORT“

„Only bad news are good news.“ Dieser berühmte Satz, dass Negativmeldungen die Auflage stärken, hat nichts an Kraft eingebüßt. So meldet der Städte- und Gemeindeverbund NRW, dass wieder vermehrt Sporthallen als Unterkünfte für Geflüchtete genutzt werden (👉 [go.lsb.nrw/wdr-nachrichten](#)). Und der LSB-Vorstandsvorsitzende Dr. Christoph Niessen zeigt im WDR-Interview auf, wie die Sportvereine unter der Energiekrise leiden (👉 [go.lsb.nrw/wdr-mediathek](#)). Man könnte also sagen: Tolle Sache für die Medien. Es mag so sein, allerdings sind diese Entwicklungen für den Sport alles andere als erfreulich.

Doch: „Warum ist der Sport gerade in dieser Zeit besonders wichtig?“ Mit dieser Frage hat die „Wir im Sport“-Redaktion den Autoren Michael Stephan auf Recherche geschickt. Bei seinen vielen Gesprächen ergab sich ein eindeutiges Bild: Die Begeisterung für den Sport ist ungebrochen. (siehe ab Seite 10)

Dass die Politik das ähnlich sieht, belegt ein Interview mit NRW-Ministerpräsident Hendrik Wüst (siehe Seite 8/9). Wüst betont die Bedeutung von Ehrenamt und Sport und unterstreicht den Willen der Landesregierung, dem organisierten Sport weiterhin – auch finanziell – tatkräftig zur Seite zu stehen.

So können wir uns trotz der vielen Krisen immer wieder auch über „Good News“ freuen und mit Zuversicht ins kommende Jahr gehen. Die Redaktion wünscht Ihnen eine Frohe Weihnachtszeit und einen Guten Rutsch!

- 5 **Weihnachtsbotschaft** // Sportvereine sind und bleiben wertvoll
- 6 **Kurz notiert**
- 8 **Interview** // Hendrik Wüst, Ministerpräsident von Nordrhein-Westfalen
- 10 **Titel** // Sport: Gerade jetzt!
- 17 **Interview** // Prof. Dr. Jens Kleinert, Leiter der Abteilung Gesundheit & Sozialpsychologie am Psychologischen Institut der Deutschen Sporthochschule Köln, Arzt, Trainer und Dipl. Sportlehrer
- 18 **Felix** // Die Besten im Westen



- 22 **Rückblick #SPORTEHRENAMT** // Alle sehen: Sport geht nur mit Ehrenamt
- 25 **Vereinssport** // Große Familien in Bewegung
- 28 **WestLotto Toptalente NRW** // Antonia von der Recke, Rennreiterin
- 29 **Sportmedizin** // Sport mit Gelenkersatz
- 30 **Gesundheit durch Bewegung** // Fit in Wattenscheid
- 33 **Aus dem Netz gefischt** // Digitalisierung im Sportverein
- 34 **Lesenswert**
- 39 **Zur Sache** // Dr.Christoph Niessen über Wert und Werte des Sports
- 39 **Impressum**

Unsere Förderer und Wirtschaftspartner



Keine Vorsorge ist auch keine Lösung.

Nutzen Sie die Vorsorgeangebote der AOK.

Mehr erfahren auf aok.de

Deutschland, wir müssen über Gesundheit reden.

AOK. Die Gesundheitskasse.



Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,

2022 haben der Landessportbund NRW, aber auch einige Sportbünde und Fachverbände in NRW, ihren 75. Geburtstag gefeiert. Aber zum Feiern war wohl niemand so richtig zumute. Denn der Ukrainekrieg und seine Folgen haben Vieles verändert, auch im Vereinssport. Ehrenamtliche Mitarbeiter*innen haben sich zurückgezogen. Viele Vereine knabbern noch an den finanziellen Folgen der Pandemiejahre 2020/2021. Und nun werden sie zusätzlich von massiven finanziellen Belastungen durch die Energiekrise gebeutelt.

Aber der Vereinssport hat 2022 auch erneut bewiesen, dass er mit Krisen umzugehen weiß. Sportvereine waren einmal mehr mit bei den ersten, die sich um die Flüchtlinge aus der Ukraine gekümmert haben. Für viele Flüchtlinge sind Sportvereine in unserem Land zu den Orten geworden, an denen sie endlich wieder ein Stück Normalität, Miteinander und Unbeschwertheit finden. Leistungssportler*innen aus NRW haben auch 2022 große sportliche Erfolge errungen, zum Beispiel bei den Olympischen und Paralympischen Winterspielen in Tokio. Sportvereine haben in der Energiekrise von sich aus Sparvorschläge erarbeitet und umgesetzt. Sie leisten damit einen Beitrag dazu, dass keine Gasmangellage entsteht. Dafür brauchen sie keine Aufforderung der Politik und keine Vorschriften der Behörden. Denn sie wissen, wie man spart. Mangelnde finanzielle Mittel werden sehr häufig mit hohem freiwilligen Engagement kompensiert..

Klar ist, dass das angesichts des Ausmaßes der Krise nicht ausreichen wird. In zähem Ringen ist es gelungen, die Sportvereine mit in den Wirkungsbereich der Gas- und Strompreislöscher zu bekommen. Und der Ministerpräsident von NRW hat mehrfach zugesagt, Sportvereine auch bei einem zusätzlichen Rettungsschirm des Landes zu berücksichtigen. Wir sagen: Sobald der Landeshaushalt 2023 Ende Dezember verabschiedet ist, muss das innerhalb weniger Wochen konkretisiert werden. Denn trotz der Preisbremsen werden viele Vereine sonst ihre Rechnungen nicht mehr bezahlen können.

Sportvereine sind und bleiben wertvoll. Eine Studie der ARD hat es kürzlich gezeigt: Keiner anderen Institution wird so viel Bedeutung für den Zusammenhalt der Menschen zugeschrieben wie den Vereinen. Und wir möchten ergänzen: Nirgendwo können wir selbstbestimmt so viel für Kinder und Jugendliche erreichen wie im Sport. Das alles machen Sie mit Ihrem Engagement in Sportvereinen, -bünden und -verbänden möglich. Dafür ein herzliches Dankeschön!

**Wir wünschen Ihnen und Ihren Familien eine friedliche
Weihnachtszeit und für das Jahr 2023 alles erdenklich Gute!**

Ihr

Stefan Klett
Präsident

Ihr

Dr. Christoph Niessen
Vorstandsvorsitzender

BESTANDSERHEBUNG 2023



DEADLINE: 28. FEBRUAR

Ab sofort können die Vereine ihre Mitgliederzahlen zum 1. Januar 2023 online an den Landessportbund NRW melden. Die Erfassung der Daten ist bis zum 28. Februar 2023 möglich und Voraussetzung, wenn der Verein Fördermittel (z.B. Zuschüsse für Übungsleiter*innen) beantragen möchte.

Vereine, die eine Vereinsverwaltungssoftware mit passender Schnittstellenfunktion nutzen, können sich die Arbeit erleichtern. Welche Software über die passende Schnittstelle verfügt sowie alle weiteren Infos rund um das Thema „Bestandserhebung“ finden Sie auf unserer Webseite: [👉 lsb.nrw](https://www.lsb.nrw)

ONLINE-BESTANDSERHEBUNG

[👉 lsb-nrw-service.de/bsd](https://www.lsb-nrw-service.de/bsd)

INFOS ZUR BESTANDSERHEBUNG & VEREINSVERWALTUNGSSOFTWARE

[👉 go.lsb.nrw/bestandserhebung2023](https://www.go.lsb.nrw/bestandserhebung2023)

DOSB-MITGLIEDERVERSAMMLUNG

JENS-PETER NETTEKOVEN IM PRÄSIDIUM

Auf der Mitgliederversammlung des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) am 3. Dezember in Baden-Baden wurde der Remscheider Jens-Peter Nettekoven (Foto) als DOSB-Vizepräsident ins neue Präsidium gewählt. Der 44-Jährige ist Sportpolitischer Sprecher der CDU im Landtag und wird in Zukunft – neben seinen Aufgaben auf Bundesebene – sicherlich auch immer die Farben des Sportlandes NRW im Blick haben.



Foto: Andrea Bowinkelmann

Weitere Personalie: Der 61-jährige Michael Scharf, LSB-Direktor Leistungssport, wurde für seine jahrzehntelangen Verdienste insbesondere um den Spitzensport mit der Ehrennadel des Dachverbandes ausgezeichnet.

Die Versammlung befürwortete einstimmig einen Beschluss zu einem Strategieprozess für eine mögliche Bewerbung um Olympische und Paralympische Spiele. In einer ersten Etappe im kommenden Jahr soll eine bundesweite Reihe von Diskussionsforen stattfinden. Verabschiedet wurde auch eine Resolution, die Sport als geschützten Raum definiert, in dem vor allem Kinder und Jugendliche einen sicheren Platz haben: [👉 go.lsb.nrw/resolution-schutz-vor-gewalt-im-sport](https://www.go.lsb.nrw/resolution-schutz-vor-gewalt-im-sport)

WEITERE INFOS:

[👉 go.lsb.nrw/dosb-mv-bericht](https://www.go.lsb.nrw/dosb-mv-bericht)

LANDESPROGRAMM

NRW KANN SCHWIMMEN!

2022 MIT GUTEM ERGEBNIS

Das Landesprogramm erzielte in diesem Jahr das zweitbeste Ergebnis seit seinem Beginn vor 12 Jahren. Die schwimmsporttreibenden Verbände (Schwimmverband NRW, die DLRG-Landesverbände, DRK Wasserwacht), konnten trotz der widrigen Umstände in diesem Jahr in den Oster-, Sommer- und Herbstferien an

43

STANDORTEN

730

SCHWIMMKURSE

FÜR RUND

5.800

SCHÜLER*INNEN

der ersten bis sechsten Klasse durchführen (2021: 6.800 Schüler*innen). Die Träger von „NRW kann schwimmen!“ – unter anderem der Landessportbund NRW und die AOK – haben beschlossen, das Programm auch nach 2023 weiter zu finanzieren.

DR. HEIDI SCHEFFEL: ERSTE QUEER-BEAUFTRAGTE

Der Landessportbund NRW hat zum ersten Mal in seiner Geschichte eine Queer-Beauftragte benannt, die sich für die Belange von Schwulen, Lesben, Bisexuellen, trans*, inter*, und queeren Menschen (LSBTIQ*) einsetzt. Das wichtige Amt übernimmt Dr. Heidi Scheffel, die den LSB u.a. in der Umsetzung der Bremer Erklärung ([👉 go.lsb.nrw/smk-bremer-erklaerung](https://go.lsb.nrw/smk-bremer-erklaerung)) oder dem Bundes-Aktionsplan „Queer leben“ ([👉 go.lsb.nrw/aktionsplan-queer-leben](https://go.lsb.nrw/aktionsplan-queer-leben)) in den kommenden Jahren beraten wird. Die ehemalige Schulleiterin engagiert sich bereits seit den 70-er Jahren frauen-, sport- und bildungspolitisch. Als langjähriges Mitglied in unterschiedlichen LSB-Arbeitsgruppen ist Dr. Heidi Scheffel beim LSB und im Themenbereich keine Unbekannte.

„Ich freue mich auf die neue Aufgabe. Mit der Benennung zeigt der LSB, dass ihm Vielfalt am Herzen liegt. Der LSB setzt damit ein Zeichen gegen Diskriminierung und für die Teilhabe aller Menschen im Sport. Wissenschaftliche Untersuchungen und persönliche Erfahrungen zeigen, dass der Alltag im Sport leider weder diskriminierungs- noch barrierefrei ist und queere Menschen vom Sport nicht selten ausgeschlossen bleiben. Dies wollen wir ändern. Denn ein vielfältiger und bunter Sport ist für alle ein Zugewinn“, so Dr. Heidi Scheffel.



Foto: Andrea Bowinkelmann

Dr. Heidi Scheffel: „Zeichen gegen Diskriminierung“

UNTERKÜNFTE FÜR GEFLÜCHTETE

SPORTHALLEN WERDEN WIEDER VERMEHRT GENUTZT



Foto: pa / ZB | TINO PLUNERT

Sporthallen oder ähnliche Einrichtungen (z.B. Schulgebäude, Tennishallen, Bürgersäle) werden wieder vermehrt genutzt, um Geflüchtete aufnehmen zu können. Das belegt eine Umfrage des Städte- und Gemeindebundes NRW.

„Unsere Umfrage aus dem November 2022 zeigt schlaglichtartig den Ernst der Lage auf“, sagte Dr. Eckhard Ruthemeyer, Präsident des Bundes anlässlich der Veröffentlichung der Ergebnisse. „57 Prozent unserer 361 Mitgliedskommunen haben sich daran beteiligt. Jede Zweite geht davon aus, dass sie in den kommenden drei Monaten eine erste oder gar weitere Turnhallen* aktivieren muss, wenn die Zahlen auf dem aktuellen Niveau bleiben.“ Derzeit nutzen bereits 45 Kommunen der teilnehmenden Kommunen diese Gebäude als Unterkünfte. „Das Thema Turnhalle* ist sicherlich ein Thema, weil die Schulen und die Sportvereine unter der Coronazeit sehr gelitten haben“, so Ruthemeyer in einem Interview mit dem WDR-Magazin „Westpol“. Man habe versucht, diese als Allerletztes in Anspruch zu nehmen. Doch den Kommunen bliebe keine andere Wahl.

WEITERE INFOS:

- 👉 go.lsb.nrw/presse-kommunenrw
- 👉 go.lsb.nrw/wdr-nachrichten

*Originalzitat „Turnhallen“. Gemeint sind „Sporthallen“.

„HERAUSRAGENDE BEDEUTUNG VON SPORT UND EHRENAMT“

INTERVIEW MIT DEM NORDRHEIN-WESTFÄLISCHEN MINISTERPRÄSIDENTEN HENDRIK WÜST

Nach der Landtagswahl im Mai haben Sie den Sport erneut in der Staatskanzlei angesiedelt und sind damit auch „Sportminister“. Was war der Grund dafür?

Sport und Ehrenamt haben eine herausragende Bedeutung für unser soziales Miteinander. Diese besondere gesellschaftliche Bedeutung unterstreichen wir mit der Ansiedelung des Themas in der Staatskanzlei. Wir wollen den Sport noch besser dabei unterstützen, seine wertvollen sozialen Leistungen zu erbringen und dafür die Sportförderung des Landes weiterentwickeln.

Wie viel Sport können Sie als Ministerpräsident eigentlich selbst noch treiben?

Weniger als ich es eigentlich gerne tun würde. Aber wenn es mein Kalender zulässt, nutze ich jede Chance, um mich zu bewegen und raus an die Luft zu kommen – gerne auf dem Fahrrad oder mit meiner Tochter durch den Wald.

Die Regierungsfractionen haben sich im Koalitionsvertrag hohe Ziele für die Sportpolitik bis 2027 gesetzt, unter anderem mit einer ressortübergreifenden Bewegungsoffensive für Kinder und Jugendliche. Welche Ziele sind Ihnen persönlich besonders wichtig?

Guter Sport braucht qualifizierte Übungsleiterinnen und Übungsleiter, engagierte Mitglieder, eine gute Vereinsführung und moderne Sportanlagen. Nur so können Sportvereine gute Angebote machen, die Grundlage sind für unser zentrales Ziel, allen Menschen in Nordrhein-Westfalen ein körperlich aktives Leben zu ermöglichen. Dabei ist mir eine Zielgruppe besonders wichtig: Kinder und Jugendliche. Sie wurden von der Pandemie besonders

hart getroffen und bedürfen besonderer Unterstützung. Wir wenden uns mit unserer Bewegungsoffensive gezielt an sie, denn Sport und Bewegung gehören zur ganzheitlichen Entwicklung von Kindern und Jugendlichen wie Lesen und Musizieren..

Die durch den Ukrainekrieg ausgelöste Energiekrise trifft auch die Sportvereine in NRW hart. Was unternimmt die Landesregierung, um ihnen zu helfen?

Zusätzlich zum Entlastungspaket III haben wir in Nordrhein-Westfalen dem Landtag den Entwurf eines landeseigenen Hilfspaketes vorgelegt. Mit diesem wollen wir 3,5 Milliarden Euro für diejenigen bereitstellen, die trotz der Preisbremsen zusätzliche Hilfen benötigen – insbesondere für Sportvereine oder etwa Einrichtungen für Kinder. Wir wollen diese Orte der sozialen Teilhabe über den Winter offenhalten.

Die Corona-Pandemie hat viele Menschen erschöpft. Das hat auch zu einem Rückzug aus Ehrenämtern und freiwilliger Arbeit in Vereinen geführt, nicht nur im Sport. Wie können Politik und Verbände dem aus Ihrer Sicht entgegenwirken?

Die Engagementbereitschaft der Menschen in Nordrhein-Westfalen ist weiterhin sehr hoch. Ich nehme die jungen Generationen als sehr interessiert und gesellschaftlich engagiert wahr. Gleichwohl stellen wir fest, dass die hohe Nachfrage nach Sportangeboten derzeit nicht gedeckt werden kann, weil es an Übungsleiterinnen und Übungsleitern mangelt. Zu den noch immer wirkenden Belastungen der Pandemie kommen Arbeitsmarkteffekte hinzu. Wir wollen daher die Förderung der Übungsarbeit



LSB-Präsident Stefan Klett und Ministerpräsident Hendrik Wüst im direkten Austausch für den organisierten Sport in NRW

und des Ehrenamts im Sport um eine Übungsleiteroffensive ergänzen. Im Kern wird es um eine Stärkung der Aus- und Fortbildung von Übungsleitern und um die gezielte Ansprache engagementwilliger Menschen gehen.

Leistungssport spielt in NRW eine große Rolle, es gibt zahlreiche Bundesligisten, viele Top-Sportlerinnen und Sportler und regelmäßig nationale und internationale Wettkämpfe in unterschiedlichen Städten. Wie sehen Sie die Rolle des Leistungssports in der heutigen Zeit?

Leistungssport ist integraler Bestandteil unserer Kultur. Er fesselt und begeistert uns, stiftet Identität und spornt an, selbst aktiv zu werden. Wir planen unsere Freizeit rund um den Leistungssport, gehen zusammen ins Stadion, verfolgen Events gemeinsam im Fernsehen. Leistungssportler und Leistungssportlerinnen motivieren uns, selbst aktiv zu werden und ihnen nachzueifern. Sie sind für viele Nachwuchssportler Idole und nehmen mit Blick auf Wertevermittlung eine wichtige Vorbildrolle ein.

Sportvereine benötigen zeitgemäße vereinseigene Anlagen und intakte öffentliche Sportstätten. Aber ein großer Teil der Sportstätten ist sanierungsbedürftig. Die letzte Landesregierung hat mit einem Förderprogramm für vereinseigene Sportstätten im Umfang von 300 Millionen Euro einen starken Impuls gesetzt, um den Sanierungsstau abzubauen. Werden Sie dieses Programm trotz aller Krisen fortsetzen?

Moderne Sportanlagen und attraktive Bewegungsräume sind Grundlage für ein aktives Leben. Mit „Moderne Sportstätte 2022“ haben wir einen wichtigen Schritt unternommen, landesweit unzählige Modernisierungsmaßnahmen angeregt und Vereine unterstützt. Dennoch besteht weiterer Handlungsbedarf. Daher wollen wir das Programm in dieser Legislaturperiode evaluieren und fortschreiben. Ziel ist eine zukunftssichere, wirtschaftlich und ökologisch nachhaltige Sportstätteninfrastruktur für Nordrhein-Westfalen.



SPORT: GERADE JETZT! Die Zeiten, in denen Sport nicht nur die größte Selbstverständlichkeit der Welt war, sondern auch die schönste Nebensache: Sie sind vorbei. Irgendetwas ist anders – die Leichtigkeit scheint verloren. Erst kam Corona, dann Krieg und Energiekrise. Sporttreiben ist plötzlich ein schützenswertes Gut geworden, für das



man aktiv eintreten, sich politisch einsetzen muss. Dabei ist er in diesen Zeiten wichtiger denn je. Er schafft Gemeinschaft und ist ein Mittel gegen Vereinsamung. Er bringt Ausgleich zu Sorgen, integriert, dient der Gesundheit. Und: Er basiert nicht auf dem Recht des Stärkeren, sondern auf Regeln und Respekt. Zeit, sich diese Qualitäten noch einmal vor Augen zu führen.

Wie könnte eine Sportstätte für Kinder fröhlicher heißen als nach Astrid Lindgren. Die Schöpferin von Pipi Langstrumpf ist die Namensgeberin einer Schulsporthalle in Essen, in der Heike Gessner Eltern-Kind-Turnen anbietet. Die stellvertretende Vorsitzende der MTG Horst ist in ihrem Verein für den Kinder- und Jugendsport zuständig. Dennoch dürfte es nicht Pipi Langstrumpf sein, die bei der MTG für volle Kurse sorgt. Es gibt ein Nachholbedürfnis. „Die Nachfrage ist so riesig, dass wir Warteliste von über einem Jahr haben“, sagt sie, „obwohl ich zwei zusätzliche Gruppen geöffnet habe.“ In der Tat kehren die Menschen wieder vermehrt in die Vereine zurück, wie der DOSB feststellt*. Auch ein klares Signal: Übungsleitungen, die durch die Lockdowns aufgehört haben, werden schmerzlich vermisst, Schwimmkurse sind überbucht...

Während sich laut Weltgesundheitsorganisation WHO eine halbe Milliarde Menschen zu wenig bewegt**, ist dies die positive Nachricht: Menschen wollen Sport treiben, brauchen ihn, weil sie wissen, wie gut er ihnen tut. Für Kinder und Jugendliche ist er geradezu unverzichtbar. „Die Eltern berichten, wie belastend sich die Lockdowns auf die Gemütslage der Kinder auswirken, dass sie sich bewegen wollen und ausgebremst wurden“, berichtet Gessner.

Die Einsicht über die Bedeutung des Sports scheint sich im gesellschaftlichen und politischen Bewusstsein aber nach wie vor schleppend durchzusetzen.



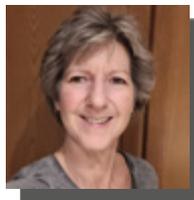
„Leider müssen 99 Prozent des Vereinssports ständig dafür kämpfen, dass ihre Leistungen politisch und medial überhaupt gesehen werden“

konstatiert Dr. Christoph Niessen, Vorstandsvorsitzender des LSB. Seine Diagnose: „Der Breitensport wird noch zu häufig als »nettes« Betätigungsfeld wahrgenommen und nicht als das, was er wirklich ist: ein elementarer Beitrag zur Bildung von Kindern und Jugendlichen, zur Gesunderhaltung und zum lebenswerten Miteinander.“

* dosb.de/sonderseiten/news/news-detail/news/umfrage-herausfordernde-laage-der-sportvereine

** Deutschland schneidet überdurchschnittlich schlecht ab: 44 Prozent der Frauen und 40 Prozent der Männer über 18 müssten aktiver werden, so die WHO. Besonders beunruhigend sei es bei den Jugendlichen in Deutschland: 88 Prozent der Mädchen und 80 Prozent der Jungen bewegen sich zu wenig. (Quelle: Tagesschau.de)

Foto Privat



”

Sport ist gerade jetzt wichtig, weil sich die Kinder auslasten wollen. Sie haben viel nachzuholen. Jetzt können sie sich wieder ausprobieren, sich mit anderen vergleichen und Selbstvertrauen tanken. Die Bewegung fördert ihre koordinativen Fähigkeiten und die körperliche Selbsteinschätzung, die sichtlich gelitten haben. Das macht auch ihren Kopf frei für Konzentration, Koordination und sich in Ruhe einer Sache zuwenden zu können.

HEIKE GESSNER // Stellv. Vorsitzende der MTG Horst und für den Kinder- und Jugendsport zuständig

Kinder und Jugendliche messen sich gerne und brauchen den persönlichen Kontakt zu Gleichaltrigen



„Unter den Neudiagnosen nach Corona gab es 54 Prozent mehr Essstörungen und 24 Prozent mehr Angststörungen bei Mädchen zwischen 15 und 17 Jahren, 23 Prozent mehr Depressionen bei 10- bis 14-jährigen Mädchen und 15 Prozent mehr Adipositas-Fälle bei Jungen zwischen 15 und 17 Jahren“

Laut einer Erhebung der Krankenkasse DAK (Quelle: ntv.de)

Besonders beunruhigend sei es bei den Jugendlichen in Deutschland: 88 Prozent der Mädchen und 80 Prozent der Jungen bewegen sich zu wenig“

(Quelle: Tagesschau.de)

Immerhin gibt es zarte Hoffnung. Gerade kürzlich zeigte eine Umfrage des Meinungsforschungsinstituts Infratest dimap im Auftrag der ARD, dass Sportvereine zu den wichtigsten Institutionen für das Wir-Gefühl in Deutschland zählen (das meinten 76 Prozent der Befragten). Weit vor Schulen und Bildungseinrichtungen (56 Prozent) oder der Politik (28 Prozent). Ein deutliches Signal, angesichts der Tatsache, dass rund zwei Drittel der Befragten den Zusammenhalt insgesamt für schlecht halten! Dass Sportvereine dabei nicht nur Orte des sozialen Miteinanders sind, sondern auch Schule für demokratische Diskussion, Persönlichkeitsentwicklung und Verantwortungsübernahme, wird leider nicht erwähnt!

SPORTVEREINE FÖRDERN „WIR-GEFÜHL“

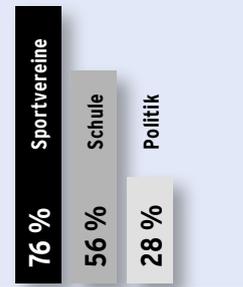
So weiß Julia Bay gerade einmal 15 Jahre alt, genau, was sie an ihrem Vereinsleben hat. Sie engagiert sich

ehrenamtlich im J-Team des BudoClubs Leverkusen: „Es macht Spaß, mit anderen zusammen etwas zu organisieren, das wir nur unter uns Teenagern besprechen. Dass wir unsere eigenen Ideen einbringen, zum Beispiel für Kinder oder Trainingsfahrten.“ Julia ist eine von vielen jungen Menschen, die in den mehr als 500 J-Teams von Vereinen, Bündeln und Verbänden in NRW, die in den vergangenen Jahren entstanden, Rüstzeug für ihre Entwicklung erwerben. „Man lernt Selbstständigkeit und Arbeiten in einer Gruppe“, sagt sie, „das kann man im späteren Leben gut brauchen.“

Ehrenamtlicher Einsatz gehört auch zum Leben von Kristine Fassnacht. Die 29-Jährige ist Geschäftsführerin in der Eissportabteilung des Königsborner SV. Sie liebt ihren Sport: „Das Zusammenspiel von Ästhetik, Beweglichkeit und Kraft hat mich gepackt und diese Leidenschaft mit anderen zu teilen, verbindet“, stellt sie fest. Eissporthallen gelten ebenso wie Schwimmbäder als Sportstätten

DAS WIR-GEFÜHL

Sportvereine zählen zu den wichtigsten Institutionen für das Wir-Gefühl in Deutschland





Johannes Voellm
ist passionierter Mountainbiker:
„Ich kriege den Kopf frei, bin
eigentlich nie schlechter Laune.“
Der Reeser nimmt sich auf dem
Bike seine tägliche Auszeit,
ist besonders gerne auf den Halden
des Ruhrgebiets unterwegs.

mit hohem Energieeinsatz. Fasnacht ist deshalb froh, dass „...in dieser Saison nach jetzigem Stand die Hallen geöffnet bleiben.“ Jedoch seien an einer ihrer Trainingsstätten in Dortmund die Preise um die Hälfte angehoben worden. „Da mussten wir schon überlegen, ob wir eine Eiszeit aufgeben, weil wir sie uns nicht leisten können. Das wäre gerade für die Kleinen schade“, sorgt sie sich, „erst Recht wären sie betroffen, wenn die Hallen nur eingeschränkt öffnen könnten.“

Ortswechsel Aachen-Laurensberg. Hier hat der Rugby Club Aachen seine Heimat. Vorstandsvorsitzender Michael Maurer führt gemeinsam mit seinen Mitstreiter*innen einen kleinen, aber feinen Club. Rund 350 Vereinsmitglieder aus fast einem Dutzend Ländern, von Chile über Italien bis Ghana fühlen sich hier zu Hause. Ein solches Gefühl, so Maurer, sei gerade in diesen Zeiten von besonderer Bedeutung. „Viele Studierende zum Beispiel, die neu an die Uni nach Aachen kommen, finden in unserem Verein eine erste Anlaufstation.“ Begegnung findet aber nicht nur unter den aktiven Sportler*innen statt: „Gerade Eltern von Kindern der U6 oder U8, die ihre Kids zum Training bringen, treffen sich gerne in unserem Vereinsheim und bilden schnell Netzwerke, aus denen zum Beispiel Fahrgemeinschaften entstehen“, erzählt Maurer.

„Politisch setzt sich wohl langsam doch die Erkenntnis durch, dass die negativen Folgen eines Stillstands wie während der Coronalockdowns deutlich größer wären als der Aufwand, um den Sport aufrechtzuerhalten.“

Dr. Christoph Niessen,
Vorstandsvorsitzender des Landessportbundes NRW

Die Frage, warum Sport gerade jetzt so wichtig ist, lässt den Vorstandsvorsitzenden aufhorchen: „Insbesondere die Jüngeren konnten doch lange nicht ihrem Bewegungsdrang nachkommen und kommen jetzt aus ihrer Lethargie heraus. Dabei ist die Sportart Rugby besonders geeignet. Körperlicher Einsatz, gepaart mit Mannschaftsgeist: das ist eine besondere Erfahrung! Ich glaube, über den Sport bekommen wir alle ein Stück Lebensqualität zurück.“ Vor drei Jahren erst hat der Verein sich ein Leitbild gegeben, abgeleitet aus dem Vereinsnamen Rugby Club

Foto Privat



“

Beim Sport kann ich mich mal auf etwas anderes als Schule und Arbeit fokussieren, kann komplett abschalten, mich meinem Körper hingeben und bin mit anderen. Das J-Team hat viel mit Gemeinschaft zu tun. Mit einer Gruppe, in der man gemeinsame Interessen hat, kann ich coole Aktionen auf den Weg bringen. Im Ehrenamt lerne ich dabei Verantwortung zu tragen und auch Selbstorganisation, zum Beispiel bestimmte Termine einzuhalten.

LISA BISCHOF // Mitglied im
J-Team des BC Leverkusen

Foto Uni Wuppertal



“

Leistungssport fängt in den kleinen Vereinen an. Wir unterstützen die Jugendlichen dort, weil sie Spaß haben am Leistungsvergleich und sich beharrlich für ihren Erfolg einsetzen wollen. Sie entwickeln dabei Tugenden, welche auch in anderen, weiteren Lebensbereichen von Bedeutung sind. Wenn es vor Ort zu Einschränkungen kommt und kompetente Trainer*innen aus Sparzwängen gehen müssen, hat dies mittelfristig nicht nur Auswirkungen auf den gesamten Leistungssportstandort NRW, sondern auch auf die Jugendarbeit im Allgemeinen. Das hat Corona gezeigt und gilt nicht nur für die Leichtathletik, in der bereits jetzt für die Sommersaison trainiert wird.

DR. PETER WASTL // Präsident des
Leichtathletik-Verbandes Nordrhein

Teamgeist und das Erleben von Sieg und Niederlage: Wo lernt man das besser als im Vereinssport...



Foto Clara Dartmann



Wir haben viele Rehasportgruppen. Wenn die Teilnehmenden länger nicht kommen können, sehen wir deutliche Verschlechterungen bei ihnen. Sport wirkt dabei ganzheitlich auf Muskeln, Herz, Seele und Gemeinschaft. Viele haben es sehnsüchtig erwartet, hier andere zu treffen, zu lachen, sich von den schlechten Nachrichten abzulenken. Wir haben deshalb extra eine Cafécke eingerichtet.

BIRGIT PÜTTER // Vorstand DJK Coesfeld, Leitung Gesundheits-, Reha- und Breitensport



Aachen. „R“ steht für Respekt, „C“ für Charakter und „A“ für Ambition. Damit sind die Aachener gewappnet für die Zukunft, so ist sich der 55-jährige Diplom-Geologe sicher: „Wir nehmen jeden mit, lassen niemanden zurück. Komme, was da wolle.“

ES BRAUCHT INTEGREN SPORT

Grundsätzlich bedarf es für den gesamten Breiten- und Spitzensport attraktive und nachhaltig modernisierte Sporträume. Die Bausteine des organisierten Sports lassen sich nun mal nicht isoliert betrachten. Eng verzahnt damit sind ebenfalls qualifizierte Mitarbeiter*innen, Trainer*innen und Übungsleitungen, die allerorten händierend gesucht werden. Mit Blick auf die Jüngsten benötigt es neue Ideen für den Ganztag. Es braucht einen integren Sport, Schutz vor sexueller Gewalt, Toleranz für Vielfalt...

Fakt ist: Körperliche, psychische und gesellschaftliche Wirkweisen von Sport und Bewegung lassen sich nicht trennen. Gerade vor dem Hintergrund von Krieg und steigenden Kosten liegt die Bedeutung des Vereinssports für Gesundheit, Ausgleich und Integration auf der Hand. Nicht nur junge Menschen wären betroffen. „Gesundheits- und Rehasport wird immer wichtiger, weil die Älteren hochbetagter werden und die geburtenstarken Jahrgänge in Rente gehen“, sagt Birgit Pütter, Vorstand DJK Coesfeld für Gesundheits-, -Reha und Breitensport. Leistungs- und Wettkampfsportler*innen könnten nicht trainieren – mit Auswirkungen auf den gesamten Sportstandort NRW. Das sind nur einige Aspekte. Die Komplexität einer zukunftsorientierten Sportentwicklung hat die Dekadenstrategie von LSB und Verbundsystem in 14 Handlungsfeldern deutlich herausgearbeitet. Sie ist die wegweisende Richtschnur auch jetzt. Oder wie Einläuferin Fasnacht meint: „Sport ist immer wichtig!“



**WEITERE
STIMMEN**

➔ magazin.lsb.nrw

„DIE ENERGIESPEICHER BAUEN SICH WIEDER AUF“

Interview mit Prof. Dr. Jens Kleinert
Leiter der Abteilung Gesundheit & Sozialpsychologie
am Psychologischen Institut der Deutschen Sport-
hochschule Köln, Arzt, Trainer und Dipl. Sportlehrer



WARUM IST FÜR SIE PERSÖNLICH SPORT GERADE JETZT WICHTIG?

Auch in meinen Aufgabenbereichen ist der Stresslevel deutlich gestiegen. Da ist Sport ein wichtiger Ausgleich für fehlende Bewegung und Kompensation für psychische Belastungen. Mir geht es nicht anders als anderen.

WIE WIRKT SPORT AUF DIE PSYCHE?

Physische und psychische Wirkungen sind nicht getrennt zu betrachten. Eine Verspannung der Muskulatur durch Stress, oft im Nacken oder Rücken, kann zu einer psychischen Verspannung und einer negativen Stimmungslage führen. Wird der Körper durch Bewegung gelockert, folgt auch eine mentale Entspannung. Studien zeigen darüber hinaus, dass Sporttreiben eine Ablenkungsfunktion hat. Man findet so Abstand und kann geistig abschalten. Die mentalen Energiespeicher bauen sich wieder auf. Zum Dritten weiß man, dass Menschen, die regelmäßig Sport treiben, psychischen und körperlichen Stress im Alltag grundsätzlich besser bewältigen können.

WIRD BEWEGUNG SO ZUM ANKER?

Die gesellschaftliche Situation ist derzeit stark von Unsicherheit geprägt. Zum Teil macht dies sogar psychisch krank. Sport, sei es privat oder im Verein, ist etwas, an dem man sich festhalten kann. In der Regelmäßigkeit liegt Sicherheit: Die Joggingrunde heute ist nicht viel anders als in drei Wochen. Das schafft Verlässlichkeit und Stabilität, gibt ein Gefühl der Selbstwirksamkeit.

TROTZDEM BLEIBEN VIELE LIEBER COUCHPOTATOES...

In der Tat kann Stress ein Hindernis sein, körperlich aktiv zu werden – das ist nachgewiesen. Vielen fehlt dann die Energie, sich aufzuraffen. Dabei wäre eine bewegungsaktive Erholung viel effektiver. Je gestresster man ist, umso stärker sind die positiven Effekte von Bewegung.

EIN GROSSES THEMA IST VEREINSAMUNG...

Einige Arbeiten zeigen, dass bei Menschen, die Sport treiben, Einsamkeit sinkt. Belegt ist aber leider auch, dass Personen, die einsam sind, keinen betreiben. Einsamkeit als Belastung führt häufig dazu, dass man sich, ähnlich einer Depression, gar nicht mehr dazu aufraffen kann – oder gar einem Sportverein beitrifft, in dem in der Regel ein positives soziales Miteinander stattfindet. Was natürlich hilfreich wäre.

Annika Zeyen // PARA SPORT-FELIX

NRW-Ministerpräsident Hendrik Wüst und LSB-Präsident Stefan Klett, moderiert von Anke Feller (WDR), gratulierten Annika Zeyen, die bereits in zwei unterschiedlichen Disziplinen (Rollstuhl-Basketball und Handbike) paralympisches Gold gewann.

Felix Champions 2022

Besondere Momente

Was wäre der FELIX-Award ohne wirklich besondere Momente? Und davon gab es viele bei der Feier der „Besten im Westen“ am 9. Dezember in den Düsseldorfer Rheinterrassen. Würde man die errungenen Medaillen aller Geehrten aus NRW aufeinanderlegen: Es käme ein beachtlicher Stapel dabei heraus. Das zeigt: NRW ist und bleibt Sportland Nr. 1... Nicht nur im Breitensport, sondern insbesondere auch im Spitzensport!

Gleich zu Beginn zeigte die Regie „emotionale Sportbilder des Jahres“. Gefolgt von Videoeinspielern der Nominierten. Szenen von sportlichen Erfolgen, erzählt vor dem Hintergrund persönlicher Herausforderungen der Athlet*innen. Wenn man in die Runde schaute: Gänsehaut mögen manche gespürt haben angesichts der vielen wunderbaren, manchmal knappen, manchmal überraschenden Triumphe der Sportler*innen.



Spiele in NRW...

Wie jeder weiß: Es ehrt eine Veranstaltung immer, wenn besondere Persönlichkeiten auf der Gästeliste stehen. Und das war sie beim diesjährigen AWARD. Allen voran NRW-Ministerpräsident Hendrik Wüst, der in die Zukunft schaute. „Ich halte es für absolut richtig, dass der DOSB eine Olympiabewerbung anstrebt. Ich fände die Spiele in NRW großartig!“ Auch seine Stellvertreterin Mona Neubauer verfolgte aufmerksam ihre erste Felix-Verleihung und teile sich den Tisch mit der Fraktionskollegin und Ministerin für Kinder, Jugend, Familie, Gleichstellung, Flucht und Integration des Landes NRW Josefine Paul. Vorfreude auf Olympia in Paris machte Newcomerin Nina Holt: „Ich bin volle Pulle auf 2024 eingestellt.“

LSB-Präsident Stefan Klett resümierte: „Wir haben ein hervorragendes Fundament für die ganz großen sportlichen Bühnen, wie die Preisträger*innen mit ihren internationalen Erfolgen immer wieder eindrucksvoll beweisen.“



Foto: picture alliance/dpa/dpa-Zentralbild | Michael Kappeler

Hannah Neise // SPORTLERIN DES JAHRES

Die große Sensation gelang ihr bei den diesjährigen Olympischen Winterspielen: Ohne zuvor jemals ein Weltcuprennen gewonnen zu haben, wurde Hannah Neise Olympiasiegerin.



Dang Qiu // SPORTLER DES JAHRES

Andreas Kötter, Geschäftsführer WestLotto, überreichte den Preis an Dang Qiu. Mit seiner unkonventionellen Schlägerhaltung – er hält ihn wie einen Stift – lässt der Weltranglisten-Neunte die Konkurrenz hinter sich.



Jörg Roßkopf // TRAINER-FELIX

NRW-Ministerpräsident Hendrik Wüst zeichnete Jörg Roßkopf aus. Als Sportler war der heutige Tischtennistrainer ein gefürchteter Gegner. Insgesamt 29 Medaillen fuhr er bei Europa- und Weltmeisterschaften sowie bei Olympischen Spielen ein. Nun fördert er seine Schützlinge mit viel Erfahrung.



Laura Nolte und Deborah Levi // MANNSCHAFT DES JAHRES

Ihren bisher größten Erfolg im Eiskanal feierten Nolte (r.) und Levi im Februar 2022 bei den Olympischen Winterspielen in Peking mit der Goldmedaille.

DAS VOTING – ENDSTAND

FELIX

Champions 2022

Sportler

DES JAHRES

- 1 Dang Qiu
- 2 Max Rendschmidt
- 3 Nico Pickert
- 4 Nelvie Raman Hess Tiafack
- 5 Bo Kanda Lita Baehre

Sportlerin

DES JAHRES

- 1 Hannah Neise
- 2 Konstanze Klosterhalfen
- 3 Jule Hake
- 4 Julia Krajewski
- 5 Mieke Kröger

Mannschaft

DES JAHRES

- 1 Laura Nolte | Deborah Levi
- 2 Cinja Tillmann / Svenja Müller
- 3 Deutsche Kanumannschaft
- 4 Mark Lamsfuß | Isabel Lohau
- 5 Matthias Sommer | Christoph Hafer

Newcomer*in

DES JAHRES

- 1 Nina Holt
- 2 Lisa Nolte
- 3 Chelsea-Lynn Roussiekan
- 4 Alvar Adler
- 5 Frieda Echterhoff

Para Sport-FELIX

- 1 Annika Zeyen
- 2 Taliso Engel
- 3 Maurice Wetekam
- 4 Markus Rehm
- 5 Johannes Floors

Fußball-FELIX

- 1 Yann Sommer
- 2 Simon Terodde
- 3 Marvin Schwäbe
- 4 Florian Wirtz
- 5 Youssoufa Moukoko

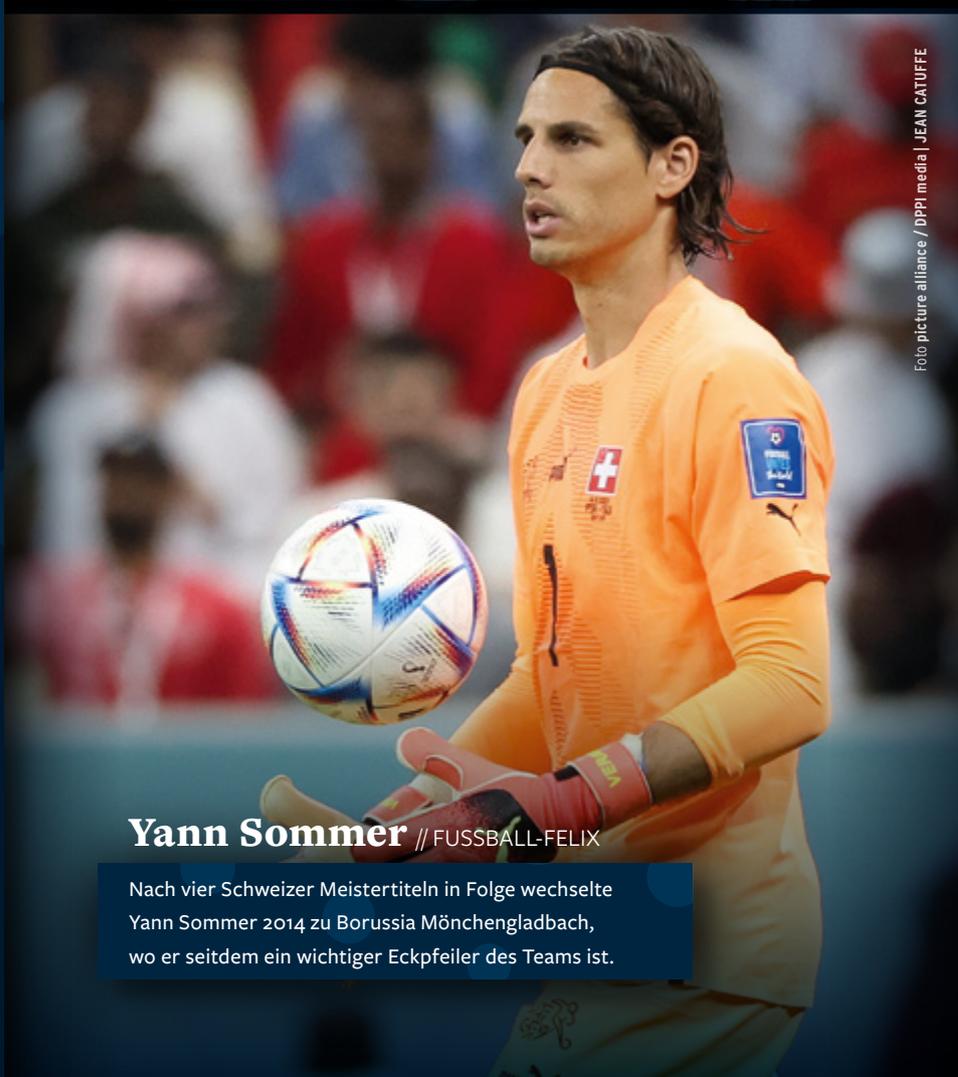
Trainer-FELIX

Jörg Roßkopf



Nina Holt // NEWCOMER*IN DES JAHRES

Dr. Ingo Wolf, Vors. Sportstiftung NRW, mit Nina Holt. Die 19-jährige Rettungsschwimmerin aus Erkelenz räumt nicht nur in Sachen Medaillen ab, sondern konnte bereits diverse Rekorde brechen.



Yann Sommer // FUSSBALL-FELIX

Nach vier Schweizer Meistertiteln in Folge wechselte Yann Sommer 2014 zu Borussia Mönchengladbach, wo er seitdem ein wichtiger Eckpfeiler des Teams ist.

Alle sehen: SPORT GEHT NUR MIT EHRENAMT!



2018 bis 2022. Fünf Jahre Initiative Ehrenamt, fünf Jahre Durchführung der Aktionen rund um #sportehrenamt. „Wir im Sport“ lässt die Zeit Revue passieren.



Großer Bahnhof für das Ehrenamt im Sport: In fünf Aktionsjahren haben hunderte Vereine mitgemacht, haben tausende Ehrenamtliche und Vereinsmitglieder geholfen, das #SPORTEHRENAMT ins Rampenlicht zu rücken – und zwar so, dass die Menschen in NRW es sehen. Aktionen wie TAGE DER EHRE oder die Ehrenamtlerin des Monats, die #SPORTEHRENAMT – NRW-Tour oder das ungemein erfolgreiche #SPORT-EHRENAMT ÜBERRASCHT! haben das Ehrenamt sichtbar gemacht. Leser*innen erfahren durch ihre Tageszeitung, durch die Sozialen Medien, Newsletter und Websites

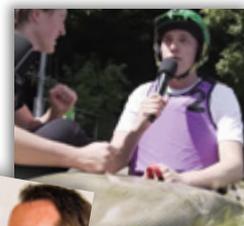
Interessantes, Staunenswertes und Humorvolles aus dem Engagement im Sport. Sie wurden auf das kostbare Gut Ehrenamt aufmerksam und sahen, dass die Wertschätzung den Engagierten gegenüber nicht hoch genug sein kann – schließlich profitiert doch eine ganze Gesellschaft von ihrer stetigen und unermüdlichen Arbeit.

Das Ziel der fünf Jahre #SPORTEHRENAMT war, das Ehrenamt in seinen Facetten sichtbar zu machen, wertzuschätzen und weitere Menschen zum Engagement zu bewegen. Letzteres – die Anzahl der Ehrenamtler*innen zu erhöhen – ist die Königs-

disziplin! Denn standardisierte Rezepte zur Gewinnung von Engagierten gibt es nicht. So waren die fünf Jahre auch Labor: Ideen wurden umgesetzt, von denen sich einige als echte Knaller erwiesen haben.

Der Landessportbund NRW wird auch nach den fünf Jahren #sportehrenamt weiter Service, Hilfestellung, „Anstupser“, Anlässe, Ideen, Ressourcen, Knowhow anbieten. Denn ehrenamtliches Engagement ist kein Selbstläufer mehr; Pflege und Förderung von Ehrenamt bleibt eine Daueraufgabe, die nicht allein auf den Schultern der Vereine ruhen kann.

Das Video-Format zur Aktion „Tage der Ehre“:
Reporter Fabrice unterwegs:
Mit ihm wurden in den Vereinen Videostories produziert



Stärkung der Basis: Das systematische Ehrenamtsmanagement

Das systematische Ehrenamtsmanagement stärkt das Ehrenamt in den Vereinen am nachhaltigsten. Von 2018 bis heute wurden rund 500 Ehrenamtsmanager*innen ausgebildet. Sie sind Kümmerer in ihren Vereinen: Ansprechpartner*in für bestehende und potenzielle Ehrenamtliche. Mit diesen 500 Verantwortlichen sind nun 500 Vereine in NRW in der Engagementgewinnung gut aufgestellt.

Zudem weitete der Landessportbund NRW in den fünf Jahren seine Vereinsberatungen aus: 20 Stunden kostenlose Ehrenamts-Vereinsberatung konnten pro Verein und Jahr abgerufen werden.

Knapp zwei Jahre später starteten die Schulungen zu Ehrenamts-Koordinator*innen in Verbänden und Bündeln. Bis jetzt haben ungefähr ein Drittel der Mitgliedsorganisationen Mitarbeitende schulen lassen. Sie stehen den Vereinen als lokale Anlaufstelle zur Verfügung.

Grundausrüstung für den Start:

Jens Wortmann, Vorsitzender der Sportjugend NRW, gibt Starterpakete heraus – inklusive der möglichen Projektförderung von 200 Euro.



Die Jugend übernimmt

Seit Anfang der Initiative haben sich 500 neue J-Teams gegründet. Der Landessportbund NRW und die Sportjugend NRW statteten sie mit Starterpaketen aus. Das war für viele Jugendliche der Anlass, sich mit einer Gruppe Gleichgesinnter zusammenzuschließen und sich in ihrem Verein als starkes Jugendteam aufzustellen.

Geschichten von Frauen als Vorbild

Die 12 „Ehrenamtlerinnen des Monats“ zeigten bildgewaltig, was Frauen im Sport leisten können. Sie sind Orga-Talent, Gute „Vereins-Fee“, unermüdlige Anleiterin, Innovationstreiberin, Zusammenhalterin. Ihre Geschichten dienen anderen Frauen im Ehrenamt als Vorbild, sich zu engagieren.





ZEIT*ZEUGEN blicken zurück

Was ist wertschätzender als einen Anruf zu bekommen und seine Geschichte erzählen zu dürfen? Dies erlebten die ZEIT*ZEUGEN: rund 60 Personen über 50, die sich im und für den organisierten Sport in NRW engagierten bzw. dies immer noch tun. Die Interviews wurden auf sportehrenamt.nrw veröffentlicht, in der opulenten ZEIT*ZEUGEN-Broschüre sowie im ZEIT*ZEUGEN-Podcast.

2018

„SEI DABEI!“ legt die Basis

2019

das „Junge Ehrenamt im Sport“ adressiert an Kinder und Jugendliche

2020

Spot auf die Frauen als Leuchttürme im Ehrenamt

2021

„Jetzt erst recht!“ für Ehrenamtliche allen Alters, Geschlechts, Herkunft

2022

Besuch bei Menschen in der zweiten Lebenshälfte



Konfetti fürs Ehrenamt

#SPORTEHRENAMT ÜBERRASCHT! schreibt Erfolgsgeschichte: Bis Ende 2022 wurden 1.050 Ehrenamtliche in den Vereinen in NRW überrascht und wertgeschätzt – mit Konfettikanone vor versammelter Mannschaft. Ein emotionaler Moment, mit dem einfach mal Danke gesagt wird. Kleine Präsente gab es für die*den Geehrte*n obendrein: Das Überraschungspaket des Landessportbundes NRW wurde durch die Vereine individualisiert. Schließlich wissen sie am besten, was ihren engagierten Kolleg*innen gefällt!

(👉 go.lsb.nrw/video-sportehrenamt-ueberrascht)



Auf Besuch

Eine Roadshow besonderer Art fand im Sommer 2022 statt: Der Tourbus der #sportehrenamt-NRW-Tour besuchte 23 Vereine und veranstaltete mit ihnen gemeinsam Events, mit denen das Ehrenamt „abgefeiert“ wurde. Stadtprominenz, Bevölkerung, Mitglieder, Partner, Interessenten feierten mit. An jedem Standort gab es andere Mitmach-Aktionen, Ehrungen und Speis und Trank – genau so unterschiedlich wie das Ehrenamt in NRW.



Kooperationspartner der Initiative Ehrenamt ist **WestLotto**. Gefördert wird sie durch die **Staatskanzlei des Landes Nordrhein-Westfalen**



Text Renate Gervink // Fotos Andrea Bowinkelmann

GROSSE FAMILIEN IN BEWEGUNG

SPORT ALS MANAGEMENTAUFGABE

Bei Familie Feyerabend steht Sport ganz oben auf der Liste der Freizeitaktivitäten. Der Große geht zweimal in der Woche zum Fußball, einmal zum Schwimmen und am Wochenende nimmt er an einem Turnier teil. Die beiden Kleinen haben ihren Spaß beim Kinderturnen. Vater Marcus kickt einmal die Woche in seinem Verein und Mutter Birte liebt Yoga. Da wird die familiäre Zeitplanung





Birte Feyerabend ist stolze Mutter von drei Kindern. Mit ihrem Mann Marcus managt sie das Familienleben. Dazu gehört natürlich auch ein Ausflug am Wochenende auf den Spielplatz eines Parks

BEI UNS SIND ES VOR ALLEM DIE FAMILIEN, DIE DAS VEREINSLEBEN BEREICHERN

LUTZ CARDINAL

zu einer Managementaufgabe. Zeigt ein Kind im Laufe seiner Entwicklung dann auch noch ein besonderes sportliches Talent und Interesse, stehen Eltern mit drei oder mehr Kindern häufig vor ungeahnten materiellen und organisatorischen Herausforderungen. Dabei könnten Vereine von Mehrkindfamilien vielfach profitieren. Und umgekehrt.

Gegenwärtig gibt es laut Bundeszentrale für politische Bildung in Deutschland rund 1,4 Millionen Familien, in denen drei oder mehr Kinder im selben Haushalt leben. Um auf ihre besondere Situation aufmerksam zu machen, haben der Essener Turn- und Fechtclub, ETUF, und der Verband kinderreicher Familien, KRFD, im September einen Sporttag zum Thema (Leistungs-)Sportförderung und Mehrkindfamilien organisiert. Kinder ab sechs Jahren konnten die olympische Sportart Fechten ausprobieren. Ihren Eltern sollte aufgezeigt werden, wie es möglich ist, (Leistungs-)Sportförderung trotz vieler Bedürfnisse gerecht zu werden.

DER WEG ZUM TRAINING

Sportliche Förderung ist in Mehrkindfamilien eine komplexe Aufgabe, die bereits vor dem Training beginnt. Vor allem auf dem Land, aber auch in der Stadt mangelt es an unterstützender Infrastruktur. Der öffentliche Nahverkehr ist vorrangig auf Schulen ausgerichtet, nicht auf Sportstätten. Ohne Auto sind Familien überfordert, aber selbst mit Auto wird der Transport der Kinder zum Koordinationsparcours. „Es existieren bereits gute Ansätze, dieses Problem zu lösen, beispielsweise im Fußball“, erklärt Karoline

Iwersen vom KRFD. „Manche Vereine bieten jugendlichen Mitgliedern ein kostenloses Fahrticket an. Oder sie holen ihre Talente mit eigenen Bussen ab.“ Dies funktioniert jedoch meist nur bei Vereinen, die selbst finanziell gut dastehen. Bei Sportarten wie Schwimmen, Wasserhandball oder Fechten fehlen in der Regel die Mittel, um eigene Fahrdienste anzubieten.

Iwersen sieht hier auch Städte und Gemeinden in der Pflicht. An Ideen mangle es nicht: Kinder-Shuttle-Service zu den Wettkämpfen und Turnieren, Fahrdienste oder ein Kindertaxi, ähnlich den Schüler taxis, die es bereits in einigen Städten gibt. Es gelte, hier verstärkt Schulen und Schulträger einzubeziehen. Beim offenen Ganztagsangebot bedarf es besserer Absprachen und Kooperationen zwischen Schulen und Vereinen, optimalerweise gemeinsam mit qualifizierten Sportler*innen.

Doch gute Ideen sind vielerorts noch Zukunftsmusik. Derzeit benötigen kinderreiche Familien, die das (leistungs)sportliche Engagement ihrer Kinder unterstützen wollen, ein starkes Netzwerk von Großeltern, Nachbarn und Freunden. Oder aber, eines der Elternteile – meist die Mutter – reduziert die Arbeitszeit oder gibt manchmal den eigenen Job ganz auf. Karoline Iwersen hält diese Art der Aufopferung von Familienmitgliedern für falsch und ungerecht. „Es herrscht keine Chancengleichheit“, kritisiert sie. „Der Leistungssport der Kinder sollte weder von der Geschwisterzahl noch von der Hartnäckigkeit der Eltern abhängen.“



Sport und Bewegung sind fest in den Alltag der Familie integriert. Für Emil z. B. am Ball, für Fiete und Frieda z. B. auf dem Roller



VEREINE MIT GUTEN BEITRAGSMODELLEN

Viele Vereine haben bereits die Zielgruppe kinderreiche Familien im Blick und bieten ihnen Sondertarife: So zahlen im Schwimm- und Sportverein Vogelsang im Kreis Euskirchen Einzelpersonen zehn Euro pro Monat und Familien 16,50 Euro, egal, wie viele Kinder dem Verein beitreten. Im sauerländischen TSV Ihmert liegt der Tarif für das erste Kind bei 40 Euro im Jahr, für das zweite bei 30 Euro und ab dem dritten Kind ist der Beitrag frei. Auch der ETUF Essen hat besondere Mitgliedsbeiträge für Kinder und Jugendliche.

„Es gibt viele gute Ideen und Praktiken zum Thema Vereinsbeiträge“, so Karoline Iwersen. „Für Vereine mit einem besonders geringen Budget wären etwa „Beitragspatenschaften“ für kinderreiche Familien, Schnupperangebote oder Kurzmitgliedschaften Möglichkeiten, um Kinder an den Breiten- und Leistungssport heranzuführen. Denkbar wäre auch eine Kombi-Mitgliedschaft zu familienfreundlichen Tarifen von Kindern in unterschiedlichen Vereinen.“

VORTEILE FÜR VEREINE

Auch die Vereine profitieren, wenn eines oder mehrere Kinder aus großen

Familien Leistungssport betreiben. Karoline Iwersen erklärt dies am Beispiel Fechten: „Wenn mehrere Kinder eines Vereines auf Turnieren gute Leistungen bringen, dann erfährt dieser Verein mehr Anerkennung und erhält ein Mehr an Förderung. Mit mehr Leistungssportler*innen hat er die Möglichkeit, Landesstützpunkt zu werden, erhält mehr Mitglieder und mehr Anerkennung.“

Dass bei Mehrkinderfamilien das Potenzial für das Sportehrenamt besonders hoch ist, weiß auch Lutz Cardinal von Widdern, erster Vorsitzender des ETUF Essen. „Bei uns sind es vor allem die Familien, die das Vereinsleben bereichern. Die einen engagieren sich ehrenamtlich und betreuen die Teams ihrer Kinder bei den Wettkämpfen am Wochenende und bei Turnieren, andere nutzen ihre beruflichen Kontakte, um dem Verein zu einem neuen Sponsor zu verhelfen. Darüber hinaus“, fügt er hinzu, „haben wir festgestellt, dass in Mehrkinderfamilien, in denen eines der Kinder Leistungssport betreibt, die Geschwister von dieser Leidenschaft angesteckt werden.“ Wenn das nicht Potenzial genug ist.



KINDERREICHEFAMILIEN



**VERBAND
KINDERREICHER
FAMILIEN DEUTSCHLAND**

**SPORT-UMFRAGE IN
MEHRKINDFAMILIEN:**

➔ [kinderreichefamilien.de/
krfd-sportprojekt.html](https://kinderreichefamilien.de/krfd-sportprojekt.html)



WESTLOTTO
TOPTALENTE
NRW INITIERT VOM
LANDESSPORTBUND NRW

Galopprennsport: **Antonia von der Recke**

Verein: Verband Deutscher Amateurrenreiter, Trainer: Christian von der Recke

Interview im  **magazin.lsb.nrw** // Video  **go.lsb.nrw/2022toptalent8**

SPORT MIT GELENKERSATZ

Eine Studie der „Arbeitsgemeinschaft Endoprothetik“ zeigt: Wer seine Hüfte stärker beansprucht, erhöht die Lebensdauer seines künstlichen Gelenkes. Die Studie bezieht sich vorrangig auf die Hüfte, ist aber auch auf andere Gelenke wie das Knie anwendbar. Die Arbeitsgemeinschaft empfiehlt daher mindestens eine Stunde sportliche Bewegung am Tag für eine längere Haltbarkeit.



Wichtig ist vor der Wiederaufnahme des Sports die Einhaltung der Regenerationszeit. Die Empfehlung lautet: frühestens drei Monate nach der Operation, besser erst nach sechs Monaten. Grundsätzlich sollte mit dem behandelnden Arzt besprochen werden, ab wann welche Tätigkeiten wieder möglich sind, denn oft handelt es sich um Einzelfallentscheidungen. Und belastende Sportarten sollten nach einer Prothesen-OP nur ausgeübt werden, wenn der Patient auch vor der Operation darin aktiv war.

Während vor zehn Jahren von Extremsport mit einer Endoprothese strikt abgeraten wurde, hat sich die Meinung mittlerweile geändert. Extremsport wird zwar nach wie vor nicht empfohlen, jedoch als deutlich besser eingestuft, als gänzlich auf

Sport zu verzichten. Der Grund: Durch eine bessere Qualität der Verschleißteile ist die Verlustrate mittlerweile deutlich niedriger – solange der Betroffene nicht schwer stürzt.

WELCHE SPORTARTEN SIND ZU EMPFEHLEN?

Die beste Art der Bewegung ist Fahrradfahren. Es kräftigt die Muskulatur sowie das Knie- und Hüftgelenk. Gleichzeitig ist die Belastung auf die Knochen und Gelenke geringer, da der Sattel das Gewicht trägt. Voraussetzung ist jedoch, dass die Anstrengung gering ist. Für bergige Regionen ist daher auch ein E-Bike eine Option oder der Heimtrainer eine Alternative. Und auch Schwimmen ist durch das reduzierte

Körpergewicht als schonende Sportart sehr zu empfehlen.

Ebenfalls gut geeignet sind schnelles Spaziergehen sowie Walken, noch besser Nordic Walking, da die Stöcke die Bewegung abfedern. Joggen, Sprungsportarten wie Hoch- und Weitsprung sowie Ballsportarten wie Volleyball und Tennis sind weniger gut, da dabei eine hohe Stoßbelastung ausgeübt wird. Dennoch gilt: lieber eine belastende Sportart, die man gerne ausübt, als gar keinen Sport zu treiben.



FIT IN WATTENSCHIED

Bochum-Wattenscheid ist ein schöner Stadtteil. Die Zeche Holland, der Stadtgarten mit seiner Freilichtbühne, das berühmte Lohrheidestadion, das bald für große Leichtathletikwettbewerbe umgebaut wird. Gründerzeithäuser, viel unerwartetes Ruhrgebietsgrün drumherum.

Wattenscheid steckt zugleich in schwierigen Herausforderungen. Der Stadtteil ist strukturschwach. Der Anteil an Zugewanderten ist hoch, die vergleichsweise hohe Arbeitslosigkeit belastet die Menschen – und ihre Gesundheit. Augenfällig wurde das bei den Schuleingangsuntersuchungen für Fünfjährige: Die Wattenscheider Kinder waren übergewichtiger und zugleich motorisch unterentwickelter als andere Bochumer Kinder. Ein Warnsignal. So setzte sich 2019 das Gesundheitsamt der Stadt Bochum mit dem Planungsamt, dem Stadtteilmanagement Wattenscheid, dem Stadtsportbund Bochum und der Techniker Krankenkasse, die das Projekt fördert, zusammen und ersann „Gesund durch Bewegung in Wattenscheid“ – kurz Fit in WAT.

Das Projekt bohrt dicke Bretter. Innerhalb von fünf Jahren (2019 bis 2024) möchte es die Netzwerkarbeit im Sozialraum Wattenscheid-Mitte so vorantreiben, dass die Menschen niedrigschwellig mit einer Vielzahl von Bewegungsangeboten erreicht werden. Ein weiterer Schwerpunkt ist die Aus- und Fortbildung von Übungsleiter*innen

DEUTSCHLANDWEIT EINZIGARTIG IST DAS PROJEKT, DAS IN BOCHUM-WATTENSCHIED ERPROBT WIRD: AKTEURE AUS STÄDTISCHER VERWALTUNG, STADTSPORTBUND, QUARTIERSMANAGEMENT UND KRANKENKASSE ERARBEITEN GEMEINSAM ANGEBOTE, UM DIE MENSCHEN IM STADTTEIL IN BEWEGUNG ZU BRINGEN. UND WAS SOLL MAN SAGEN: ES FUNKTIONIERT.

für die ansässigen Vereine. Und das sind nicht wenige: „Wattenscheid-Mitte hat 20.000 Einwohner und 30 Vereine“, erklärt Hendrik Straub. Er leitet das Projekt für den Stadtsportbund Bochum vor Ort. Das Netzwerk sei einmalig, schwärmt er, die Vereine seien sehr rege und würden sich aktiv einbringen. Beste Voraussetzungen also, über die Projektlaufzeit hinaus die Wattenscheider*innen in Bewegung zu bringen.

SCHNUPPERN UND EINFANGEN

Was geschieht also in Wattenscheid? Die Vereine machen Schnupperangebote, die dann in reguläre Folgeangebote übergehen. Parkour in der Turnhalle der zentralen Maria-Sibylla-Merian-Gesamtschule in Wattenscheid ist so ein Angebot. Übungsleiter Dominik vom TVK Wattenscheid zeigt den Kids die ersten Bewegungsabfolgen. „Einige Kinder konnten anfangs nicht über einen Kasten springen. Inzwischen machen die das echt gut“, sagt er anerkennend. Dienstags findet der Sport statt, vielen Kindern und Jugendlichen schon bekannt von „Sport im Park“ im Wattenscheider Stadtgarten. 92 Kinder kamen zum Ausprobieren. Wie viele von ihnen nachhaltig in den Verein wechseln, kann er noch nicht abschätzen, „aber wir rechnen mit einem Großteil“.



„KOMPROMISSLOS VOR ORT“

Interview mit Hendrik Straub,
Projektleiter „Fit in WAT“
für den SSB Bochum

➔ magazin.lsb.nrw



Mit Parkour holt man die Kids verlässlich ab. Darum lief das Schnupperangebot besonders lang: fast ein Jahr statt der üblichen sechs bis zwölf Einheiten. Anschließend klettern, springen und balancieren die Kinder im Verein weiter – wenn der Sport sie gepackt hat



Dass die Angebote über die Maßen gut angenommen werden, berichtet Hendrik Straub. „Das Projekt Mädchenfußball war ein absoluter Erfolg. 40 Mädchen hatten geschnuppert, mehr als zwei Drittel nutzen das Folgeangebot des DJK Wattenscheid und trainieren weiterhin regelmäßig einmal pro Woche.“

SPORT OHNE EXTRA WEG

Fit in WAT adressiert auch erwachsene Wattenscheider*innen, Senior*innen oder Mütter. Wiederum steht die Niedrigschwelligkeit im Vordergrund. So lief zwei Jahre hintereinander das Projekt „Mütter bewegt WAT“ mit dem Turn-Club 1879 Wattenscheid und dem anerkannten Bewegungskindergarten Bußmanns Weg: Mütter bringen ihre Kinder morgens in die Kita und können einmal pro Woche unmittelbar im Multifunktionsraum Gymnastik machen. Teilnehmerin Rukije Kiciman war begeistert: „Ich fand das richtig gut. Kind abgegeben, hochgelaufen, Sport gemacht – das war perfekt, weil es in meinen Alltag mit zwei Kindern passte.“ Seitdem versucht sie, zuhause alleine „durchzuziehen“, wie sie sagt, aber nach dem ersten Motivationschwung schlafe das wieder ein. „Ich habe Probleme, meine Kinder unterzubringen. Wenn die Kita das wieder anbieten würde, würde ich sofort weitermachen.“

Weitere Projekte stehen in den Startlöchern: Im Januar 2023 gibt es Prävention für Kinder und Jugendliche und für Erwachsene steht Indoor-Cross-Training auf dem Programm.

Übrigens: Fit in WAT initiiert nicht nur das Zusammenkommen von Verein mit Bevölkerung. Auch der informelle Sport hat einen Platz im Projekt: durch einen



Ob Senior*innen, Erwachsene, Jugendliche oder Kids: Alle Wattenscheider*innen sollen zum Mitmachen und Mitgestalten motiviert werden

umfangreichen, kostenlosen und sehr attraktiven Geräteverleih. Vom Spikeball-Set über Nordic Walking Stöcke bis zum mobilen Discgolf-Parcours ist alles dabei, was im draußen, drinnen oder auf dem Schulhof gebraucht werden kann.

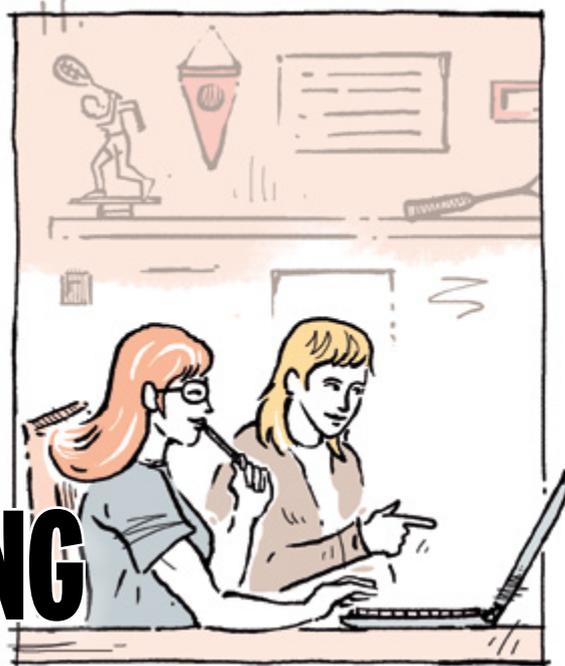
Im November 2024 endet das Projekt. Bis dahin sollen die Player umfassend versorgt sein: mit einem belastbaren Netzwerk,

frisch geschulten und ausgebildeten Übungsleitungen und überhaupt viel Knowhow. Die Bochumer Hochschule für Gesundheit evaluiert die vier Jahre und wird zuletzt einen Abschlussbericht vorlegen. Aber die beteiligten Projektpartner sehen schon jetzt, dass Fit in WAT ein Teil des Wattenscheider Gemeinwesens ist. „Es gelingt, den Menschen die Angst vor dem organisierten Sport zu nehmen, vor der Fremdheit, den Kosten, der ganzen Organisation“, sagt Hendrik Straub.

ALLEINE LAUFEN KÖNNEN

Und die Stadt Bochum, die durch Gesundheits- und Planungsamt im Projektteam vertreten ist, denkt schon einen Schritt weiter: „Die Stadt Bochum ist stolzer Partner dieses modellhaften Projektes ‚Gesund durch Bewegung in Wattenscheid‘. Ich bin sehr optimistisch, dass die interessanten Erkenntnisse aus Bochum-Wattenscheid von hohem Nutzen für die Projektarbeit in weiteren Stadtteilen und Bezirken Bochums sein werden. In enger Kooperation mit dem Stadtsportbund können so nachhaltige Impulse für eine gute und vor allem bewegte Zukunft Bochums gelegt werden“, sagt Stadtrat Dietmar Dieckmann, verantwortlich für das Dezernat Bildung, Integration, Kultur und Sport der Stadt Bochum.

DIGITALISIERUNG IM SPORTVEREIN



Alle reden von Digitalisierung. Und weil alle davon reden, verlangt man auch von Sportvereinen, mitzuspielen. Aber warum etwas ändern, was im Verein schon immer auch analog funktioniert hat? Warum reicht das Abheften von Mitgliedsanträgen in Ordnern nicht mehr aus? Warum brauchen wir als Verein plötzlich eine Datenbank dafür?

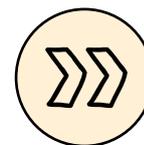
Ja, es hat funktioniert und wird es auch weiterhin. Aber sobald man sich als Vorstand offen auf das Thema Digitalisierung einlässt, wird man merken, es hat auch viele Vorteile. Digitalisierung kann helfen, die Arbeitsabläufe im Vorstand und in der Vereinsverwaltung zu erleichtern, doch es braucht Strategie, Planung und Ziele um die Digitalisierung auf dem Weg zum zukunftsfähigen Verein zu nutzen.

ABC DER DIGITALISIERUNG

Wenn man erst einmal den Entschluss gefasst hat, sich mit dem Thema zu beschäftigen, laufen einem dann doch immer wieder Begriffe aus dem Digitalisierungs-Dschungel über den Weg, von denen man noch nie gehört hat oder man schon immer mal wissen wollte, was es eigentlich damit auf sich hat.

Das ist der Zeitpunkt, an dem unser ABC der Digitalisierung Abhilfe schafft: Von A wie Augmented Reality über O wie Open Source bis hin zu Z wie Zoom.

Im Vereinsportal VIBSS Online gibt es ab sofort dieses Glossar und weitere wichtige und praktische Informationen zum Thema Digitalisierung, die Sie gut im Vereinsalltag nutzen können.



WEITERE INFORMATIONEN

auf VIBSS Online:

➔ go.isb.nrw/digitalisierung-im-sportverein

Glossar:

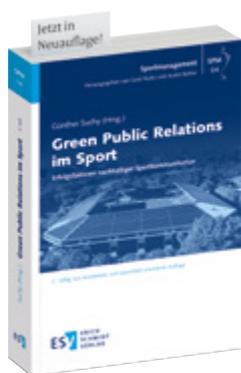
➔ go.isb.nrw/abc-der-digitalisierung

BUCHTIPP

Nachhaltigkeit kommunizieren im Sport

Die klassische Medienarbeit reicht heute nicht mehr aus, um die Reputation von Vereinen zu sichern. Auch in der Sportkommunikation fordern zunehmende gesellschaftliche und ökologische Veränderungen ein Umdenken – mit Transparenz und Glaubwürdigkeit als Schlüssel zu erfolgreicher so genannter „Green Public Relations“.

Aktuelle kommunikative Ansätze und ihre Relevanz für den Sport und die Sportkommunikation beleuchtet das lesenswerte Buch „Green Public Relations im Sport – Erfolgsfaktoren nachhaltiger Sportkommunikation“, herausgegeben von Prof. Dr. Günther Suchy.



BESTELLMÖGLICHKEIT ONLINE

➔ [ESV.info/978 3 503 21177 7](https://www.esv.info/9783503211777)

ZAHL DES MONATS

62.231

ÜBERNACHTUNGEN

... kann das Sport- und Tagungszentrum Hachen mit seinen Teileinrichtungen „Sport- und Erlebnisdorf“ sowie dem Bootshaus für 2022 verbuchen. Nachdem nun weitestgehend alle Corona-Beschränkungen aufgehoben wurden und wieder mehr Normalität in den Alltag eingekehrt ist, zeigt sich die Buchungslage in einem positiven Licht. „Auch der Ausblick auf das Jahr 2023 macht Hoffnung auf eine sehr gute Auslastung“, sagt Annette Schmidt, Leiterin des Sport- und Tagungszentrums.



VIDEOTIPP

Trainieren trotz Krieg



Foto PA / sz Photo | Leonhard Simon

**EIN INTERESSANTER BEITRAG
VOM 27. NOVEMBER
FINDET SICH IN
DER ARD-MEDIATHEK:**

➔ [go.isb.nrw/ard-mediathek](https://www.go.isb.nrw/ard-mediathek)

Der Beitrag zeigt auf eindrückliche Weise, welche unfassbare Kraft Menschen entwickeln, um Sport zu treiben. In Irpin, einem Vorort von Kiew, trainieren Kinder im Alter zwischen acht bis zwölf Jahren dreimal pro Woche – jedenfalls wenn kein Bombenalarm ist. Jugendtrainer Sergij Pavlyuk: „Die Kinder sitzen zu Hause und schauen nur noch auf ihr Smartphones und sehen Bilder von Krieg und Bombenalarm.“ Sport schenkt den Kindern dagegen eine kurze Auszeit vom fürchterlichen Alltag. Absolut sehenswert!

DAS BILD DES MONATS



Für Europäer mutet es wie eine schöne Geste an, doch für Japaner ist es eine Selbstverständlichkeit: Einen Ort „top“ zu verlassen – oft sogar sauberer als man ihn vorgefunden hat. So sammelten die japanischen Fans nach dem Spiel gegen Costa Rica den liegen gebliebenen Müll auf und entsorgten ihn. So wird es in Nippon jedem von klein auf beigebracht. Sollten wir uns davon eine Scheibe abschneiden? Warum nicht!



Foto IMAGO / SNA

REDAKTIONELLE ANZEIGE



MULTITALENT ZUCKERRÜBE

Weihnachtszeit – Plätzchenzeit.

Neben Mehl, Butter und Eiern enthalten die meisten selbst gebackenen Leckereien auch Zucker. Haben Sie gewusst, dass gerade jetzt die Erntezeit für Zuckerrüben ist und der Zucker somit aktuell Saison hat?

Die Zuckerrüben, die für Diamant Zucker verwendet werden, wachsen auf den Fel-

dern rund um die Zuckerwerke. Um 1 kg unseres nachhaltigen Rübenzuckers herzustellen, benötigt man ca. 7 kg Zuckerrüben. Unser Rübenzucker ist somit ein reines und hochwertiges Naturprodukt – er entsteht in der Rübe auf dem Feld und wird später einfach aus der Rübe extrahiert und kristallisiert.

18 % der Rübe werden zu Zucker verarbeitet – aber auch die anderen Bestandteile unserer Zuckerrüben verwenden wir im Rahmen unserer Produktion nachhaltig weiter. Ein Teil der Rübe wird zu Futtermitteln wie Press- oder Trockenschnitzeln verarbeitet.

Und auch die Melasse, die bei der Zuckerherstellung entsteht, kann als Tierfutter oder Rohstoff für die Fermentationsindustrie verwendet werden. Die Rübenblätter bleiben auf dem Feld und werden als Düngemittel genutzt. Und mit dem Wasser, das 75 % der Zuckerrübe ausmacht, decken wir nahezu den gesamten Wasserbedarf für die Produktion. Jede Frucht wird also zu 100 % verwertet!

Bei der nächsten Kaffeerunde können Sie sicherlich mit diesem Wissen punkten. Sind Ihre Keksdosen schon gefüllt? Nein? Leckere Rezeptideen zur Weihnachtszeit finden Sie auf www.diamant-zucker.de/rezepte

EXOTISCHER E-SPORT

E-SPORT IST EIN FESTER BESTANDTEIL UNSERER GESELLSCHAFT. UNGLAUBLICH VIELE MENSCHEN BETREIBEN IHN. DARUM IST ES EINE ÜBERLEGUNG WERT, OB VEREINE IHN ANBIETEN KÖNNEN UND WOLLEN. „WIR IM SPORT“ ÜBER EINE BEWEGUNG, DIE IM ORGANISIERTEN SPORT VERMEINTLICH NOCH IN DEN KINDERSCHUHEN STECKT.

E-Sport ist die große Unbekannte. Nicht-Gamer wundern sich: Etablierte Spieler*innen sind unglaublich populär (und gutverdienend), die Szene ist riesig, aber dennoch in der Breite kaum bekannt. In den Vereinen in NRW ist das Phänomen erst recht noch nicht angekommen. Ist ja auch schwierig: Vereine möchten ihre Mitglieder bewegen – damit hat Zocken so gar nichts zu tun. Oder?

Doch, meint Miriam Langeleh. Sie leitet das Projekt „Förderung von E-Sport in der außersportlichen Jugendarbeit im Sportverein“ der Sportjugend NRW mit Unterstützung des Ministeriums für Kinder, Jugendliche, Familie, Gleichstellung, Flucht und Integration des Landes Nordrhein-Westfalen (MKJFGFI NRW). Das Projekt startete im September 2020 und läuft bis Ende 2024. An 20 Modellstandorten werden E-Sport-Angebote geschaffen, die Vereine mit Hardware versorgt und fachlich unterstützt.

JAHRELANGES TRAINING

„Nach der Definition umfasst E-Sports den menschlichen Wettkampf in Computer- und Videospielen. Wie auch bei den klassischen Sportarten treten Spieler*innen oder E-Sportler*innen in einer Disziplin gegen andere an“, erklärt sie. „Wenn man das professionell betreibt, muss man jahrelang trainieren und körperliche und kognitive wie psychische Leistung bringen.“ Das Bild des rumlummelnden Zockers im abgedunkelten Raum mit Piz-zakartons und leeren Energiedrinks hat



ausgedient: Die Vereine bieten Bewegungseinheiten und Infos zu gesunder Ernährung.

E-Sport ist mehr als ein Zug, auf den Vereine aufspringen können. Miriam Langeleh zählt eine Menge Vorteile auf: Angefangen damit, E-Sport zu einem Teil der unabwendbaren Digitalisierung zu machen und somit zukunftsfähig zu sein. Neue Zielgruppen anzusprechen, auch neue Kooperations- oder Sponsoringpartner, gerade im Bereich der Medienpädagogik (denkbar sind Schulen oder Jugendeinrichtungen). Die Vereinsattraktivität zu steigern, was sich auch in den anderen Bereichen (etwa im Ehrenamt) niederschlagen wird. ►





KURZINFO ZUM E-SPORTPROJEKT der Sportjugend NRW

- E-Sport als Angebot der außersportlichen Jugendarbeit im Sportverein
- **Laufzeit:** 1. September 2020 bis 31. Dezember 2024
- Gefördert vom Ministerium für Kinder, Jugendliche, Familie, Gleichstellung, Flucht und Integration des Landes NRW
- Projekt mit explorativem Charakter
- **Ziel:** Erfahrungen sammeln und Handlungsempfehlungen zum praktischen Umgang mit E-Sport in Sportvereinen entwickeln
- **Projektsäulen:**
 - Technische Ausstattung von 20 Modellstandorten und fachliche Beratung und Begleitung beim Aufbau von E-Sportangeboten
 - Entwicklung und Umsetzung einer Multiplikator*innen-schulung für Ehrenamtliche zur pädagogischen Begleitung von E-Sportangeboten
 - Entwicklung von Angeboten zur Unterstützung des Vereinsmanagements im Themenfeld E-Sport (in Anlehnung an VIBSS)
 - Wissenschaftliche (medienpädagogische und gesundheitswissenschaftliche) Begleitung mit Blick auf potenzielle positive wie negative Auswirkungen auf die Teilnehmenden der E-Sportangebote

„E-Sport aufzubauen ist Pionierarbeit. Das kostet Energie und Zeit, überhaupt erst mal das Knowhow aufzubauen“

Nun reicht es nicht, ein paar PCs oder Konsolen aufzustellen und drauflos zu spielen, sagt sie. „E-Sport aufzubauen ist Pionierarbeit. Das kostet Energie und Zeit, überhaupt erst mal das Knowhow aufzubauen.“ Ohne Vorstandsunterstützung gehe da gar nichts: Denn dieser muss die fremden Themen nach außen vertreten, die Mehrwerte darstellen, hinter dem Konzept stehen. Das Gemeinnützigkeitsrecht bzw. die eigene Satzung im Blick haben, das finanzielle Invest überblicken. Und sich bewusst sein, dass das Thema nicht nur positiv ist: „Die kritischen Punkte beim E-Sport sind Bewegungsmangel, Suchtgefahr, Gewaltdarstellung, Kommerzialisierungsaspekte. Alle sind richtig. Aber dem kann ein Verein einen pädagogischen und präventiven Fokus entgegenstellen“ – besser als alleine, ohne Anleitung und ohne Einbindung zuhause zu zocken, meint Langeleh.

PRO SPIELTITEL EINE ÜBUNGSLEITUNG

Nur: Wer leitet an? Meist gibt es im oder um den Verein Gamer*innen, die mit Titeln wie Fifa, League of Legends oder Rocket League schon vertraut sind. Diese Personen brauchen eine zusätzliche Schulung, etwa die Multiplikator*innenschulung der Sportjugend NRW oder eine Trainer*innen-Ausbildung beim E-Sport-Bund Deutschland (125 LE). In beiden wurden bzw. werden Kenntnisse auch zum Jugendschutzrecht, zur Aufsichtspflicht im digitalen Raum, zu medienpädagogischen Themen vermittelt.

Ganz schön viel Rahmen für das Spielen von Computerspielen! Miriam Langeleh lacht: „Ja, das ist nicht wenig. Aber wenn man bedenkt, dass fast jeder mit seinem Handy Spiele spielt – und sei es nur Candy Crush –, sieht man, wie sehr Gaming Teil unseres Alltags geworden ist. Dann doch besser in einem geschützten Raum und miteinander!“



BILLERBECK ZOCKT

Bericht über einen vom E-Sport begeisterten Verein im Münsterland

➔ magazin.lsb.nrw



Wert und Werte des Sports

DR. CHRISTOPH NIESEN, Vorstandsvorsitzender des Landessportbundes NRW



Der Wert des Vereinssports für unsere Gesellschaft auf der einen Seite und seine politische und mediale Wahrnehmung auf der anderen Seite stehen in einem Missverhältnis. Sport im Verein stärkt den Zusammenhalt, er fördert die Gesundheit, bildet durch Bewegung, entwickelt sportliche Spitzenleistungen, lehrt Selbstbestimmung und lebt Vielfalt. All das hat jedoch nicht verhindert, dass er während der Corona-Pandemie 2020/2021 auf der politischen Agenda zunächst ganz nach unten gerutscht ist. Zu spät wurde erkannt, welche Schäden ein Sport-Lockdown bei den Menschen verursacht, gerade bei Kindern und Jugendlichen. Und in der 2022 einsetzenden Energiekrise hat es erneut lange gedauert, bis Politik verstanden hat, dass Sportvereine genauso betroffen sind wie viele Betriebe, dass ihre Existenz bedroht ist, wenn sie ihre Energierechnungen nicht mehr bezahlen können. Es bleibt deshalb unsere ständige Aufgabe, auf den Wert des Vereinssports hinzuweisen und zu verdeutlichen, dass dieser Wert nichts Selbstverständliches ist.



**„MACHEN SIE
MIT UND
GESTALTEN
SIE EINEN
WERTVOLLEN
VEREINSSPORT“**



IM BLICK BEHALTEN MÜSSEN WIR AUCH UNSERE WERTE nach innen, die Leitplanken, an denen wir unsere Arbeit orientieren. Fairness und Respekt, das nennen wir gern als Richtschnur unseres Handelns. Die zunehmende verbale und körperliche Gewalt in unserer Gesellschaft betrifft aber auch den Vereinssport massiv. Beleidigungen und Tätlichkeiten gegenüber Sportler*innen, Schiedsrichter*innen und Dritten haben deutlich zugenommen, bis hin zu sexualisierter Gewalt. Die Werte, die der Sport für sich reklamiert, sind also ebenso nichts Selbstverständliches.

Wert und Werte des Sports müssen täglich durch Handeln erarbeitet und gelebt werden. Dafür setzen sich viele Menschen in NRW freiwillig und in ihrer Freizeit ein. Ihnen gilt unser Dank und all denen, die noch nicht dabei sind, rufen wir zu: Machen Sie auch mit und gestalten Sie einen wertvollen Vereinssport.

Foto: Andrea Bowinkelmann

IMPRESSUM

HERAUSGEBER

Landessportbund
Nordrhein-Westfalen e.V.

HAUSADRESSE

Friedrich-Alfred-Allee 25
47055 Duisburg

POSTADRESSE

Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg
Telefon 0203 7381-0

lsb.nrw

Wir-im-Sport@lsb.nrw

E-Mag: magazin.lsb.nrw

ISSN: 1611-3640

REDAKTION

Ilja Waßenhoven
(V.i.S.d.P.)
Kiyu Kuhlbach (Leitung)
Theo Düttmann
(geschäftsführender Redakteur)

Ulrich Beckmann
Andrea Bowinkelmann (Foto)
Sabrina Hemmersbach
Frank-Michael Rall
Maximilian Rembert
Jürgen Weber

REDAKTIONSASSISTENZ

Lara Benkner
Annelie Braas

TITELFOTO

Andrea Bowinkelmann

SERVICE VEREINE

Betreuung kostenfreier Vereinsbezug
Landessportbund NRW
Evelyn Dietze
Telefon 0203 7381-937

GESTALTUNG

Entwurfswerk, Düsseldorf
entwurfswerk.de

DRUCK

L. N. Schaffrath GmbH & Co. KG
Druck-Medien, Geldern

ANZEIGENVERWALTUNG

Luxe Medien Verlagsdienstleistungen
Wesseling Str. 7
50321 Brühl
Telefon 02232 7011-682
luxx-medien.de

ANSPRECHPARTNER ANZEIGEN

Jörn Bickert, Bickert@luxx-medien.de

Redaktionsschluss 23.01.2023

Anzeigenschluss 23.01.2023



Klima schützen
mit Deutsche Post

Gedruckt auf 100%
Altpapier, zertifiziert
mit dem Blauen Engel
(das Umweltzeichen)

ARAG. Auf ins Leben.

**Auf die Plätze,
fertig ... lesen!**

Durchstarten mit Top-News: Im ARAG Sport-Newsletter
finden Sie regelmäßig Neuigkeiten und spannende Infos,
die Ihren Verein oder Verband nach vorn bringen.

www.ARAG.de/Sport-Newsletter



*Jetzt
registrieren!*