

Infobrief | Nr. 5 Mai 2022

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

Ihr KSB-Team

Termine

Seit dem 20.03.2022	Bewegungsaktionen in Lichtenau
01.05.2022	Generationenwandern in Atteln
Ab dem 02.05.2022	Adipositas Aktiv
11.05.2022	Gesundheitswerkstatt in Delbrück
Ab dem 16.05.2022	Sport im Park
19.05.2022	Workshop „Sportverein als Lebenswelt erkennen und gestalten“
11.06.2022	Sportehrenamt-NRW-Tour 2022
02.07.2022	Netzwerkveranstaltung Inklusion

Delbrücker Stadtrallye: Klein und Groß erleben ein Abenteuer

„Gesunde Kommune“ & „Integration durch Sport“



Der Frühling steht in den Startlöchern und passend dazu gibt es ein neues Bewegungsangebot: Die Delbrücker Stadtrallye „Klein und Groß erleben ein Abenteuer“ richtet sich an Kinder und Familien in der Stadt Delbrück und wurde in Zusammenarbeit mit dem KreisSportBund Paderborn, im Rahmen des Projektes „Gesunde Kommune“, und der Stadt Delbrück“, konzipiert. Finanziell wird das Projekt durch das Bundesprogramm „Integration durch Sport“ gefördert.

Eltern, Großeltern und Kinder oder auch Freundesgruppen können nun spielerisch ihren Wohnort näher kennenlernen und wichtige Orte zu Fuß in der Stadt Delbrück entdecken. Insgesamt gibt es 9 Stationen, die auf einer Gesamtstrecke von ca. 2 Kilometern zu durchlaufen sind. An allen Stationen sind Fragen zu beantworten oder Aufgaben zu erfüllen.

Die Stadtrallye gibt es kostenlos als Heft zum Ausfüllen im Delbrücker Rathaus (Lange Straße 45, 33129 Delbrück), in einer Prospektbox vor dem Rathaus oder online zum Download. Nähere Informationen finden Sie ab sofort [hier](#).



Stadtrallye Delbrück

„Klein und Groß erleben ein Abenteuer“



Hallo kleine und große Entdecker,
wenn ihr euch auf den Weg durch die Stadt macht, werdet ihr viele tolle Orte kennenlernen. An jeder Station auf der Karte dürft ihr Aufgaben lösen. Schafft ihr es, alle Stationen zu meistern?

Und so geht's:

1. Macht euch gemeinsam mit euren Eltern, Großeltern oder einer anderen Begleitperson auf den Weg.
2. Haltet an jeder Station an und lest euch die Informationen durch.
3. Löst die Aufgabe der Station.
4. Begebt euch zur nächsten Station.

Für das Abenteuer braucht ihr:

 Eine feste Unterlage Hierfür könnt ihr zum Beispiel ein Kleimbrett nutzen, auf welches ihr die Laufzettel befestigen könnt.	 Verschiedene Stifte Zum Ausfüllen braucht ihr Kugelschreiber, einen gelben Stift und einen grünen Stift sowie weitere Buntstifte.	 Verpflegung & Kleidung Feste Schuhe, reichlich Getränke und einen Rucksack zum Verstauen.
---	---	---

Los geht's, wann immer ihr möchtet. Ganz viel Spaß beim Erleben!
Ihr habt alle Aufgaben gelöst und seid am Ziel angekommen!
Herzlichen Glückwunsch!
Nun seid ihr richtige Profis in der Stadt Delbrück und dürft euch eure Entdeckerurkunde ausdrucken!
Zur Erinnerung könnt ihr die Urkunde im Rathaus stempeln und unterschreiben lassen. Wisst ihr noch, wo das Rathaus ist?



ZIEL



Routenanweisung






Ansprechpartner:

Katharina Voth

✉ katharina.voth@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-14

Freie FSJ-Stellen für das kommende Bildungsjahr

„Sportjugend Paderborn“

Derzeit sind für das Bildungsjahr 2022/23 in den Kreisen Paderborn, Lippe und Höxter noch freie FSJ-Stellen verfügbar. Dienstbeginn ist entweder der 01.08. oder 01.09.2022. Interessierte junge Menschen können sich über unsere [Website](#) sowie direkt bei Jan Niclas Müller über das Freiwillige Soziale Jahr und die Einsatzstellen informieren.



Ansprechpartner:

Jan Niclas Müller

✉ jan.mueller@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-07

Zukunft in Lichtenau (mit)gestalten

„Gesunde Kommune“

Bis zum 29.05.22 haben die Bürgerinnen und Bürger der Energiestadt Lichtenau die Möglichkeit, sich aktiv für ihre Gesundheit einzusetzen. Anhand einer Online-Befragung des Projektes „Gesunde Kommune“ können Erwachsene ab 55 Jahren sowie Eltern von Kindern im Alter von 0 bis 6 Jahren ihre Bedürfnisse und Wünsche äußern. Dadurch wird verhindert, dass an den Bedürfnissen der Bevölkerung vorbeigeplant wird. Stattdessen werden Angebote entwickelt, die von den Menschen vor Ort umgesetzt und angenommen werden. So können passgenaue Maßnahmen entstehen, die langfristig in der Kommune Lichtenau zum Tragen kommen.

Weitere Informationen zur Online-Befragung finden Sie [hier](#).

Ansprechpartner:

Lina Kemper

✉ lina.kemper@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-13

Adipositas Aktiv – eine zweite Gruppe wird eröffnet!

„Bewegt GESUND bleiben in NRW!“

Über 800 Millionen Menschen auf der Welt leiden an Adipositas. Häufig ist es für die Betroffenen schwierig ein passendes Sportangebot zu finden. Gemeinsam sehen der Sportverein TuRa Elsen e.V., das St. Vincenz-Adipositaszentrum und wir es als notwendig, den Betroffenen eine Möglichkeit für gemeinsamen Sport in einem geschützten Rahmen zu ermöglichen. Aus diesem Grund startet ab dem 02. Mai um 18:00 Uhr das neue Sportangebot „Adipositas Aktiv“ am und im Vereinshaus der TuRa Elsen e.V.. Das Interesse der Betroffenen ist riesig und so war die Gruppe innerhalb kurzer Zeit ausgebucht. Umso erfreulicher ist es, dass ein zusätzliches Angebot gestartet wird. Alle Interessierten haben die Möglichkeit, das Angebot „Adipositas Aktiv“ auch eine Stunde später zu starten, d.h. montags um 19:00 Uhr.

Für weitere Informationen melden Sie sich unter info@tura-elsen.de



Ansprechpartner:

Carina Moss

✉ carina.moss@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-01

Sportverein als Lebenswelt erkennen und gestalten

„Bewegt GESUND bleiben in NRW!“

Am Donnerstag, den **19. Mai 2022** laden wir alle Interessierten zu dem Workshop „Sportverein als Lebenswelt erkennen und gestalten“ von 18:00 bis 20:00 Uhr im Vereinsheim des SC GW Paderborn (Ottilienquelle 2, 33102 Paderborn) ein. Ziel des Workshops ist es die Sportvereine auf dem Weg zu einem gesundheitsorientierten Verein zu unterstützen, Erfahrungen zu diskutieren und sich über neue Ideen und Angebotsformen auszutauschen.

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage. Bitte melden Sie sich bei Carina Moss an.

Ansprechpartner:

Carina Moss

✉ carina.moss@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-01

Sportehrenamt-NRW-Tour 2022

„Hövelhofer Breitensport e.V.“

Unter dem Motto #SPORTEHRENAMT – Jetzt erst richtig rücken die „Menschen in der zweiten Lebenshälfte“ ins Rampenlicht des Ehrenamts. Schon im vergangenen Jahr sollte die dazu organisierte NRW-Tour des Landessportbundes NRW beim Hövelhofer Breitensport e.V. einen Stopp einlegen. Aufgrund der Corona-Pandemie wurde die gesamte Tour auf dieses Jahr verlegt. Am Samstag, den 11.06.2022 legt der LSB nun seinen Stopp in Hövelhof ein. An diesem Tag wird von 14:00 bis 17:00 Uhr ein buntes Programm im Schlossgarten veranstaltet mit Angeboten für Jung und Alt. Weitere Informationen erhalten Sie in Kürze auf der [Vereinshomepage](#).



Ansprechpartner:

Carina Moss

✉ carina.moss@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-01

Gesundheitswerkstatt in Delbrück für die Zielgruppe über 55 Jahren

„Gesunde Kommune“



Das Projektteam „Gesunde Kommune“ lädt herzlich zu der zweiten Gesundheitswerkstatt zum Thema „**Gesundheitsförderung ohne Grenzen**“ ein. Dieser findet statt am **11.05. um 18:00 Uhr im Sport- und Begegnungszentrum Westenholz** statt. Einen besonderen Schwerpunkt möchten wir dabei auf die Erreichbarkeit von Migrant*innen im Kontext der Gesundheitsförderung legen.

Freuen Sie sich auf einen informativen und austauschreichen Abend, gemeinsam mit Lorena Fischer, Integrationsbeauftragte der Stadt Delbrück mit Informationen zu der aktuellen Situation in Delbrück sowie Christoph Rothmann, welcher die praktische Arbeit des integrativen Stützpunktvereins SC Borchon 1926/32 e.V. vorstellt. Die Gesundheitswerkstatt dient Ihnen als Plattform, um mit weiteren Akteurinnen und Akteuren aus Delbrück in den Austausch zu kommen und relevante Themen auf Ihr Arbeitsfeld und mögliche Vernetzungsmöglichkeiten beziehen zu können.

Weitere Informationen finden Sie auf unserer [Homepage](#).

Ansprechpartner:

Carina Moss

✉ carina.moss@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-01

Save the Date

„Inklusion“

Wie kann das Thema Inklusion im Verein/ in der Kommune umgesetzt werden? Im Rahmen unserer Netzwerkveranstaltung am **02.07.2022** möchten wir Ihnen Möglichkeiten hierzu aufzeigen. Die Kommunen Paderborn, Bad Wünnenberg und Bad Lippspringe haben diesen Schritt bereits gewagt und sich für das Host Town Programm von Special Olympics beworben und eine Zusage bekommen. Das Host Town Programm bietet den Kommunen die Chance das Thema Inklusion langfristig zu verankern. Weitere Informationen zur Netzwerkveranstaltung folgen.

Ansprechpartner:

Lisa Frintrup

✉ lisa.frintrup@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-03

Sport ist kein Privileg

„Inklusion“

Anhand von 10 Sportarten zeigt der Landessportbund NRW im Rahmen seiner Imagekampagne „Sport und Inklusion“ eindrucksvoll, wie ein gemeinsames Sporttreiben von Menschen mit und ohne Beeinträchtigung stattfinden kann. Mit dabei sind die Kletterer des SV Sudhagen und Philip Wilmes von den Ahorn Panthers. Seit einigen Jahren klettern Mitglieder des SV Sudhagen und der Handicap Kidz gemeinsam am vereinseigenen Kletterturm. Den Kletterfilm und alle weiteren Filme der Imagekampagne findet ihr [hier](#).



© LSB NRW / Ludger Staudinger

Ansprechpartner:

Lisa Frintrup

✉ lisa.frintrup@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-03

Vater-Kind Spielplatzvormittag in der Kita im Bewegungswerk

„Kita im Bewegungswerk“

Am Samstag, den 23.04.2022 lud das pädagogische Team der Kita im Bewegungswerk zu einem spannenden Vater-Kind-Vormittag ein. Bei strahlendem Sonnenschein und frühlingshaften Temperaturen brachten zahlreiche Kinder ihre Väter mit auf das Außengelände der Kita. Dort stürzten sich die rund 60 Papas dann gleich ins Abenteuer: Ob schaukeln, rutschen, klettern, Bobby-Car fahren oder Sandburgen bauen; auf dem Spielplatz war mächtig was los. Auch die Kinder freuten sich darüber, ihren Vätern endlich mal zeigen zu können, was sie in der Kita alles erleben. Nach langem Pandemiebetrieb ein rundum gelungener Vormittag!



Ansprechpartner:

Ingrid Winzig

✉ ingrid.winzig@ksb-paderborn.de

☎ 05250 97094-0

Wir suchen Dich!

„KreisSportBund Paderborn“

Zur Ergänzung unseres Teams suchen wir zum schnellstmöglichen Zeitpunkt einen **Mitarbeiter (m/w/d) in der Koordinierungsstelle im Qualitätsbündnis zum Schutz vor sexualisierter Gewalt im Sport (Vollzeit)**. Die Stellenausschreibung findest Du [hier](#).

Ansprechpartner:

Katharina Neuhaus

✉ katharina.neuhaus@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-04

STADTRADELN: Radeln für ein gutes Klima

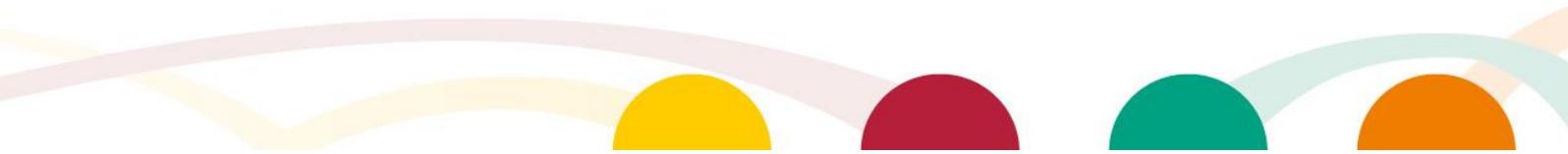
„Kreis Paderborn“

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 15. Mai. Teilnehmen können alle Personen, die im Kreis Paderborn arbeiten, einem Verein angehören oder eine Hoch(Schule) besuchen. Die Anmeldung für Radelnde ist ab sofort [hier](#) möglich. Danach losradeln und die Radkilometer online eintragen oder per STADTRADELN-App tracken.



Kreis Paderborn
15. Mai bis 04. Juni 2022

Wir sind dabei!
Jetzt registrieren und mitradeln!
stadtradeln.de



Kurse / Vorträge 2022

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

16. & 17.09.2022 [Krav Maga - israelische Selbstverteidigung für Frauen](#)

SPORTBILDUNGSWERK
LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Ausbildungen 2022

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

Übungsleiter C-Ausbildungen

16.06.-19.06.2022 [Übungsleiter-C HERBSTGOLD \(für Personen ab 50 Jahren\) Basismodul \(30 LE\)](#)
09.07.-31.07.2022 [Übungsleiter-C HERBSTGOLD \(für Personen ab 50 Jahren\) Aufbaumodul \(90 LE\)](#)
25.06.-02.07.2022 [Übungsleiter-C Basismodul \(30 LE\)](#)
25.07.-05.08.2022 [Übungsleiter-C Aufbaumodul \(Profil: zielgruppenübergreifend\) \(90 LE\)](#)
07.10.-15.10.2022 [Übungsleiter-C Basismodul \(30 LE\)](#)
21.10.-26.11.2022 [Übungsleiter-C Aufbaumodul \(Profil: zielgruppenübergreifend\) \(90 LE\)](#)

Übungsleiter B-Ausbildungen

12.03.-12.06.2022 [Übungsleiter-B Reha Aufbaumodul \(90 LE\) Profil: Innere Medizin](#)
15.10.-16.10.2022 [Übungsleiter-B Rehabilitation Basismodul \(15 LE\)](#)
22.10.-04.12.2022 [Übungsleiter-B Reha Aufbaumodul \(90 LE\) Profil: Orthopädie](#)

Zertifikat für Bewegungsförderung in Verein und Kita

16.09.-15.10.2022 [Zertifikat für Bewegungsförderung in Verein und Kita \(60 LE\)](#)

Fortbildungen 2022

SPORTBILDUNGSWERK
LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Übungsleiter C-Fortbildungen

07.05.2022	<u>Wassergewöhnung (8 LE)</u>
14.05.2022	<u>Rope Skipping (8 LE)</u>
28.05.2022	<u>Starke Stimme – Starker Auftritt (Auftreten vor Gruppen) (8 LE)</u>
11.06.2022	<u>Funktional Training Inklusiv (8 LE)</u>
25.06.2022	<u>Mobility (8 LE)</u>
26.08.-27.08.2022	<u>Sportpsychologie: Teambuilding für Sportteams (15 LE)</u>
22.10.2022	<u>Mal eben aus dem Nichts gezaubert (8 LE)</u>
29.10.-30.10.2022	<u>Body and Brain I und II (15 LE)</u>

Übungsleiter B-Fortbildungen Rehasport

30.07.2022	<u>Traumatologie COPD (Besonders nach Corona) (8 LE)</u>
13.08.2022	<u>Körperwahrnehmung – Körperentspannung – Körperhaltung (8 LE)</u>
10.09.-11.09.2022	<u>Rücken- & Gelenke-Update (15 LE)</u>
05.11.2022	<u>Ganzheitliche Sturzprophylaxe (8 LE)</u>

Übungsleiter B-Fortbildungen Bewegungserziehung

04.06.2022	<u>Kreativer Kindertanz (4 LE)</u>
04.06.2022	<u>Kinderyoga (4 LE)</u>
17.09.2022	<u>Ringen, Raufen, Kräfte messen (8 LE)</u>
03.09.2022	<u>Gesunderhaltung bei Kindern (4 LE)</u>
03.09.2022	<u>Kinderentspannung (4 LE)</u>
19.11.2022	<u>Kinderyoga (8 LE)</u>