

## Infobrief | Nr. 4 April 2023

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

Ihr KSB-Team

### Termine

02.04.2023	Aktiv und gesund in BaLi – Familienfest „Gesunde Kommune“
18.04.2023	Digitaler Vereinstalk: Sportabzeichen
19.04.2023	Vortrag „Mineralwasser – Gesund und vielseitig“
19.04.2023	Gemeinsam unterwegs – Begleitete Spaziergänge für jedes Alter startet in Borchen
25.04.2023	Jugendtag der Sportjugend
25.04.2023	Workshop: „Die gesunde Brotbox“
09.05.2023	Ordentliche Mitgliederversammlung
15.05.2023	Ab Mai heißt es wieder „Sportstadt, beweg dich!“
23.05.2023	Workshop: „Heißhunger adé!“
20.06.2023	Workshop: „Gesund essen im Homeoffice“

### Save the date – Ordentliche Mitglieder- versammlung des KreisSportBundes Paderborn e.V.

„Vereinsberatung“

In diesem Jahr findet die ordentliche Mitgliederversammlung des KSB Paderborn statt.

Merken Sie sich hierfür bitte **Dienstag, den 09. Mai** ab **19:00 Uhr** vor. Die finale Einladung samt Tagesordnung wird Ihnen fristgerecht zugesandt. Anträge zur Tagesordnung können von allen stimmberechtigten Mitgliedern beim Vorstand bis zum **30. April** eingereicht werden. Wir hoffen, Sie am **09. Mai** im Forum des Berufskollegs Schloss Neuhaus (An d. Kapelle 2, 33104 Paderborn) zu unserer ordentlichen Mitgliederversammlung begrüßen zu dürfen.

Der Jugendtag der Sportjugend im KreisSportBund Paderborn findet am **Dienstag, den 25. April** um **19.00 Uhr** im Inselbadstation des SC Grün Weiß statt. Eine finale Einladung samt Tagesordnung wird ebenfalls fristgerecht zugesandt.

### Geldregen für Sportvereine

„Vereinsberatung“

Das Jahr 2023 ist für Sportvereine mit einem regelrechten Geldregen gestartet. Die Förderung digitaler Ausstattung und die Bewegungsoffensive sind nur zwei von vielen Förderprogrammen, die die Vereine tatkräftig unterstützen sollen. Nun gibt es weitere Förderprogramme von denen die Sportvereine profitieren können.

### Übungsleiteroffensive

Übungsleiter\*innen qualifizieren und Trainer\*innen mit Ausbildungsangeboten fördern: Hierfür stellt das Land NRW Vereinen 1. Mio. Euro zur Verfügung. Gefördert werden Ausbildungsgebühren bis zu 500 Euro pro Qualifikationsmaßnahme. Es werden sowohl Ausbildungen zu Schwimmlehrer\*innen, Schwimmlehrer\*innenassistenten, Sporthelfer\*innen und Trainer\*innenassistenten bezuschusst, aber auch Ausbildungen innerhalb der 1. und 2. Lizenzstufen (C und B-Lizenzen).

Anträge können ab sofort gestellt werden. Weiter Informationen finden Sie [hier](#).

## 1000 X 1000

„Vereinsberatung“

Das Förderprogramm 1000 X 1000 fördert Maßnahmen und Projekte der Sportvereine mit einmalig 1.000 Euro, die in folgenden Förderschwerpunkten liegen:

- Kooperation Sportverein mit Schulen
- Kooperation Sportverein mit Kindertageseinrichtungen
- Integration
- Inklusion
- Gesundheitssport
- Sport der Älteren
- Mädchen und Frauen im Sport
- Reha-Sport

Anträge können bis zum **30. Mai** über das [Förderportal](#) gestellt werden. Förderfähig sind Maßnahmen der Sportvereine, die im Zeitraum **01.01.2023 bis 31.12.2023** durchgeführt werden.

## Förderung der Übungsarbeit

„Vereinsberatung“

Auch dieses Jahr wird das Land NRW Sportvereinen eine Förderung zur Leitung der Übungsarbeit von Sportvereinen zur Verfügung stellen. Voraussetzung zur Förderung ist die Gemeinnützigkeit eines Vereins sowie die erfolgte Mitgliedermeldung (Bestandserhebung). Außerdem muss der Verein über lizenzierte Übungsleitungen verfügen. Gefördert wird der Trainingsbetrieb im Breitensport. Die Beantragung ist ab sofort über das [Förderportal](#) möglich.

## Soforthilfe Sport 2023: Krisenhilfe Energie

„Vereinsberatung“

55 Millionen Euro Krisenhilfe werden für Sportvereine aus Mitteln des Landes NRW bereitgestellt. Hiermit soll eine Fortführung des Vereinsbetriebs mit Blick auf die deutlich gestiegenen Energiepreise gesichert werden. Erhöhte Ausgaben sowohl für Strom, Wärme als auch

für Nutzungsentgelte im Zeitraum vom **01.04.2022 bis zum 31.03.2023**, die tatsächlich durch die gestiegenen Energiepreise begründet sind, werden über das Hilfsprogramm abgemildert. Für die Antragsstellung muss ein Nachweis zur Gemeinnützigkeit vorliegen. Anträge können über das [Förderportal](#) bis zum **30. Mai** gestellt werden.

Bei Fragen steht der Landessportbund NRW unter [energie@lsb.nrw](mailto:energie@lsb.nrw) zur Verfügung.

Klicken Sie [hier](#) für eine Übersicht aller Förderprogramme.

### Ansprechpartnerin:

Lukas Schäfers

✉ [lukas.schaefers@ksb-paderborn.de](mailto:lukas.schaefers@ksb-paderborn.de)

☎ 05251 68330-08

## Aktiv und gesund in BaLi – Familienfest „Gesunde Kommune“

„Gesunde Kommune“



**AKTIV UND GESUND IN BALI -  
Familienfest „Gesunde Kommune“**  
Sonntag, 2. April | 11 - 18 Uhr | Arminiuspark  
[www.bad-lippspringe.de](http://www.bad-lippspringe.de)

## Aktiv und gesund in BaLi – Familienfest „Gesunde Kommune“

„Gesunde Kommune“

Gemeinsam mit der Stadt Bad Lippspringe lud das Projektteam der Gesunden Kommune am vergangenen Sonntag zu einem generationsübergreifenden Familienfest im Arminiuspark ein, welches sich rund um das Thema „Gesundheit“ drehte. Den Besucher\*innen wurde ein abwechslungsreiches Programm geboten. Neben leckeren Essensangeboten und interessanten Infoständen erhielten Klein und Groß die Möglichkeit, sich bei verschiedenen Mitmachaktionen auszuprobieren. Dazu zählte bspw. ein Kletterturm, mehrere Hüpfburgen oder der Besuch des Gesundheitsmobils der Techniker Krankenkasse. Auch auf der Bühne sorgten musikalische aber auch sportliche Angebote für einen unterhaltsamen Tag. Eröffnet wurde das Fest von Herrn Bürgermeister Ulrich Lange.

Das Familienfest stellte gleichzeitig auch den Auftakt des Projektes Gesunde Kommune in Bad Lippspringe dar. Dafür hat sich das Projektteam eine kreative Aktion überlegt: Gemeinsam mit dem Bürger\*innen wurde ein großes Bild zum Thema „Was stärkt deine Gesundheit?“ gestaltet.

Außerdem gab es schon einige Informationen zu dem weiteren Projektverlauf. Dazu zählte die Bürgerbefragung, die am gleichen Tag startete und zur Beteiligung animierte.

Eine Teilnahme an der Befragung ist noch bis zum 30.04.2023 möglich.

Weitere Informationen zur Bürgerbefragung in Bad Lippspringe finden Sie [hier](#).

### Ansprechpartnerin:

Lena Böhm

✉ [lena.boehm@ksb-paderborn.de](mailto:lena.boehm@ksb-paderborn.de)

☎ 05251 68330-18

## Digitaler VereinsTALK: Sportabzeichen

„Vereinsberatung“



Wie kann man Sportabzeichen-Prüfer werden? Wo kann man die abgelegten Sportabzeichen einreichen? Inwiefern kann ich mit einer Schule zusammenarbeiten?

Diese und viele weitere Fragen könnt ihr bei unserem nächsten digitalen Vereinstalk stellen. Dieser findet wie gewohnt am dritten Dienstag im Monat statt. Der nächste Termin ist am **18. April um 19 Uhr**.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Wir freuen uns auf den Informationsaustausch!

Der Austausch findet über die Plattform [Zoom](#) statt:

Meeting-ID: 820 7090 3918

Kenncode: 381161

Weitere Informationen findet ihr [hier](#).

### Ansprechpartnerin:

Frauke Sandbothe

✉ [frauke.sandbothe@ksb-paderborn.de](mailto:frauke.sandbothe@ksb-paderborn.de)

☎ 05251 68330-05

## Vortrag „Mineralwasser – Gesund und vielseitig“

„Gesunde Kommune“

Wasser erfüllt wichtige Aufgaben in unserem Körper. Eine ausreichende Trinkmenge spielt daher eine große Rolle in Bezug auf die Gesundheitsförderung. Dabei sollte Wasser als gesunder Durstlöscher das Getränk erster Wahl sein.

Im Rahmen unserer Themenreihe „Mitgehen für mehr Gesundheit“ laden wir Sie in Kooperation mit der Bad Driburger Naturparkquellen GmbH & Co. KG und dem SC Grün-Weiß 1920 e. V. herzlich dazu ein, mehr über das Lebensmittel „Mineralwasser“ zu erfahren. Der Vortrag „Mineralwasser – gesund und vielseitig“ findet am Mittwoch, den **19. April von 18:00 bis 19:00 Uhr** im Vereinsheim des SC Grün-Weiß Paderborn e. V. (Ottliensquelle 2, 33102 Paderborn) statt.

Mineralwassersommelière Frau Tatjana Wiegand (Bad Driburger Naturparkquellen GmbH & Co. KG) wird im Rahmen des Vortrags auf die Definition, Entstehung und das Vorkommen von Mineralwasser eingehen. Weiterhin wird sie sowohl unterschiedliche Wasserarten und Inhaltsstoffe vorstellen als auch gesundheitliche Aspekte näher beleuchten. Da Mineralwasser ein sehr vielseitiger Begleiter ist, wird Frau Wiegand erläutern, wie dieses richtig kombiniert werden kann z. B. mit Kaffee oder Wein. Darüber hinaus wird es eine kleine Verköstigung geben.

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen. Die Veranstaltung ist kostenlos. Wir bitten um eine vorherige Anmeldung. Weitere Infos zur Veranstaltung und Anmeldung findet ihr [hier](#).

### Ansprechpartnerin:

Lina Kemper

✉ lina.kemper@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-13

## Gemeinsam unterwegs – Begleitete Spaziergänge für jedes Alter startet in Borchen

„Gesunde Kommune“

Bei einem gemeinsamen Spaziergang ins Gespräch kommen und das eigene Wohnumfeld erkunden – das ist das Ziel des KreisSportBund Paderborn e.V. und der Gemeinde Borchen mit der Einrichtung von begleiteten Spaziergängen in der Gemeinde. Das Spazierengehen im eigenen Wohnumfeld ist eine besonders alltagsnahe, besonders für Ältere vertraute und vor allem wirksame Form der Bewegung im Freien.

Ab dem **19. April** haben alle Interessierten, ob mit oder ohne Rollator und Rollstuhl, an jedem ersten und dritten Mittwoch die Möglichkeit an einem gemeinsamen Spaziergang teilzunehmen. **Treffpunkt ist um 15:00 Uhr am Rathaus der Gemeinde** (Unter der Burg 1). Begleitet werden die Spaziergänge von geschulten Spazierpaten, die die seniorenfreundlichen Strecken vorab planen und darauf achten, dass alle Teilnehmenden eine Stunde in Bewegung schaffen.



### Ansprechpartnerin:

Carina Moss

✉ carina.moss@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-01

## Neue Angebote rund um die gesunde Ernährung

„SportBildungswerk Paderborn“

**Am 25. April** startet unsere Workshop-Reihe rund um das Thema Ernährung in Kooperation mit der VHS Salzkotten. Gestartet wird von **18:00-21:00 Uhr** mit dem Thema „die gesunde Brotbox“. Es wird erarbeitet, welche vier Elemente in die Brotbox gehören, damit Ihr Kind in der Schule gut versorgt ist und konzentriert bleibt. Sie erhalten praktische Tipps und einfache Rezepte, wie Sie die Pausenbrotbox Ihres Kindes füllen können.

**Am 23. Mai** geht es dann weiter mit dem Thema „Heißhunger adé!“, denn wer kennt nicht den täglichen Heißhunger auf Süßigkeiten? Da hilft es auch nicht, einfach in einen Apfel zu beißen... Machen Sie Schluss mit solchen Essattacken! An diesem Abend wird erarbeitet, warum Sie überhaupt Heißhunger haben, wie Sie vorbeugen können und worauf Sie im Notfall zurückgreifen können.

Abgeschlossen wird mit dem Thema „Gesund essen im Homeoffice“ **am 20. Juni**. Durch die vermehrte Arbeit im Homeoffice werden keine festen Mittagspausen eingehalten. Außerdem ist der Weg in die Küche nicht weit: Hier ein Müsliriegel, da ein Stück Schokolade und nebenbei noch einen Smoothie gekauft, weil keine Zeit zum Frühstück war. Sie lernen, wie Sie Ihren Alltag mit konzentrationsfördernden Lebensmitteln gestalten können und nehmen schnelle Rezeptideen für zu Hause mit.

Durchgeführt werden die Workshops von Aline Weiß. Als staatlich geprüfte Ernährungsberaterin und Inhaberin der Praxis „Gesund isst einfach“, kennt sie sich bestens mit den verschiedensten Ernährungsthemen aus. Stattfinden werden alle Seminare in der Lehrküche, der Gesamtschule Salzkotten. Pro Seminar kostet die Teilnahmegebühr 25,00 €. Anmeldungen sind erforderlich. Die Kosten für Lebensmittel sind in der Kursgebühr enthalten. Weitere Informationen finden Sie [hier](#).

### Ansprechpartnerin:

Frauke Sandbothe

✉ [frauke.sandbothe@ksb-paderborn.de](mailto:frauke.sandbothe@ksb-paderborn.de)

☎ 05251 68330-05

## Umsetzung des Landeskinderschutzgesetzes NRW in Sportvereinen, Fachverbänden und Bündeln

„KreisSportBund Paderborn“

Ab dem **01. Mai 2022** sind durch das Landeskinderschutzgesetz NRW alle Vereine dazu verpflichtet, ein Schutzkonzept zu erstellen. Am **25. Februar** hat der Landessportbund NRW auf der Mitgliederversammlung einen wichtigen einstimmigen Beschluss gefasst. Dieser Beschluss betrifft zunächst alle Bünde, Verbände und Vereine, die direkt Mitglieder des LSBs sind. Für sie besteht bis zum **31. Dezember 2024** die Pflicht ein individualisiertes Schutzkonzept zu erstellen. Andernfalls werden diese ab dem **01. Januar 2025** von jeglicher Förderung durch den LSB ausgeschlossen. Dies gilt auch im Falle der Weiterleitung von KFJP-Mitteln für die Weiterleitungsempfänger. Ergänzend dürfen in den Einsatzstellen in den Freiwilligendiensten ab dem Bildungsjahr 2026/2027 keine Freiwilligen mehr eingesetzt werden, wenn bis dahin kein Schutzkonzept beschlossen wurde. Für alle anderen Vereine ist im Moment keine verbindliche Frist vorgesehen.

Der KreisSportBund als Koordinierungsstelle für das Qualitätsbündnis übernimmt die Aufgabe, die Vereine im entsprechenden Einzugsgebiet bei der Erstellung eines Schutzkonzeptes zu beraten und zu unterstützen. Dafür stehen Fachkräfte, Referent\*innen und Berater\*innen zur Verfügung, die Sie mit verschiedenen Schulungs- und Beratungsangeboten unterstützen. Als KreisSportBund raten wir Ihnen: Erstellen Sie – gerne mit unserer Unterstützung – ein Schutzkonzept und schaffen ein sicheres Umfeld für alle Sportvereinsmitglieder.

### Ansprechpartnerin:

Lorenz Wettemann

✉ [lorenz.wettemann@ksb-paderborn.de](mailto:lorenz.wettemann@ksb-paderborn.de)

☎ 05251 68330-09

## Ab Mai heißt es wieder „Sportstadt, beweg dich!“

„Sport im Park“

Die Vorbereitungen für das Sport im Park Jahr 2023 laufen auf Hochtouren. **Ab dem 15. Mai 2023** heißt es in Paderborn wieder „Sportstadt, beweg dich!“, die Paderborner\*innen können wieder gemeinsam draußen trainieren – ganz unverbindlich, kostenlos und unter qualifizierter Anleitung. Das gemeinsame Bewegungsprojekt des KreisSportBund Paderborn e.V. und des Sportservice der Stadt Paderborn versprechen ein buntes Bewegungsangebot in der freien Natur für alle Altersklassen. Von „Kids in Bewegung“ über „Laufen und Walken“ zu „Tabata“ sind Angebote dabei.

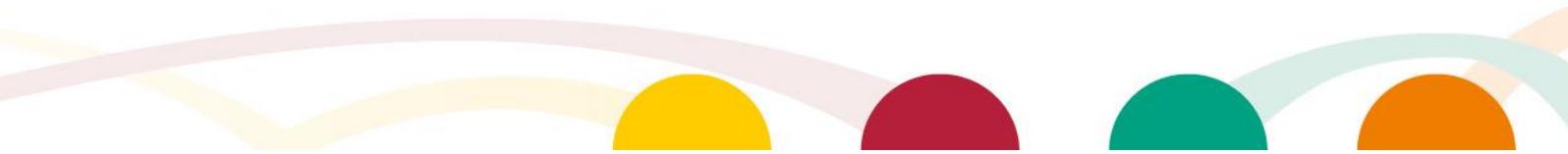
In den nächsten Wochen das Programm und alle weiteren Informationen auf [unserer Homepage](#) sowie auf der Homepage der [Stadt Paderborn](#) veröffentlicht.

### Ansprechpartnerin:

Carina Moss

✉ carina.moss@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-01



## Ausbildungen 2023

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



### Sport Helfer\*in-Ausbildung

03.04.-05.04.2023	<a href="#"><u>Sport Helfer*in I</u></a>
12.04.-14.04.2023	<a href="#"><u>Sport Helfer*in II</u></a>
02.10.-04.10.2023	<a href="#"><u>Sport Helfer*in I</u></a>
11.10.-13.10.2023	<a href="#"><u>Sport Helfer*in II</u></a>

### Übungsleiter C-Ausbildungen

09.06.-17.06.2023	<a href="#"><u>Übungsleiter-C Basismodul (30 LE)</u></a>
26.06.-07.07.2023	<a href="#"><u>Übungsleiter-C Aufbaumodul (Profil: Kinder &amp; Jugendliche) ( 90 LE)</u></a>
06.10.-14.10.2023	<a href="#"><u>Übungsleiter-C Basismodul (30 LE)</u></a>
27.10.-16.12.2023	<a href="#"><u>Übungsleiter-C Aufbaumodul (Profil: zielgruppenübergreifend) ( 90 LE)</u></a>

### Übungsleiter B-Ausbildungen

19.08.-20.08.2023	<a href="#"><u>Übungsleiter-B Basismodul (15 LE)</u></a>
02.09.-17.12.2023	<a href="#"><u>Übungsleiter B Aufbaumodul „Sport in der Rehabilitation, Profil: Orthopädie“</u></a>

### Zertifikat für Bewegungsförderung in Verein und Kita

21.04.-17.06.2023	<a href="#"><u>Zertifikat für Bewegungsförderung in Verein und Kita (60 LE)</u></a>
-------------------	---

## Fortbildungen 2023

### Übungsleiter C-Fortbildungen

22.04.2023	<a href="#"><u>Qualifizierung zum/zur Sportabzeichen Prüfer/-in – Schwerpunkt Leichtathletik (15 LE) mit Blended Learning</u></a>
06.05.2023	<a href="#"><u>Mal eben aus dem Nichts gezaubert (8LE)</u></a>
13.05.2023	<a href="#"><u>Aquafitness (8 LE)</u></a>
29.07.2023	<a href="#"><u>Auftreten vor Gruppen (8 LE)</u></a>
12.08.2023	<a href="#"><u>Mein Körper und ich - Spielerische Förderung der Körperwahrnehmung für Kinder (Kiga und Grundschule) (8 LE)</u></a>
16.09.2023	<a href="#"><u>Mal eben aus dem Nichts gezaubert (8LE)</u></a>
16.09.2023	<a href="#"><u>Faszien-Yoga (8LE)</u></a>
05.10.2023	<a href="#"><u>Öffentlichkeitsarbeit im Sportverein (online) (4 LE)</u></a>
21.10.2023	<a href="#"><u>Spiele mit Alltagsmaterialien (für Kinder) (8 LE)</u></a>
28.10.2023	<a href="#"><u>Mehr Ernährungskompetenz im Sport (8 LE)</u></a>
04.11.2023	<a href="#"><u>Body and Brain I (8 LE)</u></a>
12.11.2023	<a href="#"><u>Body and Brain II (8 LE)</u></a>

## Fortbildungen 2023

### Übungsleiter B-Fortbildungen Rehasport

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

### Übungsleiter B-Fortbildungen Bewegungserziehung

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

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