

Infobrief | Nr. 7 Juli 2023

Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Freundinnen und Freunde des Sports,
wir wünschen Ihnen und euch viel Spaß
beim Lesen unseres Infobriefes.
Euer/Ihr KSB-Team

Termine

- 01.08./01.09. Freie FSJ-Stellen für das kommende Bildungsjahr
- 07.10.2023 Schulung für angehende VIBBS-Referent*innen im Bereich „Prävention sexualisierter Gewalt“
- 18.11.2023 Erstes Functional & Mobility Event

Personelle Verstärkung beim KSB

„KreisSportBund Paderborn e.V.“

Als neue Mitarbeiterin beim KSB dürfen wir euch Paulina Krekeler vorstellen:

„Mein Name ist Paulina Krekeler, ich bin seit dem **01. Juni** beim Sportbildungswerk hauptsächlich für den Bereich der Qualifizierung, für die Planung von Events und für die Organisation von unseren Sportreisen zuständig. In meiner Freizeit ist meine Leidenschaft zum Sport immer präsent. Ob beim Fußball, Fahrradfahren, Laufen oder Kitesurfen ich bin überall gerne dabei. Durch mein Studium der Sportwissenschaft an der Universität Paderborn kann ich meine Affinität zum Sport auch in beruflicher Hinsicht ausleben. Neuen Sportarten gegenüber bin ich immer sehr offen und probiere alles gerne aus.“



Freut sich auf die neuen Aufgaben und die Zusammenarbeit: Paulina Krekeler | Foto © KSB Paderborn

Ansprechpartnerin:

Paulina Krekeler

✉ paulina.krekeler@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-06

Neuaufgabe des Projektes SPORTnachSCHLAG

„KreisSportBund Paderborn e.V.“

Rund 60.000 Menschen in Nordrhein-Westfalen erleiden jährlich einen Schlaganfall. Die Volkskrankheit ist der häufigste Grund für Behinderungen im Erwachsenenalter. Oft sind es halbseitige Lähmungen von Arm oder Bein, die den Betroffenen die Rückkehr in ihr altes Leben erschweren. Bewegung und Sport sind für ihre Rehabilitation elementar wichtig, um wieder mehr Autonomie zu gewinnen. Das Ziel des Projektes SPORTnachSCHLAG besteht darin neue Angebote zu schaffen, denn der Bedarf nach Rehabilitationssportgruppen scheint groß.



Ein gemeinsames Projekt von:
Landessportbund NRW e.V.,
Behinderten- und Rehabilitationssportverband NRW e.V.,
Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe

Die Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe fördert in enger Kooperation mit dem Behinderten- und Rehabilitationssportverband Nordrhein-Westfalen e.V. (BRSNW) und dem Landessportbund Nordrhein-Westfalen e.V. (LSB NRW) die

Gründung neuer Rehasportgruppen für Betroffene. Noch bis zum **31. Juli 2023** haben Sportvereine die Möglichkeit, sich für eine finanzielle Förderung zu bewerben, wenn sie ein neues Rehasportangebot für Schlaganfall-Betroffene einrichten. Die Förderung pro Gruppe liegt bei bis zu 500 €. Weitere Informationen sind [hier](#) zu finden.

Ansprechpartnerin:

Carina Moss

✉ carina.moss@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-01

Kita Bewegungsolympiade 2023

„Anerkannte Bewegungskindergärten“

Am **05. Juni** haben sich 66 Schulanfänger*innen aus den anerkannten Bewegungskitas im Kreis Paderborn bei der Bewegungsolympiade im Ahorn Sportpark getroffen, um gemeinsam sportlich aktiv zu werden.



Die Bewegungsolympiade ist ein gemeinsames Projekt zwischen einer Projektgruppe der Universität Paderborn, der AOK und dem KSB. Die Kitas durften vorab drei Workshops aus den folgenden

Angeboten auswählen: Squash, Basketball, Entspannung und Leichtathletik.

Ein großer Dank geht damit an die Paderborn Baskets, den Paderborner Squash Club, den LC Paderborn und an die AOK für die Unterstützung. Es war ein gelungener Vormittag mit dem „Sportinator“ zum Aufwärmen und jeder Menge Bewegung.



Ansprechpartnerin:

Kirsten Budde

✉ kirsten.budde@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-12

Erste Gesundheitswerkstatt in Bad Lippspringe

„Gesunde Kommune“

Am **06. Juni** lud das Projektteam der Gesunden Kommune zu der ersten Gesundheitswerkstatt in Bad Lippspringe ein. Zahlreiche Teilnehmer*innen aus den Bereichen Verwaltung, Bildung, Seniorenarbeit, Naturheilkunde und Gesundheit kamen dabei zusammen, um sich über die Ergebnisse der Zielgruppenbefragung auszutauschen. Darüber hinaus wurden gemeinsame Ideen für weitere Maßnahmen erarbeitet. Besonders die Themen Bewegung, Ernährung, Austausch sowie Begegnung und Erholung sowie Entspannung standen dabei im Fokus. Die Ergebnisse der Gesundheitswerkstatt, sowie die detaillierten Ergebnisse der Zielgruppenbefragung finden Sie [hier](#).

In der nächsten Zeit werden die erarbeiteten Ideen gemeinsam mit den einzelnen Akteur*innen in Bad Lippspringe umgesetzt.

GesundeKommune
KREIS PADERBORN | **BAD LIPPSPRINGE**



Ansprechpartnerin:

Lena Böhm

✉ lana.boehm@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-18

DSC Kindergartencup

„Kita im Bewegungswerk“

Bei strahlendem Sonnenschein und hochsommerlichen Temperaturen fand am **10. Juni** der DSC Kindergartencup statt. Der DSC ist einer der beiden Kooperationspartner, mit dem die Kita im Bewegungswerk zusammenarbeitet. In diesem Jahr hatte die Kita erstmalig eine größere Gruppe älterer Kinder und 17 von ihnen haben an der Veranstaltung teilgenommen. Verteilt auf zwei Mannschaften stellten sich die Teams der Bewegungskita anderen Kitas. Nach einigen Trainingseinheiten im Vorfeld waren die Kinder gut vorbereitet und hatten viel Spaß auf dem Fußballplatz. Stolz wurden nach Ende des Turniers Medaillen und ein Pokal entgegengenommen.



Ansprechpartnerin:

Ingrid Winzig

✉ ingrid.winzig@ksb-kita.de

☎ 05250 97094-0

Gelungene Auftaktveranstaltung von „Sport im Park“ begeistert Bad Lippspringe

„Gesunde Kommune“

Der Sommer in Bad Lippspringe hat einen neuen Höhepunkt erreicht: Das erstmalig in Bad Lippspringe stattfindende Projekt "Sport im Park" hat mit einer Auftaktveranstaltung die Bürger*innen begeistert. Unter strahlend blauem Himmel fanden sich am Montag, den **12. Juni** Sportbegeisterte aller Altersgruppen im Arminiuspark ein, um gemeinsam einen sportlichen Start in den Sommer zu genießen.

Besonders hervorzuheben ist die positive Atmosphäre, die während der Auftaktveranstaltung spürbar war. Menschen unterschiedlicher Hintergründe und Fitnessniveaus fanden zusammen, um gemeinsam Spaß zu haben und sich sportlich zu betätigen. Die Gemeinschaft und der Spaß standen im Vordergrund.

Die Sportstudierenden der Uni Paderborn, welche dieses Projekt gemeinsam mit dem KreisSportBund Paderborn e.V., der Stadt und dem Stadtsportverband Bad Lippspringe organisiert haben, zeigen sich zufrieden und hoffnungsvoll: „Die Auftaktveranstaltung war ein guter Start in Bad Lippspringe. Wir freuen uns den Menschen eine Freude zu machen und ihnen die Möglichkeit zu bieten, gemeinsam in der Natur, Sport zu machen. Natürlich freuen wir uns, wenn noch mehr Bad Lippspringer die Möglichkeit ergreifen und an den Sportangeboten diesen Sommer teilnehmen.“



Ansprechpartnerin:

Carina Moss

✉ carina.moss@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-01

Sporthelfer*innen Fortbildungstag

„Sportbildungswerk“

Am **13. Juni** wurden alle Sporthelfer*innen aus dem Kreis Paderborn zu einem Fortbildungstag in den Ahorn-Sportpark eingeladen.

Dabei haben sich 26 Sporthelfer*innen in den Bereichen Erste-Hilfe und Volleyball fortbilden lassen. Vielen Dank an die Malteser und den Westdeutschen Volleyball Verband, mit deren Hilfe die Angebote stattfinden konnten.

SPORTHELPER*INNEN FORTBILDUNGSTAG

Die Fortbildungsmöglichkeiten für junge, freiwillig im Sport engagierte Menschen waren an diesem Tag Erste-Hilfe und Volleyball. Außerdem wurde ihnen die Möglichkeit geboten, fachspezifische sportliche Ausbildungen und den Einstieg in den organisierten Sport kennenlernen. Die angebotenen Fortbildungen sind eingebunden und anerkannt im jeweiligen Qualifizierungssystem des Fachverbandes.

Ansprechpartnerin:

Marina Glatthor

✉ marina.glatthor@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-14

Erfolgreicher Workshop „Sicher unterwegs auf dem Elektrofahrrad“ in Bad Lippspringe

„Gesunde Kommune“

Das E-Bike erfreut sich immer größerer Beliebtheit. Parallel zum Zuwachs der E-Bikes ist auch die Anzahl an Unfällen gestiegen. Im Kreis Paderborn verunglückten von Januar bis Mai dieses Jahr bereits 56 Pedelec-fahrer*innen.

Um dem Aspekt entgegenzuwirken hat das Projektteam „Gesunde Kommune“ am Mittwoch, den **28. Juni** in Kooperation mit der Kreispolizeibehörde zum Workshop „Sicher unterwegs auf dem Elektrofahrrad“ nach Bad Lippspringe eingeladen. Zu Beginn wurden die Teilnehmenden über die Gefahrensituationen im Kreis Paderborn und das richtige Verhalten im Straßenverkehr aufgeklärt. Im Anschluss übten die E-Bike Fahrer*innen das richtige Auf- und Absteigen, Bremsen und Verhalten im Straßenverkehr mit ihren eigenen E-Bikes. Voller Begeisterung fuhren sie ihre Runden und wurden immer sicherer. Während der gesamten Veranstaltung klärte die Kreispolizeibehörde alle Fragen der Teilnehmenden. So wird die nächste Tour mit dem E-Bike - hoffentlich - von den Teilnehmenden mit mehr Sicherheit auf dem E-Bike und im Straßenverkehr stattfinden. Wenn Sie Interesse haben, dass derartige Workshops auch in ihrem Ort stattfinden, dann freuen wir uns auf ihre Rückmeldung. Wenn Sie Interesse haben, dass derartige Workshops auch in ihrem Ort stattfinden, dann freuen wir uns auf ihre Rückmeldung.



Ansprechpartnerin:

Carina Moss

✉ carina.moss@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-01

„Klein und Groß erleben ein Abenteuer“ – Die Delbrücker Stadtrallye für Alle nun auch in verschiedenen Sprachen erhältlich

„Gesunde Kommune“

In den **Sommerferien** möchte das Projektteam „Gesunde Kommune“ in Zusammenarbeit mit der Stadt Delbrück Kindern und Familien aus der Kommune zu einer selbstständig durchführbaren Stadtrallye einladen. Bereits im letzten Jahr wurde das Bewegungsangebot beworben und von Kindern und Familien zahlreich in Anspruch genommen. In den letzten Wochen wurde die Stadtrallye nun auch in verschiedenen Sprachen übersetzt. Dazu zählt englisch, ukrainisch und arabisch. „Wir hoffen, dass dadurch auch die zugezogenen und geflüchteten Bewohnerinnen und Bewohner in Delbrück die lokalen Angebote kennenlernen und nutzen können“, erläutert Bürgermeister Werner Peitz. An neun verschiedenen Stationen und den dazugehörigen Aufgaben bekommen die Teilnehmenden die Möglichkeit, ihren Wohnort spielerisch zu erkunden und besser kennenzulernen. Im Rahmen der Stadtrallye werden prägnante Orte aus Delbrück durchlaufen.

Dazu gehört beispielsweise das Rathaus, die Bücherei oder der Abenteuerspielplatz am Hallenbad. „Die Gesamtstrecke von zwei Kilometern soll die Kinder dazu animieren, sich körperlich zu betätigen und gleichzeitig Spaß an der Bewegung zu haben“, so Diethelm Krause, Präsident des KSB Paderborn. Auf Grund der positiven Resonanz und der großen Nachfrage werden den Kindern und Familien in Delbrück weiterhin eine Vielzahl an Heften kostenlos zur Verfügung gestellt.

Die Stadtrallyehefte werden im Delbrücker Rathaus, Lange Straße 45, sowie auf der städtischen Homepage (www.delbrueck.de) und [unserer Homepage](#) veröffentlicht. Finanziell wird die Maßnahme im Rahmen von „KOMM-AN NRW“ aus Mitteln des Landes Nordrhein-Westfalen (Ministerium für Kinder, Jugend, Familie, Gleichstellung, Flucht und Integration NRW), sowie durch das Bundesprogramm „Integration durch Sport“ gefördert.



Passend zum Sommerferienstart waren die Delbrücker Stadtrallyehefte auch in englischer, ukrainischer und arabischer Sprache im Rathaus, Lange Straße 45, erhältlich. Die Beteiligten des KSB und Bürgermeister Werner Peitz (3. v. l.) hoffen auf eine gute Resonanz: (v. l.) Lukas Schäfers, Lina Pühs, Lena Böhm und Präsident des KSB Diethelm Krause | Foto © Stadt Delbrück

Ansprechpartnerin:

Lena Böhm

✉ lana.boehm@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-18

FSJ im Sport in den Kreisen Paderborn, Lippe und Höxter

„Sportjugend Paderborn“

Für das kommende Bildungsjahr 2023/24 sind noch einige FSJ-Einsatzstellen in den Kreisen Paderborn, Lippe und Höxter frei. Ein Freiwilliges soziales Jahr im Sport bietet jungen Menschen zwischen 16 und 27 Jahren die Möglichkeit, einen Freiwilligendienst für 12 Monate zu absolvieren. Im Rahmen des FSJ führen die Freiwilligen ein eigenes Projekt durch, werden bei der Anleitung oder Unterstützung von Sportgruppen, in Kitas, in Schulen oder im offenen Ganztage eingesetzt. Durch das FSJ können unterschiedliche Kompetenzen erworben oder gefestigt und neue Fähigkeiten erlernt werden. Je nach Einsatzstelle können zudem verschiedene Trainer*innen-Lizenzen erworben werden. Ebenso ermöglicht ein FSJ im Sport einen tieferen Einblick in die Strukturen des organisierten Sports. Ein FSJ wird durch ein monatliches Taschengeld honoriert. Für interessierte finden sich freie Stellen bei Vereinen auf dem Stellenportal freiwilligendienststeinsport.nrw. Alternativ können sich interessierte junge Menschen direkt bei Josephine Rohmann und Lorenz Wettemann melden. Wir unterstützen gerne dabei, noch freie Stellen zu vermitteln.



Ansprechpartner*innen:

Josephine Rohmann und Lorenz Wettemann
✉ josephine.rohmann@ksb-paderborn.de
✉ lorenz.wettemann@ksb-paderborn.de
☎ 05251 68330-07 | 05251 68330-09

Schulung von VIBSS- Referent*innen für Prävention sexualisierter Gewalt im Sport

„KreisSportBund Paderborn e.V.“

Am **07. Oktober** findet von 10 bis 16 Uhr im Ahorn-Sportpark eine Schulung für angehende VIBSS-Referent*innen im Bereich „Prävention sexualisierter Gewalt“ statt. Die Schulung ist für Interessenten, die bereits an einem Kurz und Gut-Seminar zum Thema PSG teilgenommen haben und sich vorstellen können, dieses sehr sensible Thema offen, transparent und mit Einfühlungsvermögen bei Kurz und Gut-Seminaren oder Tagesveranstaltungen zu vermitteln. In der Schulung können Grundkenntnisse um die Themen Methodik, Didaktik, Abläufe und Herausforderungen erweitert werden.

Bei Interesse einer Teilnahme oder bei Fragen stehen Josephine Rohmann und Lorenz Wettemann zur Verfügung.

Ansprechpartner*innen:

Josephine Rohmann und Lorenz Wettemann
✉ josephine.rohmann@ksb-paderborn.de
✉ lorenz.wettemann@ksb-paderborn.de
☎ 05251 68330-07 | 05251 68330-09

Erstes Functional & Mobility Event im Kreis Paderborn liefert neue Impulse für Sportangebote

„Gesunde Kommune und Sportbildungswerk“

Am **18. November** ab 9:00 Uhr veranstaltet der KSB Paderborn das erste große Functional und Mobility Event im Kreis Paderborn. In der Sporthalle der Realschule Lichtenau (Zur Krulsmühle 4, 33165 Lichtenau) können die Teilnehmenden den gesamten Tag über verschiedene Workshops besuchen und neue Impulse für ihre (Vereins-) Angebote sammeln. Durchgeführt werden die Workshops von erfahrenen Coaches wie Marc Rohde (selbstständiger Master Trainer, Coach und Autor), Benjamin Heizmann (Sportwissenschaftler, Owner und Headcoach der CrossFit Box „CrossFit Black Forest“ und Autor) und Sascha Gutmann (Berater für betriebliche Gesundheitsförderung und Prävention bei der Techniker Krankenkasse).

Die Inhalte der Workshops beziehen sich dabei auf die Themen Funktionalität und Mobility. Die insgesamt vier Workshops bieten den Teilnehmenden die Möglichkeit, ihr Wissen zu erweitern und damit ihre Kurseinheiten mit neuem Input zu gestalten. Benjamin Heizmann erklärt in seinem Workshop „Mobility Training“, warum Beweglichkeit in Kombination mit Kraft trainiert werden sollte. In den Workshops „FOUR BLOCKS – die Coachingmethode“ und „FUNCTIONAL PLYGRND (Playground)“. Das Konzept für Out- und Indoorclasses“ bringt Marc Rhode den Teilnehmenden seine Coachinganleitung näher und setzt neue, spaßige Impulse für Gruppenkurse. Abgerundet wird das Angebot mit einem Vortrag von Sascha Gutmann zum Thema gesunde Ernährung im Alltag.

Das Event bietet den Übungsleitungen die Möglichkeit zur Lizenzverlängerung und wird im Rahmen des Projekts „Gesunde Komme“ durchgeführt. Dieses ist ein gemeinsames Projekt des Kreises Paderborn und des KSB Paderborn. Unterstützt wird das Event durch die Techniker Krankenkasse. Anmeldungen sind ab sofort [hier](#) möglich. Weitere Informationen finden Sie [hier](#).



Freuen sich auf das Event im November: (v.l.) Lisa Frintrup (Vorstandsvorsitzende KSB Paderborn), Carina Moss (Gesunde Kommune), Frauke Sandbothe (Sportbildungswerk NRW – Außenstelle Paderborn) und Sascha Gutmann (Techniker Krankenkasse).

Für Rückfragen steht Carina Moss vom KSB Paderborn zur Verfügung.

Ansprechpartnerin:

Carina Moss

✉ carina.moss@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-01

Infobrief | Nr. 7 Juli 2023

Schwimmassistenten gesucht! (m/w/d)

Für den Schwimmunterricht der Grundschulen der Gemeinde Borchten suchen wir Unterstützung!
Die Assistent*innen unterstützen die Lehrkräfte in der Förderung der besonders schwimmschwachen Kinder.

Einsatzort/-zeit:

- Einsatzmöglichkeiten in den Paderborner Schwimmbädern
- Verschiedene Uhrzeiten im Vormittagsbereich
 - GS Dörenhagen: Ab dem 10. August
 - Kirchborchten (KiBo) Etteln: Ab dem 09. August und 10. August
 - Nordborchten (NoBo) Alfen: Ab dem 14. August
 - Sekundarschule: Ab dem 10. August

Schule	Wochentag	Schwimmzeiten	Schwimmbad	Schwimmassistent
GS Kibo-Etteln	Montag	08.00 - 09.00	Schwimmoper	
	Mittwoch	09.00 - 10.00	Kiliansbad	
	Mittwoch	10.00 - 11.00	Kiliansbad	
	Donnerstag	08.00 - 09.00	Bad Wünnenberg	
GS Dörenhagen	Donnerstag	ca. 12.00 - 13.00	Schwimmoper	besetzt
GS Nobo-Alfen	Montag	12.00 - 13.00	Schwimmoper	besetzt
	Mittwoch	12.00 - 13.00	Schwimmoper	
	Donnerstag	08.00 - 09.00	Rolandsbad	
	Freitag	09.30 - 10.30	Kiliansbad	
Sekundarschule	Montag	10.00 - 10.30	Schwimmoper	besetzt

Dein Profil:

- DLRG Rettungsschwimmabzeichen
- Erfahrungen im Leiten von Kindersportgruppen oder allgemein Gruppen
- Übungsleiter-Lizenz erwünscht

Die geleisteten Stunden werden im Rahmen der Übungsleiterfreipauschale vergütet.

Ansprechpartnerin:

Marina Glatthor

✉ marina.glatthor@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-14

Ausbildungen 2023

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



Sport Helfer*in-Ausbildung

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

Übungsleiter C-Ausbildungen

- 26.06.-07.07.2023 [Übungsleiter-C Aufbaumodul \(Profil: Kinder & Jugendliche\) \(90 LE\)](#)
06.10.-14.10.2023 [Übungsleiter-C Basismodul \(30 LE\)](#)
27.10.-16.12.2023 [Übungsleiter-C Aufbaumodul \(Profil: zielgruppenübergreifend\) \(90 LE\)](#)

Übungsleiter B-Ausbildungen

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

Fortbildungen 2023

Übungsleiter C-Fortbildungen

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

Fortbildungen 2023

Übungsleiter B-Fortbildungen Rehasport

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

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!