

Infobrief | Nr. 5 Mai 2024

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

Termine

08.05.2024	Beginn Begleitete Spaziergänge Etteln
13.05.2024	Beginn „Sport im Park“ in Paderborn
13.05.2024	Fristende Bürgerbefragung Bad Wünnenberg
24.05.2024	Wanderung auf dem Planetenweg
26.05.2024	Start STADTRADELN

Neue Mitarbeiter*innen beim KSB

„KreisSportBund Paderborn e.V.“

Mein Name ist Jana Uhle, ich bin 44 Jahre alt. Ich bin verheiratet, habe ein Kind und lebe mit meiner Familie in Paderborn.

Meine Freizeit verbringe ich am liebsten mit meiner Familie und gehe mit unserem Hund spazieren, zu meinen Hobbys gehören Camping Reisen und Skifahren. Freunde und Bekannte schätzen meine offene Art. Tatsächlich macht mir alles Spaß, was mit Menschen zu tun hat.

Seit März 2024 bin ich im Bereich der Buchhaltung tätig und stets auf der Suche nach neuen Herausforderungen.



Ansprechpartnerin:

Jana Uhle

✉ jana.uhle@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-22

Mein Name ist Jonas Lohmann und seit dem 1. März 2024 bin ich als Werkstudent beim KSB tätig. Als Teil des Teams bin ich unter anderem verantwortlich für die Organisation der Sportreisen.

Sport war schon immer ein wichtiger Teil meines Lebens. Ob Tischtennis, Fußball oder Tennis, in meiner Freizeit bin ich gerne aktiv. Nach meinem Abitur habe ich mein FSJ beim FLVW Paderborn gemacht.

Derzeit absolviere ich mein Studium im Bereich Sportmanagement an der Fachhochschule des Mittelstands in Bielefeld. Dies ermöglicht es mir, meine Begeisterung für den Sport auch beruflich zu verfolgen und mein Wissen und meine Erfahrungen in meine Arbeit hier beim KSB einzubringen.



Ansprechpartner:

Jonas Lohmann

✉ jonas.lohmann@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-21

Jetzt Antrag stellen! – Förderprogramme „1000x1000“ und „Förderung der Übungsarbeit“

„Vereinsberatung“

Ab sofort können Sportvereine wieder Fördermittel aus den Programmen „1000x1000 – Anerkennung für den Sportverein“ und „Förderung der Übungsarbeit in Sportvereinen“ erhalten. Ein Antrag ist über das Förderportal des Landessportbunds (LSB) NRW zu stellen. Die Gelder werden dem LSB von der Staatskanzlei Nordrhein-Westfalen zur Verfügung gestellt und durch einen Antrag im Förderportal an die Vereine weitergeleitet.

In diesem Jahr liegen die Förderschwerpunkte im Programm „1000x1000“ im Ausbau der Kooperation Sportverein mit Schulen/Ganztagseinrichtungen, Kindertagesstätten und Kindertagespflege, sowie in der Integration und der Inklusion. Weitere Schwerpunkte sind die Chancengleichheit für Mädchen und Frauen im Sport, der Sport der Älteren, der Sportverein gegen Einsamkeit, der Gesundheitssport, sowie die Nachhaltigkeit im Sport(verein).

Weitere Informationen rund um die Förderprogramme und ihre entsprechenden Förderrichtlinien stellen wir auf unserer [Website](#) zur Verfügung.

Ansprechpartner:

Lukas Schäfers

✉ lukas.schaefers@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-08

10 Jahre Kibaz – Fördermöglichkeiten für aktive Familientage im Sportverein

„Sportjugend“

Das Kinderbewegungsabzeichen (Kibaz) ist ein speziell auf drei- bis sechs-jährige Kinder angepasstes Bewegungsangebot. Dabei werden den Kindern durch zehn Bewegungsstationen Bewegung, Spiel und Sport spielerisch nähergebracht. Im Vordergrund steht dabei der Spaß, weshalb der Parcours ohne Zeitbegrenzung abläuft und die Leistung demnach nicht gemessen wird.

In diesem Jahr wird das Kibaz 10 Jahre alt und das muss gefeiert werden. Die Sportjugend NRW fördert gemeinsam mit der AOK Rheinland/Hamburg und AOK Nord-West familienfreundliche Tage mit 400 Euro. Das Vereinsfest muss sich besonders an Familien mit Kindern im Kita-Alter richten und mit mindestens 40 Kindern stattfinden. Die Zusammenarbeit verläuft dabei mit der zuständigen AOK-Regionalstelle. Die Antragsfrist ist **Sonntag, der 30. Juni 2024**.

Bei Fragen rund um das Thema Kibaz meldet euch gerne!

Ansprechpartnerin:

Marina Glatthor

✉ marina.glatthor@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-14

Anstieg der Mitgliederzahlen im Kreis Paderborn: Jeder dritte Bürger ist Mitglied in einem Sportverein

„Vereinsberatung“

Die aktuelle Auswertung Bestandsdaten für den Kreis Paderborn zeigt einen erfreulichen Anstieg: Insgesamt sind 109.081 Menschen in 314 Mitgliedsvereinen organisiert. Dies entspricht einem Zuwachs von 2,79% im Vergleich zum Vorjahr.

Besonders erfreulich ist das deutliche Wachstum bei den Kindern im Alter von 7-14 Jahren. Den höchsten Anteil der Vereinsmitglieder bildet die Zielgruppe 41 – 60 Jahre.

Die Zahlen zeigen zudem, dass der Kreis Paderborn im landesweiten Vergleich sportlich sehr aktiv ist. Die Vielfalt der angebotenen Sportarten und das breite Spektrum an (außersportlichen) Aktivitäten tragen dazu bei, dass der Kreis Paderborn als sportbegeisterte Region wahrgenommen wird.

Ansprechpartner:

Lukas Schäfers

✉ lukas.schaefers@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-08

Lichtenau setzt sich nachhaltig für die Gesundheit in der Kommune ein - Bürgermeisterin Ute Dülfer unterzeichnet Absichtserklärung

„Gesundheit“

Das Projekt „Gesunde Kommune“ startete vor vier Jahren in der Energiestadt Lichtenau mit dem Ziel, die Gesundheit der Bürgerinnen und Bürger vor Ort zu stärken. Bei dem Projekt handelt es sich um eine gemeinsame Initiative des Kreises Paderborn, der Techniker Krankenkasse (TK) und des KreisSportBundes Paderborn (KSB). Im Fokus steht die Gesundheitsförderung von Kindern zwischen 0 und 6 Jahren und Erwachsenen ab 55 Jahren.

Einerseits geht es darum, gesundheitsfördernde Strukturen und Maßnahmen vor Ort zu etablieren. Andererseits steht die Netzwerkarbeit im Fokus des Projektes. KSB-Präsident Diethelm Krause erklärt: „Zu Beginn des Projektes wurde deutlich, dass es bereits viele gesundheitsfördernde Angebote in Lichtenau gibt. Allerdings arbeiten diese oft nebeneinander anstatt miteinander. Mit Hilfe des Projektes möchten wir die Zusammenarbeit und den Austausch der verschiedenen Institutionen unterstützen.“

Die Grundlage für die vielschichtige Netzwerkarbeit bildet ein intensiver Austausch mit den Städten und Gemeinden im Kreis Paderborn. Aus dem Grund nahm Bürgermeisterin Ute Dülfer an einem Arbeitstreffen des Projektes teil. „Es freut mich zu sehen, dass durch die bisherige Projektarbeit vielversprechende Kooperationen mit Akteurinnen und Akteuren aus Lichtenau entstanden sind. Denn nur gemeinsam ist es möglich, die Angebote durchzuführen und nachhaltig in der Kommune zu etablieren.“ Zu den entstandenen Maßnahmen zählen beispielsweise der Bewegungsspass für Kindergärten und Schulen oder das generationsübergreifende Naturprojekt ‚Naturstrolche für Groß und Klein‘.

Auch in Zukunft möchte Bürgermeisterin Ute Dülfer die Gesundheit der Bevölkerung in Lichtenau stärken. Mit der Unterzeichnung einer Absichtserklärung bekräftigt sie den Willen, dieses Ziel weiter zu verfolgen. „Ich freue

mich, dass die Gesundheitsförderung in Lichtenau in Zusammenarbeit mit dem Projektteam vorangebracht wurde. Auch nach Ende der Projektlaufzeit wünsche ich mir, dass die bereits entwickelten Maßnahmen und das aufgebaute Netzwerk fortgeführt werden.“ Alle Beteiligten sind sich einig, dass die Unterzeichnung der Absichtserklärung ein wichtiger Schritt für die nachhaltige Gesundheitsförderung in Lichtenau darstellt.



Freuen sich über die positive Resonanz der Projektarbeit: v. l. Christian Mayr (TK), Lisa Frintrup (Vorstandsvorsitzende KSB Paderborn), Ralf Pahlsmeier (Vizepräsident und Vorstand KSB Paderborn), Lina Pühs, Lena Böhm (Projektmitarbeiterinnen KSB Paderborn), Bürgermeisterin Ute Dülfer (Energierstadt Lichtenau), Diethelm Krause (Präsident KSB Paderborn), Jessica Spörhase (Präsidium KSB Paderborn), Carina Moss (Projektmitarbeiterin KSB Paderborn), Hans-Norbert Blome (TK).
Foto: Energierstadt Lichtenau

Ansprechpartnerin:

Projektteam „Gesunde Kommune“
Carina Moss

✉ carina.moss@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-01

Ab 08. Mai bietet das Projekt „Gesunde Kommune“ und die Gemeinde Borchten einen begleiteten Spaziergang in Etteln an

„Gesundheit“

Begleitete Spaziergänge für jedes Alter – das Angebot des Projektteams „Gesunde Kommune“ und der Gemeinde Borchten startete bereits vor knapp einem Jahr in Borchten und bietet den Bürgerinnen und Bürgern seitdem eine tolle Gelegenheit, durch gemeinsame Spaziergänge aktiv zu bleiben.

Angesichts der hohen Resonanz des bisherigen Angebots wird das Angebot in der Gemeinde erweitert. Nach der Schulung der Spazierpatinnen und -paten im März startet ab **Mittwoch, dem 08. Mai** nun der vierte begleitete Spaziergang in der Gemeinde Borchten. Ab dann heißt es in Etteln **jeden 2. Mittwoch im Monat um 10:00 Uhr** „Gemeinsam unterwegs – begleitete Spaziergänge für jedes Alter“. Treffpunkt ist die Mitfahrbank in Etteln (Kirchstraße, 33178 Borchten).

Die geschulten ehrenamtlichen Begleiterinnen und Begleiter machen sich gemeinsam mit den Bürgerinnen und Bürgern auf den Weg und bieten eine tolle Möglichkeit sich gemeinsam an der frischen Luft zu bewegen und dabei in den Austausch zu kommen.

Das Projektteam der Gesunden Kommune und die Gemeinde Borchten freuen sich über das große Interesse an dieser ehrenamtlichen Tätigkeit und sind zuversichtlich, dass die begleiteten Spaziergänge weiterhin großen Erfolg versprechen.

Ansprechpartnerin:

Projektteam „Gesunde Kommune“
Carina Moss

✉ carina.moss@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-01



Die neuen Spazierpatinnen und -paten freuen sich auf die ehrenamtliche Aufgabe: Carina Moss (KSB Paderborn), Mona Kaiser, Norbert Ernst, Margret Kerkhoff, Brunhilde Happe, Brigitte Klocke (Spazierpatinnen und -paten), Simone Rennkamp-Ernst und Katharina Tölle (Gemeinde Borchten). Foto: Gemeinde Borchten

Sport im Park Paderborn startet am 13. Mai in die neue Saison

„Gesundheit“

Sport im Park ist in den Sommermonaten nicht mehr aus dem Paderborner Stadtbild wegzudenken. Die Vorbereitungen des KreisSportBundes Paderborn e.V. und des Sportservices der Stadt Paderborn für die neue Saison 2024 laufen auf Hochtouren.

Am **Sonntag, den 13. Mai** fällt der Startschuss für das abwechslungsreiche Bewegungsprogramm in der freien Natur. Es gilt das Motto der Vorjahre: Gemeinsam draußen trainieren – ganz unverbindlich, kostenlos und unter qualifizierter Anleitung.

Freut euch auf die bekannten und erfolgreichen Angebote wie Zumba, PaderFit Workout, Laufen & Walken und Yoga. Weitere Angebote werden hier in Kürze bekannt gegeben.



Ansprechpartnerin:

Carina Moss

✉ carina.moss@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-01

Gesundheitsangebote in Bad Wünnenberg (mit)gestalten – Projekt „Gesunde Kommune“ lädt Bürgerinnen und Bürger zur Online-Befragung ein

„Gesundheit“

Im Februar informierte das Projektteam „Gesunde Kommune“ Akteurinnen und Akteure sowie Interessierte in Bad Wünnenberg erstmals umfassend über das Vorhaben der Gesundheitsinitiative. Nun können die Bürgerinnen und Bürger aktiv werden. Erwachsene sowie Eltern von Kindern zwischen 0 und 6 Jahren aus dem gesamten Stadtgebiet sind eingeladen, sich an einer Online-Befragung zum Thema Gesundheit zu beteiligen.

„**Bis zum 13. Mai** haben die Bürgerinnen und Bürger die Möglichkeit teilzunehmen und die Gesundheitsförderung in Bad Wünnenberg aktiv mitzugestalten. Die Befragung soll uns Hinweise darauf geben, welche Handlungsbedarfe es in Bad Wünnenberg gibt“, erläutert Projektmitarbeiterin Carina Moss.

Die Bearbeitungsdauer der Umfrage beträgt etwa zehn Minuten. Die Ergebnisse werden durch das Projektteam ausgewertet und anschließend der Öffentlichkeit vorgestellt. Alle Bürgerinnen und Bürger sind außerdem jederzeit dazu eingeladen, sich am Projekt zu beteiligen und mit Ideen auf das Projektteam und die Stadt Bad Wünnenberg zuzugehen.

Für Fragen und Anregungen steht das Projektteam unter der E-Mail-Adresse gesunde-kommune@ksb-paderborn.de und telefonisch unter 05251 68330-01 zur Verfügung. Alle Infos zur Befragung finden Sie [hier](#).

Ansprechpartnerin:

Projektteam „Gesunde Kommune“

Carina Moss

✉ carina.moss@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-01



Freuen sich auf die Befragung in Bad Wünnenberg (v. l.): Lena Böhm (Projektmitarbeiterin KSB Paderborn), Lisa Frintrup (Vorstandsvorsitzende und Projektmitarbeiterin, KSB Paderborn), Carina Moss (Projektmitarbeiterin KSB Paderborn).
Foto: KSB Paderborn

Entdecke den Planetenweg: Erlebe faszinierende Wanderungen durch das Universum am 24.05

„Gesundheit“

Nach der erfolgreichen ersten Wanderung im März laden das Team der Gesunden Kommune gemeinsam mit Hubert Hermelingmeier unter dem Motto „Körper und Geist wollen gestärkt sein“ zur nächsten Wanderung auf dem Planetenweg in Bad Lippspringe ein. Dieser gilt als einer der schönsten und abwechslungsreichsten Wege Deutschlands. Gemeinsam wird entlang der Planetenskulpturen gewandert. Zunächst durch die Innenstadt und später durch den Kurwald an der Strohte entlang. Der Weg führt dann weiter vorbei an der Thune zurück in den Arminiuspark. An jeder Planetenskulptur wird eine kleine Pause gemacht, die mit Erläuterungen zu dem jeweiligen Planeten gefüllt ist. Wir wandern am Abend, weil dann bei gutem Wetter die Himmelbeobachtung mit einem Teleskop eingebunden werden kann. Der Treffpunkt befindet sich an der „Sonne“ im Arminiuspark. Die Wanderung erstreckt sich über 6 km und dauert etwa 3 bis 3,5 Stunden. Mehrere Schutzhüt-

ten entlang des Weges bieten Möglichkeiten zum Picknick. Bei Bedarf bringen Sie etwas Verpflegung mit und achten Sie auf witterungsentsprechende Bekleidung und gutes Schuhwerk.

Der nächste Termin für die Wanderung auf dem Planetenweg ist **Freitag, der 24.05.2024 um 19:00 Uhr**. Der Treffpunkt befindet sich an der Sonne im Arminiuspark.

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

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



Hubert Hermelingmeier freut sich auf viele interessierte Spaziergänger*innen

Ansprechpartnerin:

Projektteam „Gesunde Kommune“
Carina Moss

✉ carina.moss@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-01

STADTRADELN: Radeln für ein gutes Klima

„Kreis Paderborn“

Radfahren macht Spaß und hält fit. Beim Stadtradeln kann jeder, der im Kreis Paderborn lebt, privat und beruflich Kilometer mit dem Fahrrad sammeln. So kann ein persönlicher Beitrag zur Radmobilität und zum Klimaschutz geleistet werden. Im letzten Jahr gehörten die Sportvereine des Kreises zu den aktivsten Teilnehmenden und waren eine treibende Kraft für den Erfolg des Stadradelns. Deshalb freuen wir uns auch in diesem Jahr über zahlreiche Teilnahme.

Die Aktion startet am **Sonntag, den 26. Mai** und geht bis **Samstag, den 15. Juni**. Die Anmeldung kann [hier](#) vorgenommen werden. Die auf dem Fahrrad zurückgelegten Kilometer können online oder in der STADTRADELN-App eingetragen werden.

Ansprechpartnerin:

Carina Moss

✉ carina.moss@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-01

Übungsleiter-Ausbildung für pädagogisches Personal in den Sommerferien

„Qualifizierung“

Seit Jahren ist eine unserer wichtigsten Aufgabe die Qualifizierungsarbeit in Verbindung mit den verschiedensten Alters-, und Zielgruppen

In der **dritten und vierten Woche der Sommerferien 2024** setzen wir innerhalb der Kompaktausbildung den Schwerpunkt auf die Berufsgruppe des päd. Personals, damit sie Ihre Fähigkeiten und Ihr Wissen im Bereich der Sport- und Bewegungspädagogik vertiefen können. Aber auch wichtige Themen in der heutigen Gesellschaft, wie Kommunikation und Prävention sexualisierte Gewalt, werden innerhalb der Ausbildung behandelt.

Um nur einige Vorteile zu nennen, warum die Übungsleiter-C Ausbildung eine nachhaltige Bereicherung für ihre Arbeit in der Schule oder Einrichtung ist:

- Sie erhalten eine anerkannte und zertifizierte Sport-Qualifikation.
- Lassen Sie Ihr vertieftes Wissen im Bereich der Sport- und Bewegungspädagogik in Ihre Arbeit miteinfließen.
- Sie können zielgerichtete und abwechslungsreiche Sportstunden durchführen, die sportmotorische Grundeigenschaften wie Ausdauer, Kraft und Koordination fördern.
- Durch den Austausch mit anderen Teilnehmern erweitern Sie Ihr Netzwerk und profitieren von den Erfahrungen anderer.
- Steigern Sie die Attraktivität Ihrer Einrichtung, indem diese sich aktiv für die Förderung der Bewegungskompetenz der Kinder einsetzt.
- Sensibilisieren sie sich für das Thema Prävention sexualisierte Gewalt.

Nutzen Sie diese Möglichkeit und erweitern Sie Ihre persönliche Sozial-, und Fachkompetenz sowie die Bewegungsförderung in Ihrer Einrichtung.

Die genauen Termine und den Anmeldelink finden sie bei der Auflistung der Qualifizierungen auf den letzten

Seiten des Infobriefs. Ein wichtiger Hinweis ist, dass Basis-, und Aufbaumodul absolviert werden müssen, um die Übungsleiter-C Lizenz zu erlangen.

Bei Fragen können sie sich jederzeit bei Frauke Sandbothe melden.

Ansprechpartnerin:

Frauke Sandbothe

✉ frauke.sandbothe@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-05

Ausbildungen 2024

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

- | | |
|-------------------|---|
| 14.10.-16.10.2024 | <u>Sporthelfer I (30 LE)</u> |
| 23.10.-25.10.2024 | <u>Sporthelfer II (30 LE)</u> |

Übungsleiter C-Ausbildungen

- | | |
|-------------------|---|
| 05.07.-13.07.2024 | <u>Übungsleiter-C Basismodul (päd. Fachkräfte) (30 LE)</u> |
| 22.07.-02.08.2024 | <u>Übungsleiter-C Aufbaumodul (päd. Fachkräfte) (90 LE)</u> |
| 04.10.-12.10.2024 | <u>Übungsleiter-C Basismodul (30 LE)</u> |
| 08.11.-14.12.2024 | <u>Übungsleiter-C Aufbaumodul (Profil: zielgruppenübergreifend) (90 LE)</u> |
| 23.11.2024 | <u>Netzwerk Faszien in Verbindung mit Yogaübungen(8 LE)</u> |

Fortbildungen 2024

Übungsleiter C-Fortbildungen

08.06.2024	<u>Mal eben aus dem Nichts gezaubert (8 LE)</u>
21.09.2024	<u>Wassergewöhnung und Anfängerschwimmen (8 LE)</u>
28.09.2024	<u>Starke Stimme – starker Auftritt (Auftreten vor Gruppen) (8 LE)</u>
12.10.2024	<u>Mein Körper und ich – spielerische Förderung der Körperwahrnehmung (Kiga und Grundschule) (8 LE)</u>
09.11.2024	<u>Body and Brain (8 LE)</u>
07.09.2024	<u>Resilienz im Alltag (8 LE)</u>
16.11.2024	<u>Mehr Ernährungskompetenz im Sport (8 LE)</u>
23.11.2024	<u>Netzwerk Faszien in Verbindung mit Yogaübungen (8 LE)</u>

Übungsleiter B-Fortbildungen Profilübergreifend

08.06.-09.06.2024	<u>Long-Covid / Post-Covid (15 LE)</u>
-------------------	--

Übungsleiter B-Fortbildungen Rehasport

27.04.2024	<u>Intervalltraining in Verbindung mit Crossfitness (8 LE)</u>
04.05.2024	<u>Neurotraining (8 LE)</u>
22.06.2024	<u>Füße, das Fundament auf dem wir stehen (8 LE)</u>
05.10.2024	<u>Beweglichkeits- und Mobilitytraining (8 LE)</u>
30.11.2024	<u>Beckenboden und Wirbelsäulengymnastik – schließt sich das aus? (8 LE)</u>
07.12.2024	<u>Faszientraining (im Rehasport) (8 LE)</u>
14.12.2024	<u>Stuhlgymnastik (...nicht nur für Senioren) (8 LE)</u>

Übungsleiter B-Fortbildungen Prävention

05.05.2024	<u>Stabilisationstraining ohne Geräte (8 LE)</u>
------------	--

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