

Infobrief | Nr. 10 Oktober 2025

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

09.10.2025	Von Swing bis Pop
17.10.2025	Wanderung auf dem Planetenweg
27.10.2025	Nachhaltigkeitsveranstaltung Kleinenberg
15.11.2025	Groupfitness-Event 2025
19.11.2025	Veranstaltung „Fit im Vorstand“
20.11.2025	Veranstaltung „Mentale Gesundheit“
05.12.2025	J-Team Event

Tatkräftige neue Mitarbeitende beim KreisSportBund Paderborn e.V.

„KreisSportBund Paderborn e.V.“

Danielle Siemen

Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,

mein Name ist Danielle Siemen ich bin gelernte Kauffrau für Büromanagement und unterstütze das Team der Buchhaltung seit dem 01. September.

Ich tanze seit meinem 4. Lebensjahr Ballett. Über die Jahre sind dann noch die Tanzarten Jazz, Modern und Musical Jazz hinzugekommen. So findet man mich meistens nach der Arbeit im Tanzstudio.

Ich freue mich auf die Arbeit im KSB!

Niklas Galle

Ich bin Niklas Galle und ich absolviere zurzeit mein FSJ beim KSB. Ich unterstütze die Bereiche Sportjugend, Integration und übernehme Teile der Öffentlichkeitsarbeit. Ebenfalls bin ich bei der „Koordinierungsstelle für Flüchtlingsangelegenheiten“ der Stadt Paderborn. Hier unterstütze ich tatkräftig Projekte für Kinder und Jugendliche mit Fluchthintergrund.

Neben der Arbeit beim KSB und der Stadt bin ich sehr fußballbegeistert. Als aktiver Spieler und Schiedsrichter bin ich sehr viel auf Sportplätzen aufzufinden.

Matthias Polzt

Mein Name ist Matthias Polzt. Ich bin seit dem 01. September der Gebäudemanager/Hausmeister für die KSB Kitas - quasi der, der mit den Handwerkern und Prüfern die Herausforderung der Spielplätze und Gebäudetechnik löst und zwischendurch schaut, dass es rundherum hübsch und sauber aussieht.

Neben der Arbeit gehe ich gerne laufen, spiele mit meinem Sohn Fußball und genieße die Zeit mit der Familie.



U16-Kommunalwahl in Paderborn: Ergebnisse der jungen Generation

„Sportjugend“

Neun Tage vor der offiziellen Kommunalwahl konnten Kinder und Jugendliche unter 16 Jahren im Rahmen der bundesweiten U16-Wahl in der Geschäftsstelle des KreisSportBundes Paderborn e.V. ihre Stimme abgeben. Ziel des Projekts war es, junge Menschen für Politik zu begeistern, ihnen demokratische Prozesse näherzubringen und ein aktuelles Stimmungsbild der jungen Generation zu erfassen.

In Paderborn lag bei der Wahl zum Bürgermeister Stefan-Oliver Strate (CDU) mit 33,7 Prozent vorn. Auch Landrat Christoph Rüter (CDU) konnte mit 43,2 Prozent die Mehrheit der Stimmen auf sich vereinen. Auch wenn bei der U16-Wahl in Paderborn nicht direkt für Parteien abgestimmt wurde, lassen sich die knapp 200 Stimmen für Bürgermeister- und Landratskandidaten den jeweiligen Parteien zuordnen, um einen Vergleich zu den landesweiten Parteistärken zu ermöglichen. Aus dieser Perspektive setzte sich die CDU mit 39,1 Prozent der Stimmen an die Spitze, gefolgt von den Grünen mit 18,5 Prozent und der Linken mit 12,1 Prozent. Die AfD erreichte 8,9 Prozent, knapp vor „Die PARTEI“ mit 8,4 Prozent. Die SPD kam auf 7,4 Prozent, FÜR Paderborn auf 3,7 Prozent und die FDP auf 2,7 Prozent.

Ein Vergleich mit den landesweiten Ergebnissen der U16-Kommunalwahl in Nordrhein-Westfalen zeigt regionale Unterschiede: Während die SPD landesweit mit 24,06 Prozent stärkste Kraft wurde, schnitt sie in Paderborn mit 7,4 Prozent schwächer ab. Die CDU (22,9 % landesweit) und die Grünen (10,65 %) erzielten in Paderborn hingegen höhere Werte. Diese Unterschiede machen deutlich, wie stark das politische Interesse junger Menschen durch regionale Gegebenheiten geprägt ist und wie wichtig lokale Themen und Akteure auch im jugendlichen politischen Bewusstsein sind.

Ansprechpartnerin:

Jule Jurgelucks

✉ jule.jurgelucks@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-06

Vorstandsmitglieder begrüßen Führungsteams der sechs Kitas im Ahorn-Sportpark

„KreisSportBund Paderborn e.V.“

Unsere Vorstandsmitglieder Karin Suerland und Ralf Pahlsmeier hatten zum Auftakt des neuen Kita-Jahres die Freude, alle Führungsteams unserer sechs Kitas im Ahorn-Sportpark zu begrüßen. Gemeinsam wurden die nächsten Schritte geplant – und vor allem der Teamgeist gestärkt.

Wir sind stolz auf so viel Engagement und Leidenschaft in unseren Einrichtungen und blicken voller Zuversicht auf das kommende Jahr.



Foto: KSB Paderborn

Ansprechpersonen:

Karin Suerland & Ralf Pahlsmeier

✉ karin.suerland@ksb-paderborn.de

✉ ralf.pahlsmeier@ksb-paderborn.de

KSB-Kita in Bad Wünnenberg als Familienzentrum NRW zertifiziert

„Kita in Bad Wünnenberg“

Große Freude in Bad Wünnenberg: Die Kindertageseinrichtung an der Iserkuhle, die der KreisSportbund (KSB) Paderborn seit Sommer 2024 betreibt, hat nach einem intensiven Zertifizierungsverfahren die offizielle Anerkennung als Familienzentrum NRW erhalten.

„Vielen Dank dem KSB-Team für den geleisteten Einsatz in den vergangenen Monaten. Es ist ein starkes Signal für Bad Wünnenberg, denn mit dem Familienzentrum steht allen Familien in unserer Stadt eine weitere Anlaufstelle offen, die weit über die klassische Kita-Arbeit hinausgeht.“, betonte Bürgermeister Christian Carl bei der Übergabe der Anerkennung.

Die Leitungen der Kita, Stefanie Riedel und Sandra Hammerschmidt, zeigten sich stolz über das gemeinsam erreichte Ergebnis: „Über 95 Fragen mussten wir im Zertifizierungsprozess detailliert beantworten. Dass wir dieses aufwendige Verfahren auf Anhieb erfolgreich gemeistert haben, ist eine tolle Bestätigung für unsere Arbeit – und das verdanken wir in erster Linie unserem großartigen Team.“

Als Familienzentrum NRW ist die Kita nicht nur für die angemeldeten Kinder da, sondern versteht sich als Ansprechpartner für alle Familien in der Umgebung. Dazu gehören Themen wie Elternberatung, Familienbildung oder Unterstützung bei besonderen Bedarfen. Möglich wird dies durch zahlreiche Kooperationen – unter anderem mit dem örtlichen Sportverein, der Frühförderstelle des Caritasverbandes sowie weiteren Partnern.

Karin Suerland, Vorstandsmitglied des KSB Paderborn, hob die Bedeutung hervor: „Wir sind sehr stolz, dass mit Bad Wünnenberg die erste unserer KSB-Kitas dieses Zertifikat erhalten hat. Das zeigt, dass wir mit unserem Ansatz, Bildung, Bewegung und Familienfreundlichkeit zu verbinden, genau auf den richtigen Weg sind.“

Das neue Familienzentrum ist damit nicht nur ein Ort für Kinder, sondern auch ein lebendiger Treffpunkt für Familien in Bad Wünnenberg – ein Ort, an dem Beratung, Unterstützung und gemeinsames Miteinander Hand in Hand gehen.



Foto: Bürgermeister Christian Carl, Die beiden KSB-Kitaleitungen Sandra Hammerschmidt und Stefanie Riedel, KSB-Vorstand Karin Suerland und KSB-Vizepräsident Ralf Pahlsmeier

Ansprechpersonen:

Kita in Bad Wünnenberg

✉ kitabadwuennenberg@ksb-kita.de

☎ 02953 9641905

Ü16-Workshop zur Demokratisierung mit Victoria Evers und dem Goerdeler-Gymnasium

„Sportjugend“ & „Integration“

In Kooperation mit dem Goerdeler-Gymnasium fand am **5. September 2025** ein Ü16-Workshop zur Förderung demokratischer Teilhabe statt. Organisiert vom KreisSportBund und durchgeführt von Victoria Evers, richtete sich das Format an junge Erstwähler*innen mit dem Ziel, sie für die Bedeutung der Kommunalwahlen zu sensibilisieren und Demokratie zu fördern.

Unter dem Titel „Kommunalwahl – die digitale Schnitzeljagd“ nahmen rund 30 Schüler*innen an einem dreistündigen, interaktiven Workshop teil. In Kleingruppen arbeiteten sie an vielseitigen Aufgaben: Sie lösten ein sogenanntes Action-Board, drehten kurze Reels und präsentierten ihre Ergebnisse in einer abschließenden internen Podiumsdiskussion. Als zusätzliches Material erhielten sie Druckdaten für das Poster „Soll ich wählen gehen?!“, welche in der Schule ausgehangen wurden.

Im Workshop und in der Podiumsdiskussion wurde ebenfalls auf die Integrationsratswahl hingewiesen und die Bedeutung der Stimmabgabe betont, da einige Schüler*innen hierfür ebenfalls eine Wahlbenachrichtigung erhalten haben.

Das Projekt leistete einen wichtigen Beitrag zur politischen Bildung und motivierte die Jugendlichen dazu, ihre Stimme aktiv und verantwortungsvoll abzugeben und zu nutzen.

Ansprechpartnerin:

Jule Jurgelucks

✉ jule.jurgelucks@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-06

FSJ im Sport 2025/26: Auftakt im Einführungsseminar in Hamm

„Sportjugend“

Im August und September fiel der Startschuss für das neue Bildungs- und Orientierungsjahr 2025/26 im Freiwilligen Sozialen Jahr (FSJ) im Sport. Auch die meisten Freiwilligen, die über den KreisSportBund Paderborn koordiniert werden, haben in den vergangenen Wochen ihren Dienst aufgenommen und sind bereits aktiv in den Kinder- und Jugendbereichen ihrer Einsatzstellen in Paderborn, Lippe, Höxter und weiteren Regionen Nordrhein-Westfalens eingebunden.

Ein besonderer Höhepunkt zum Einstieg war das **Einführungsseminar vom 22. bis 26. September 2025 in Hamm**, das den offiziellen Auftakt ins FSJ im Sport bildete. In einer gelungenen Mischung aus Theorie- und Praxiseinheiten erhielten die 46 Teilnehmenden die Möglichkeit, das Basismodul der Übungsleiter-C-Lizenz zu absolvieren. Darüber hinaus standen der Austausch zu grundlegenden Themen rund ums FSJ sowie das gegenseitige Kennenlernen im Vordergrund.

In den kommenden Monaten werden die Freiwilligen ihre vielfältigen Aufgaben in den Einsatzstellen wahrnehmen und vor allem wertvolle Erfahrungen in der Kinder- und Jugendarbeit sammeln. Ein Wiedersehen gibt es im Februar beim gemeinsamen Zwischenseminar. Hier erwartet die Teilnehmenden unter anderem das eigenständige Anleiten von Sporteinheiten, die Teilnahme an berufsorientierenden Workshops sowie die Auseinandersetzung mit wichtigen Themen wie der Prävention von Gewalt im Sport. Wir wünschen allen viel Spaß, viel Erfolg und gutes Gelingen!



Foto: KSB Paderborn

Ansprechpersonen:

Josephine Rohmann & Lorenz Wettemann

✉ josephine.rohmann@ksb-paderborn.de

✉ lorenz.wettemann@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-07 & ☎ 05251 68330-19

„Gesunde Kommune im Kreis Paderborn“ geht in die Verlängerung

Kreistag stimmt Gesundheitspartnerschaft für weitere vier Jahre zu

„Gesundheit“

Gute Nachrichten für gesundheitsbewusste Bürgerinnen und Bürger im Kreis Paderborn: Das erfolgreiche Präventionsprojekt „Gesunde Kommune“ geht in die nächste Runde. Der Paderborner Kreistag stimmte in seiner gestrigen Sitzung einstimmig für eine vierjährige Fortführung des Projektes.

Bereits seit dem Startschuss im Jahr 2019 leisten der Kreis Paderborn, die Techniker Krankenkasse (TK) und der KreisSportBund Paderborn e.V. (KSB Paderborn) als Projektpartner einen maßgeblichen Beitrag zur Stärkung gesundheitlicher Ressourcen. Mit Angeboten wie einem Bewegungspass für Kinder, einer Gesundheitsralley oder begleiteten Spaziergängen legten die Beteiligten dabei ein besonderes Augenmerk auf Kinder im Alter von 0 bis 6 Jahren sowie Menschen ab 55 Jahren und trafen damit genau ins Schwarze. Über 5.000 Kinder nahmen beispielsweise über ihre Kitas, Grundschulen und Vereine an einer Aktion zur Bewegungsförderung teil, radelten oder liefen zur Schule und besuchten Trainingsstunden. Die begleiteten Spaziergänge bringen nicht nur Bewegung und frische Luft, sondern verbinden Menschen, denen soziale Kontakte fehlen.

Trotz pandemiebedingter Einschränkungen ließen sich in den vergangenen Jahren die Kommunen Delbrück, Lichtenau, Bad Lippspringe, Borchon und Bad Wünnenberg von der Idee einer gesunden Kommunen begeistern, um die Menschen in ein gestärktes Leben zu begleiten.

„Gesundheit geht uns alle an. Sie muss in allen Lebensbereichen mitgedacht werden“, betont Landrat Christoph Rüter, der sich eine langfristige Gesundheitsstrategie für das gesamte Kreisgebiet wünscht. „Mit diesem Projekt sind wir auf einem sehr guten Weg, dieses Ziel zu erreichen und eine nachhaltige Gesundheitsförderung zu etablieren“.

Alle Beteiligten wünschen sich, bis 2029 in allen zehn Städten und Gemeinden präsent zu sein, wichtige

Schwerpunktt Themen wie Bewegung, Ernährung und Stressbewältigung flächendeckend zu verankern und gesundheitsförderliche Angebote bereitzustellen.

Dazu erweitern die Projektpartner ihren Fokus und nehmen über die bestehenden Altersgruppen hinaus alle Menschen mit. „Wir haben Strukturen geschaffen, die bleiben. Entscheidend ist, dass Bewegung, Prävention und Gesundheitsförderung nicht nur kurzfristige Projekte bleiben, sondern dauerhaft im Alltag der Menschen ankommen. Die Verlängerung gibt uns den nötigen Rückenwind, um weitere Kommunen für unser Engagement zu begeistern“, erklärt Ralf Pahlsmeier, Vizepräsident und Vorstand des KreisSportBundes Paderborn e. V.

Finanziert wird das Projekt maßgeblich von der Techniker Krankenkasse (TK), die ihre Unterstützung ebenfalls fortsetzt. TK-Vertreter Karl-Julius Sänger erklärt, dass „Prävention nur dann wirkt, wenn sie vor Ort spürbar ist. Hier haben wir gesehen, dass es funktioniert. Deshalb sind wir auch in den kommenden vier Jahren ein verlässlicher Partner“.



Sie gehen für weitere vier Jahre als Gesundheitspartner voran – Landrat Christoph Rüter, Melike Gün (Projektleitung, Gesundheitsamt Kreis Paderborn), Lisa Frintrup (Vorstand und Projektmitarbeiterin, KSB Paderborn), Jessica Spörhase (Vizepräsidentin, KSB Paderborn), Carina Moss (Projektmitarbeiterin, KSB Paderborn), Dr. André Brandt (Gesundheitsdezernent Kreis Paderborn), Hans-Norbert Blome (Privat- und Firmenkundenberater, Techniker Krankenkasse), Bianca Lumpp (Gesundheitsamt Kreis Paderborn), Karl-Julius Sänger (Leiter Kundenservice Paderborn, Techniker Krankenkasse), Ralf Pahlsmeier (Vizepräsident und Vorstand, KSB Paderborn) und Christian Mayr (Berater Lebenswelten, Techniker Krankenkasse) – v.l.

Rückblick auf das katho-Forum „Gesunde Kommune“ zum Thema Selbstregulation jetzt bei Youtube

„Gesundheit“

Bereits im Mai fand in der Katholischen Hochschule NRW (katho) am Standort Paderborn unser katho-Fo-
rum „Gesunde Kommune“ statt. In fünf Impulsvorträ-
gen wurde das Thema Selbstregulation von Expertin-
nen aus unterschiedlichen Perspektiven und im Hin-
blick auf unterschiedliche Lebensphasen beleuchtet.
Denn in einer Welt, die sich rasant verändert und in der
wir täglich neuen Herausforderungen gegenüberste-
hen, ist die Fähigkeit zur Selbstregulation von entschei-
dender Bedeutung

Die Veranstaltung wurde in enger Zusammenarbeit mit
dem Projekt „Gesunde Kommune“, dem Programm an-
erkannter Bewegungskindergärten der Sportjugend
NRW, dem Institut für Forschung und Transfer in Kind-
heit und Familie (foki), dem Institut für Gesundheitsför-
derung und Soziale Psychiatrie (igsp) und dem Fachbe-
reich Sozialwesen der Katholischen Hochschule Nord-
rhein-Westfalen (katho), Standort Paderborn organi-
siert. Interessierte haben nun die Möglichkeit sich die
Veranstaltung online anzusehen. Die Aufzeichnung ist
[hier](#) zu finden.



Gemeinsam für mehr Selbstregulation – alle Beteiligten
freuen sich über eine gelungene Veranstaltung. Foto:
katho NRW, Charlotte Pleger

Ansprechpartnerin:

Carina Moss

✉ carina.moss@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-01

Tanz im Deelenhaus – Von Swing bis Pop

„Gesundheit“

Die beliebte Veranstaltung „von Swing bis Pop“ geht in
die nächste Runde! Sie findet am **Donnerstag, den 09.
Oktober 2025 von 19 bis 22 Uhr im Deelenhaus in der
Krämerstraße in Paderborn** statt. Das Deelenhaus ist
Initiator und gleichzeitig auch Veranstalter. Aktiv un-
terstützt wird dieses von Ehrenamtlern organisierte
Format vom KreisSportBund Paderborn e.V. (KSB) mit
seinem Projekt „Gesunde Kommune“.

„Ziel ist es, tanzbegeisterte Singles und Paare zusam-
men zu bringen, soziale Kontakte zu fördern und einen
geselligen Abend in netter Gesellschaft anzuregen“, so
das ehrenamtliche Organisationsteam.

Interessierte werden darauf hingewiesen, dass das
Deelenhaus nicht über ein Tanzparkett verfügt. Daher
werden die Teilnehmenden dazu eingeladen, bequeme
und flache Schuhe zu tragen.

Tickets können für 15€ online unter [deelenhaus.ti-
cket.io](https://deelenhaus.ticket.io) gebucht werden.



Foto: KSB Paderborn

Ansprechpartnerin:

Carina Moss

✉ carina.moss@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-01

Entdecke den Planetenweg: Eine Wanderung durch unser Sonnensystem – und darüber hinaus!

„Gesunde Kommune“

Eine Reise zu den Sternen beginnt oft mit dem ersten Schritt – und genau dazu laden wir am **Freitag, den 17. Oktober 2025 um 15:00 Uhr** ein. Der erfahrene Wanderführer **Hubert Hermelingmeier** bietet eine ganz besondere Tour auf dem **Planetenweg Bad Lippspringe** an – einem der schönsten und abwechslungsreichsten Themenwege Deutschlands.

Auf rund **7 Kilometern** führt die Wanderung von der Innenstadt durch den idyllischen Kurwald bis hin zur Thune und zurück in den Arminiuspark. Entlang des Weges erwarten die Teilnehmenden eindrucksvolle Planetenskulpturen, an denen spannende Zwischenstopps mit interessanten Fakten über unser Sonnensystem eingelegt werden. Ob Groß oder Klein – hier wird Wissen erlebbar!

Treffpunkt ist um **15:00 Uhr an der „Sonne“ im Arminiuspark**. Die Dauer der Wanderung beträgt etwa **3 bis 3,5 Stunden**. Bitte denkt an witterungsgerechte Kleidung und festes Schuhwerk.

Jetzt anmelden und mitwandern!

Meldet euch bei Carina Moss an. Alternativ ist auch eine Anmeldung per SMS bei Hubert Hermelingmeier unter 0170 6102398 mit dem Stichwort „Planetenwanderung Bad Lippspringe“ möglich.

Weitere Informationen zum Planetenweg findet ihr [hier](#).

Ansprechpartnerin:

Carina Moss

✉ carina.moss@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-01

Informationsveranstaltung Modernisierung vereinseigener Anlagen

„Nachhaltigkeit“

Wir möchten an unsere Veranstaltung vor den Sommerferien anknüpfen und das Thema Energie erneut aufgreifen. Der SV DJK Blau-Weiß Kleinenberg e. V. hat etwas über 600 Mitglieder und eine Vision. Und zwar eine Vision von modernen, energiesparenden und nachhaltigen Sportanlagen. Seit dem Jahr 2010 verfolgen sie diese Vision und haben bereits zahlreiche Projekte umgesetzt, u.a. die Installation einer PV-Anlage, die Dämmung des Vereinsheims und die Installation einer Solarthermieanlage. Für ihr Engagement erhielten Sie in diesem Jahr bereits zum zweiten Mal einen Preis im Rahmen des Wettbewerbes „Klima Sieger“ von Westfalen Weser. Am **27. Oktober um 18:30 Uhr** gibt es die Möglichkeit, sich vor Ort die Anlagen anzuschauen. Zudem berichtet der SV DJK Blau-Weiß Kleinenberg e. V., wie die Realisierung dieser Projekte möglich war und gibt praktische Tipps für die Umsetzung. Anmeldung bitte bei lisa.frintrup@ksb-paderborn.de oder auf unserer Homepage.



Foto: SV DJK Kleinenberg

Ansprechpartnerin:

Lisa Frintrup

✉ lisa.frintrup@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-03

Sichert euch jetzt die letzten Plätze in unserem Groupfitness Event

„Gesundheit & Bildung“

GROUPFITNESS EVENT

Für Sportbegeisterte, Interessierte, Übungsleitungen und Trainer*innen des (Vereins-)Sports

Spannende Workshops mit erstklassigen Experten aus der Fitness- und Gesundheitswelt setzen neue Impulse im Bereich Groupfitness.

15. NOVEMBER '25
AB 9 UHR
SPORTHALLE GALLIHÖHE BORCHLEN
HARREMER STRASSE 9
53178 BORCHLEN

GRUNDKENNTNISSE SIND HILFREICH, ABER NICHT ERFORDERLICH. JEDE*ER, DER INTERESSE AN GESUNDHEIT UND GROUPFITNESS HAT, IST HERZLICH EINGELADEN TEILZUNEHMEN!

PROGRAMM	
09:00 - 09:30	Ankommen und Begrüßung
09:30 - 10:45	Katja Hambrecht • Power für den Beckenboden
11:00 - 12:15	Sebastian Platek • Step - Spaß und Ausdauer auf dem Step
12:30 - 13:30	Mittagspause
13:30 - 14:45	Katja Hambrecht • Beckenbalance-Training
15:00 - 16:15	Sebastian Platek • Bodyworkout - Ganzkörpertraining für alle Levels
16:30 - 17:45	Verabschiedung und Abreise

ANSPRECHPARTNER

KreisSportBund Paderborn e.V.
info@ksb-paderborn.de
05251 68330-01
www.ksb-paderborn.de

95 € TEILNAHMEGEBÜHR

Workshop: Klarheit & Leichtigkeit im Alltag – Mentale Gesundheit

„Sportbildungswerk“ & „Gesundheit“

Dauerhafter Stress, ständige Erreichbarkeit und das Jonglieren zwischen Arbeit, Ehrenamt und Privatleben lassen viele Menschen an ihre Grenzen kommen. Körperliche Anspannung, Schlafprobleme und ein Gefühl innerer Unruhe sind oftmals die Folge. Mentale Gesundheit gerät dabei schnell aus dem Blick.

Aus diesem Grund bieten wir am **Donnerstag, 20. November 2025 von 18:00 bis 21:00 Uhr im Vereinsheim des SC Grün-Weiß 1920 e. V. Paderborn** gemeinsam mit Coach Tobias Falkenroth den Workshop „Klarheit & Leichtigkeit im Alltag – Mentale Gesundheit“ an. Die Teilnehmenden lernen in diesem Workshop, wie sie Stressmuster erkennen, ihre Energien bewusster einsetzen und neue Balance finden können.

Weitere Informationen und die Anmeldung sind [hier](#) zu finden.



Foto: KSB Paderborn

Ansprechpartnerin:

Carina Moss

✉ carina.moss@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-01

Alle Informationen und die Anmeldung zum Event findet ihr [hier](#).

Ansprechpartnerin:

Carina Moss

✉ carina.moss@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-01

Fit im Vorstand – Save the Date

„Fit im Vorstand“

Am **19. November** findet eine weitere Informationsveranstaltung unserer Reihe Fit im Vorstand statt. Thema dieses Mal ist: Mitgliedsbeiträge im Sportverein – Angemessenheit und Überzeugung. Nähere Informationen folgen im nächsten Infobrief.



#gemeinsamengagiert
Fit im Vorstand

Ansprechpartnerin:

Marina Glatthor

✉ marina.glatthor@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-14

Jetzt Fördermittel für Gesundheitsprojekte beantragen

„Gesundheit“

Im Kontext des von der Techniker Krankenkasse (TK) geförderten Projektes „Gesunde Kommune im Kreis Paderborn“ stellt die TK zusätzliche Fördermittel für orts- und zielgruppenbezogene Gesundheitsprojekte bereit. Auch der KSB Paderborn wird bei der Umsetzung des Verfügungsfonds unterstützen, indem er dem Kreis Paderborn durch seine langjährige Erfahrung in der Gesundheitsförderung beratend zur Seite steht.

Vereine, Initiativen und Institutionen aus dem gesamten Kreisgebiet können finanzielle Unterstützung für ihre Gesundheitsprojekte beantragen. Insgesamt stehen 100.000 Euro für zwei Jahre zur Verfügung, mit einer einmaligen Fördersumme von bis zu 5.000 Euro pro Projekt.

Gefördert werden Vorhaben aus den Bereichen Ernährung, Bewegung, Stressreduktion, Gewaltprävention, Medienkompetenz sowie der Umgang mit Genuss- und Suchtmitteln. Diese können jedoch nicht für bereits bestehende Projekte beantragt werden.

Besonderer Fokus liegt im ersten Jahr auf den Zielgruppen Kinder bis sechs Jahre sowie Menschen über 55 Jahren. Im Verlauf besteht die Möglichkeit, auch weitere Zielgruppen miteinzubeziehen. Die Projekte sollen niedrigschwellige, nachhaltige Angebote schaffen und den Zugang zu gesundheitsfördernden Strukturen im Kreis Paderborn erleichtern.

Nähere Informationen findet ihr [hier](#).

Ansprechpartnerin:

Carina Moss

✉ carina.moss@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-01

Offene Stellen beim KSB Paderborn

„KreisSportBund Paderborn e.V.“

Bewirb dich jetzt! 



Wir suchen
für unsere KSB-Kitas

- Pädagogische Fachkräfte für unsere Kita in Anreppen
- Pädagogische Fach- und Ergänzungskräfte für unsere Kita in Bad Wünnenberg

KreisSportBund
Paderborn e.V. 
Gemeinsam sind wir stärker!

Wir suchen dich !

für unser Team in der KSB -
Geschäftsstelle als Mitarbeiter*in
Gesundheitswissenschaften!



**BEWERBEN &
TEIL DES TEAMS WERDEN!**

WEITERE INFOS UNTER: WWW.KSB-PADERBORN.DE/WIR/DEINE-ZUKUNFT-MIT-UNS

Alle Stellenausschreibungen findest du auch auf unserer [Homepage](#).

Ansprechpartner:

✉ personal@ksb-paderborn.de

Vereinsberatung VIBSS

Im Vereins- Informations-, Beratungs- und Schulungs-System (kurz VIBSS) findet ihr zahlreiche Hilfestellungen zum Thema Vereinsmanagement und Vereinspraxis. Dies reicht von der Buchführung und Öffentlichkeitsarbeit bis hin zu Ideen für die Gestaltung einer Sportstunde. [Hier](#) gelangt ihr direkt zur Internetseite von VIBSS. Solltet ihr dort nicht fündig werden, besteht die Möglichkeit, eine kostenlose Anfrage an VIBSS zu stellen oder sogar eine Beratung z.B. für Satzungsänderungen (online oder in Präsenz bei euch vor Ort) zu beantragen. **Auch hier sind die erste 6 Beratungsstunden kostenlos.**

Ausbildungen 2025

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

Sporthelfer Ausbildung

13.10.-15.10.2025 [Sporthelfer*in I](#)
22.10.-24.10.2025 [Sporthelfer*in II](#)

Übungsleiter C-Ausbildungen

07.11.-13.12.2025 [Übungsleiter-C Aufbaumodul \(Profil: zielgruppenübergreifend\) \(90 LE\)](#)

Fortbildungen 2025

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

Übungsleiter C-Fortbildungen

15.11.2025 [Groupfitness Event \(8 LE\)](#)
22.11.2025 [Faszien in Verbindung mit Pilates Übungen an der Wand \(8 LE\)](#)

Übungsleiter B-Fortbildungen

08.11.2025 [Neurotraining \(8 LE\)](#)
29.11.2025 [Ganzheitliche Sturzprophylaxe \(8 LE\)](#)