

WIRIMSPORT

Magazin des Landessportbundes NRW | Ausgabe 01.2023 | lsb.nrw

30 MIO.

FÖRDERUNG DER
DIGITALISIERUNG

**Unterbrechen
Abschalten**

LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



”

**INKLUSION
HEISST
FÜR MICH
EINFACH ZU
LEBEN**

SEBASTIAN DIETZ
PARALYMPICS-REKORDHALTER
IM KUGELSTOSSEN

 Ab Seite 24

“



RUGBY: DER SPORT MIT DEM "EI" IST SPANNEND, actionreich und kann sogar in gemischten Teams gespielt werden. Auch unser Toptalent Ben Potente stammt aus dieser Sportart (siehe Seite 32). Mehr über ihn im E-Magazin unter:

 magazin.lsb.nrw



Mehr Segen als Fluch

SABRINA HEMMERSBACH
„WIR IM SPORT“-REDAKTION

Als Internet-Referentin tue ich vor allem eins: vor dem Rechner sitzen. Ohne Laptop bin ich quasi handlungsunfähig. Überhaupt ist die Digitalisierung für mich mehr Segen als Fluch und ich hoffe, dass auch jeder Verein die Vorteile für sich entdeckt. Sich darauf einlassen ist aber immer leichter gesagt als getan, wenn einem die passenden Mittel zur Umsetzung fehlen. Ab jetzt gibt's aber keine Ausreden mehr, denn mit dem aktuellen „Digital Wumms“, wie LSB-Vorstandsvorsitzender Dr. Christoph Niessen ihn nennt, können sich Vereine dank einer insgesamt 30 Millionen Euro umfassenden Sonderförderung durch die Landesregierung nun digital besser aufstellen. (siehe Seite 20)

Trotz meiner Liebe zu allem digitalen, werde ich nach Fertigstellung dieser Ausgabe das Heft zur Hand nehmen und darin blättern, statt mich im verfügbaren E-Magazin durchzuklicken. Manchmal mag ich analog eben doch lieber. So kann ich auch durchaus verstehen, dass sich Vereine mit Start der Mitgliederversammlungs-Saison darüber freuen, endlich wieder „in echt“ gemeinsam Beschlüsse zu fassen (siehe Seite 36).

Zum Fluch wird Digitalisierung, wenn man durch sie ständig und überall erreichbar ist. Vor allem eine echte Herausforderung für ehrenamtliche Führungskräfte wie unsere Titelstory beleuchtet.

Ob analog oder digital, ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen.

- 5 Kurz notiert**
- 8 Titel** // Sport: Gerade jetzt!
- 14 Interview** // Lothar Linz, Diplom-Psychologe, leitender Sportpsychologe am Olympiastützpunkt NRW/Rheinland
- 15 Sportjugend NRW** // Es geht um unsere Zukunft
- 22 Porträt** // So geht Fitness im Alter: Erika Rischko geht viral



- 24 Inklusion durch Sport** // Inklusion ist, wenn alle mitmachen (können)
- 29 Aus dem Netz gefischt** // Google Analytics 4
- 30 Im Gespräch** // Max Hartung: „Es geht um mündige Persönlichkeiten“
- 32 WestLotto Toptalente NRW** // Ben Potente, Rugby
- 33 Sportmedizin** // Sport bei Osteoporose: Use it or lose it!
- 34 Lesenswert**
- 36 Sportmanagement** // Startschuss für Mitgliederversammlungen
- 39 Zur Sache** // Ilja Waßenhoven über die „Förderoffensive Digitalisierung“
- 39 Impressum**

Unsere Förderer und Wirtschaftspartner



Willkommen in Hachen

Sport- und Tagungszentrum Hachen



Direkt Buchen
www.hachen.nrw

Bewegung - Bildung - Begegnung
Das ist Hachen!

LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Ab sofort steht allen Vereinen in NRW ein erweitertes Beratungsangebot des LSB zur Verfügung, das i. d. R. kostenfrei genutzt werden kann. Sie können wie bisher ein Angebot von acht Lerneinheiten (sechs Stunden) in Anspruch nehmen, haben jetzt aber auch die Möglichkeit, bei einem hohen Bedarf mehr als eine „Beratung“ im Kalenderjahr zu beantragen. Unser Portfolio umfasst dabei Themen wie Steuern und Recht bis hin zu Entwicklungsthemen wie zum Beispiel Ehrenamt, Vereinsanalyse, Zielfindung und Strategie.

Ergänzend wird Unterstützung bei herausfordernden Themen wie der „**Digitalisierung**“ und der „**Prävention sexualisierter Gewalt**“ (Risikoanalyse und Schutzkonzept) angeboten – beide mit je bis zu 20 Lerneinheiten.

WEITERE INFOS UND BEANTRAGUNG UNTER:

- ➔ go.lsb.nrw/meinsportnetz oder
- ➔ go.lsb.nrw/vibssberatung

ERWEITERTE BERATUNGS- MÖGLICHKEITEN FÜR SPORTVEREINE



55,2

MILLIONEN EURO
SOFORTHILFE
FÜR **ENERGIEMEHRKOSTEN**

Das Land NRW will Sportvereinen und anderen gemeinnützigen Sportorganisationen helfen, die derzeitigen Mehrkosten für Energie aufzufangen, die durch Nutzung der Sportinfrastrukturen entstehen. Dafür stellt es insgesamt 55,2 Millionen Euro bereit. Finanziert wird die Hilfe aus Mitteln des Sondervermögens zur „Bewältigung der Krisensituation in Folge des russischen Angriffskriegs in der Ukraine“.

Das Programm wird vom LSB über seine digitale Plattform abgewickelt. Beantragungen werden bis zum 30. Mai möglich sein und können voraussichtlich ab Ende Februar gestellt werden.



WEITERE INFOS ZEITNAH UNTER:

- ➔ lsb.nrw und
- ➔ go.lsb.nrw/soforthilfe2023

Foto Andrea Bowinkelmann



TOPTALENT DES JAHRES 2022

Johanna Schablowski aus Nettetal hat die Wahl zum TOP-TALENT des Jahres 2022 gewonnen. Gemeinsam mit unserem Kooperationspartner WestLotto präsentieren wir eine talentierte Para-Seglerin, die mit ihrer Team-Partnerin die Silbermedaille bei der Inklusions-WM in Rostock gewann. Über die sozialen Medien hatte der LSB wieder zum Voting über acht Toptalente aufgerufen. Die „WIR IM SPORT“ präsentiert in jeder Ausgabe die „WestLotto Toptalente NRW“.

VIDEOS UND PORTRÄTS:

- ➔ lsb.nrw/toptalente-nrw

Autos für den Sport!

KIA SPORTAGE

- Spirit, Benziner, Automatik
- 1.6 lT-GDI DCT, 150 PS

ab € 459,-



- Klimaautomatik
- Navigationssystem
- Panorama-Glasschiebedach
- aktiver Stau- u. Spurhalteassistent
- Rundumsichtkamera
- Ganzjahresreifen



Das Auto für die ganze Sportfamilie! Seit mehr als 20 Jahren profitieren Mitglieder in Sportvereinen, Übungsleiter, Funktionäre sowie Schieds- und Kampfrichter von den attraktiven Car-Sponsoring-Möglichkeiten der SPURT GmbH in Kooperation mit ASS!

***Deine IchBinDeinAuto Komplettrente:**

- inkl. Versicherung und KFZ-Steuer
- inkl. Überführungs- und Zulassungskosten
- keine Anzahlung/keine Schlussrate
- 24h Schadenaufnahme
- „Begleitetes Fahren ab 17“ möglich

findet ihr unter spurtwelt.ichbindeinauto.de



SPURT GmbH • Car-Sponsoring Partner des Landessportbundes NRW e. V.
An der Sandkull 108b, 47445 Moers
Telefon: 02841 60239-20, E-Mail: kontakt@spurtwelt.de

spurt
SPORT & MOBILITÄT



RESTART SPORT BEWEGT DEUTSCHLAND

**1.000 EUR FÜR 4.000 VEREINE UND
SPORTVEREINSSCHECKS
KÖNNEN BEANTRAGT WERDEN**



Im Rahmen der zweiten Säule („Sporttage sind Feiertage“) des DOSB-ReStart-Programms „Starke Aktionen von starken Vereinen“ können 4.000 Vereine 1.000 EUR für Veranstaltungen, für Kooperationen und für themenspezifische Projekte erhalten. Die Bewerbungsphase endet voraussichtlich Ende Juli 2023. Es sind sowohl Vereine wie Kreis- und Stadtsportbünde antragsberechtigt.

Sportinteressierte können zudem sogenannte „Sportvereinschecks“ im Wert von 40 EUR in den Vereinen einlösen. Dafür stehen insgesamt 150.000 dieser Schecks zum Download zur Verfügung. Anträge können bis Ende Oktober gestellt werden.

WEITERE INFOS:

➔ go.isb.nrw/restart2023

CHATGPT UND ANDERE KI* -BASIERTE CHATBOTS

Eine neue, auf künstlicher Intelligenz basierende deutlich leistungsstärkere Version des Chatbots kann auf Anforderung der Nutzer*innen nicht nur mit diesen chatten, sondern auch beispielsweise Grußworte, Gedichte oder Satzungsbausteine verfassen und vieles mehr. Bei der Nutzung von ChatGPT sollten jedoch einige Regeln beachtet werden. Wir haben diese zusammengefasst unter:

WEITERE INFOS:

➔ go.isb.nrw/chatgpt2023

* künstliche Intelligenz

Foto: Andrea Bawinkelmann



EXTRA ZEIT FÜR BEWEGUNG NACHHOLEN WAS AUSGEFALLEN IST!

FÖRDERUNG BIS

SOMMER 2023 VERLÄNGERT

Das erfolgreiche Projekt des NRW-Ministeriums für Schule und Bildung wird fortgeführt. Noch bis zum **31. Juli** werden zusätzliche außerschulische Angebote in Sportvereinen mit max. 500 Euro pro Tag, die auf eine sport- und bewegungsorientierte Förderung von Schüler*innen abzielen, bezuschusst.

Gefördert werden sportpraktische Gruppenangebote, die mindestens zehn Teilnehmer*innen und sechs Zeitstunden umfassen. Es kann an einem oder über mehrere Tage stattfinden, wobei die Mindestdauer einer Einheit 90 Minuten beträgt.

WEITERE INFOS:

➔ go.sportjugend.nrw/extrazeit

UNTERBRECHEN ABSCHALTEN





Permanente Nachrichtenflut, ständige Erreichbarkeit per Smartphone und angedockt an die sozialen Medien: Der moderne Mensch steht unter dem Druck pausenloser Verfügbarkeit in Beruf, Familie und Alltag. Selbst in der Freizeit gelingt es nicht immer abzuschalten und Nein zu sagen, wenn es zuviel wird. Vor allem, wenn man mit Leidenschaft für eine Sache brennt, wie so viele ehrenamtlich Engagierte in unseren Vereinen. Wenn selbst das beste Zeitmanagement nicht mehr reicht, hilft oft nur noch eins: Abschalten, Aussteigen, Unterbrechen. Wir haben bei Vereinsvorsitzenden nachgefragt ...

Nur wenige Schritte sind es vom Sportlerheim des SV Schwarz-Weiß Ahle zum Haus von Rainer Rose. Einmal quer über den Platz und eine Straße, und schon steht man am gepflegten Gartenzaun des Vereinsvorsitzenden. Ein paar Minuten Wegstrecke, auf der man einen schönen Blick auf die umliegenden Felder des Ortes erhascht. Was so praktisch klingt, hat Folgen für den Vorsitzenden des 500 Mitglieder großen SV: „**Rainer kannst du mal? Oder kommste mal gerade?**“ Rose muss selber schmunzeln bei seinen Worten. „In irgendeiner Weise kümmere ich mich täglich um den Verein“, sagt er, „das meiste regle ich zwar nach Feierabend. Vieles aber auch in den Pausen bei der Arbeit, da führe ich zum Beispiel Telefonate mit der Kommune.“

Wer ehrenamtlich Führung im Vereinssport übernimmt, steht schnell unter dem Druck ständiger Verfügbarkeit. „**Ich habe eigentlich nie Feierabend**“, stellt Silvia Prange fest, „bin immer präsent. Ich kann mich an keinen Urlaub erinnern, an dem ich nicht erreicht wurde.“ Prange leitet als Vorsitzende den Kaiserswerther Sportverein mit 1.400 Mitgliedern quasi von ihrem Wohnzimmer aus. Eigene Sportstätten hat man nicht. „Wir haben deshalb einen hohen Verwaltungsaufwand“, klagt sie, „weil wir verschiedene Hallen mieten müssen, mit anderen Ansprechpartnern, Abrechnungszeiten, Abrechnungsmodalitäten.“ Auch die Suche nach Übungsleitungen sei zermürbend. Trotz Unterstützung liefen die Fäden letztlich bei ihr zusammen „Und wenn man mal sagt, alles sei zuviel, heißt es, dass man aufhören solle ...“

„LERNEN SIE ‚NEIN‘ ZU SAGEN“

Was ständige Verfügbarkeit bedeutet, hat Oliver Burkeman in der „ZEIT-Online“ beschrieben. Der Titel sagt schon alles: „Da platzt mir der Kopf“. Jahrelang habe er gegen die Zeitnot gekämpft, berichtet der Journalist und Bestseller-Autor, habe versucht, das alltägliche Chaos zu bezwingen. Gesiegt habe er nicht. Irgendwann habe er erkannt: „Man kann

Auch als Übungsleiter(*in) sollte man
im vollen Vereinsalltag unterbrechbar bleiben



nicht alles machen, alles lesen, alles schaffen.“ In der Tat empfinden sich in Deutschland immer mehr Menschen unter Druck im Spannungsfeld zwischen Karriere, Familie und Selbstverwirklichung, stellt eine aktuelle Studie der Stiftung „Freizeit-Monitor“ fest. „Gefangen zwischen Erwartungen von Dritten, scheinbar grenzenlosen Möglichkeiten und den eigenen Bedürfnissen, fühlen sich zunehmend mehr Bürger gestresst“, so Ulrich Reinhardt, der wissenschaftliche Leiter der Stiftung. Gerade eigene Bedürfnisse werden zurückgestellt. Ein Ausstieg aus diesem Hamsterrad sei nicht einfach ...

Das musste auch Oliver Burkemann erkennen: **„Ich war ständig auf der Suche nach der perfekten Methode, um meinen Tag zu organisieren.“** Er habe alle Zeitmanagement-Tricks ausprobiert und sein Leben in To-Do-Listen eingeteilt. Doch je effizienter er wurde, um so mehr Arbeit kam auf ihn zu. Dann endlich dämmerte ihm: „Man muss Grenzen ziehen.“ Statt den Alltag zu verdichten, rät er: „Sortieren Sie aus!“ Es sei besser, sich auf ein einziges großes Projekt zu konzentrieren und alle anderen soweit irgend möglich aufschieben. Und weil eh nicht alles zu schaffen sei, brauche man den Mut zu entscheiden, in welchen Bereichen man scheitern will. „Versagen Sie abwechselnd! Und lernen Sie ‚Nein‘ zu sagen!“, so sein Appell.

Das klingt einfacher als es ist. „Ich habe Jahre gebraucht, um mal ‚Nein‘ zu sagen“, erinnert sich Rainer Rose, „erst dann begann ich, manches nicht mehr zu machen oder an einen Stellvertreter zu delegieren.“ Dabei ist der 60-Jährige keiner der „alten weißen Männer“, die nicht loslassen können. „Wir haben einen recht jungen Vorstand und Jüngere rücken nach“, freut er sich. „Gestresst bin ich eigentlich nur, wenn ich hinterherlaufen muss, ob verabredete Dinge erledigt worden sind.“ Und sollte

”

Gefangen zwischen Erwartungen von Dritten, scheinbar grenzenlosen Möglichkeiten und den eigenen Bedürfnissen, fühlen sich zunehmend mehr Bürger gestresst

Ulrich Reinhardt, der wissenschaftliche Leiter
der Stiftung „Freizeit-Monitor“



Es muss nicht immer Yoga oder Meditation sein, um Ruhe zu finden. Oft genügt einfach „Abschalten“ und mal was komplett anderes zu machen – oder gar nichts ...



VIBSS

WER LERNEN WILL ZU DELEGIEREN UND IM VEREIN PRIORITÄTEN ZU SETZEN, FINDET BEI DEN BERATER*INNEN VON VIBSS KOMPETENTE UNTERSTÜTZUNG.

ANTRAG UNTER

📍 meinsportnetz.nrw oder Mail an

✉️ vibss@lsb.nrw oder SSB/KSB

es wirklich mal zu viel werden? „Dann schalte ich ab, mache was im Garten oder gehe angeln“, hat er sein persönliches Stopp-Programm gefunden. Damit liegt er ganz auf der Linie von Burkemann. Der hat trotz rigorosem Neinsagen eingesehen, dass es entscheidend sei „unterbrechbar“ zu werden. Sozusagen einen Systemwechsel zu machen, einen Sprung „out of the box“.

Aber auch das muss man lernen. Sylvia Prange fällt es schwer. „Ich bin der sportaffine Mensch, der nie genug kriegt und viele Ideen hat. **Ich tappe immer wieder in meine Motivationsfalle.** Da bin ich zum Teil selber schuld. Aber wenn ich einen Verein möchte, der alle mitnimmt, da hat man ein Rund-um-Paket. Das ist dann so, selbst wenn ich manchmal durch bin ...“

Diese „Motivationsfalle“ dürfte vielen Ehrenamtlichen vertraut sein. Wer für eine Sache brennt, will den Erfolg für sein Anliegen. Andererseits sieht VIBSS-Vereinsberaterin Karin Schultze Kersting in fehlendem Wissen über Hilfen und Unterstützungsleistungen einen Faktor, warum sich Vereinsvorstände überfordern. **„Man ruft nach Hilfe, die es schon längst gibt“**, bemerkt sie immer wieder erstaunt. Dabei stelle der LSB über das Beratungsportal vibss.de zu fast allen Fragen Informationen,

”

Das Mittel der Wahl gegen Überforderung ist es, delegieren zu lernen und Prioritäten zu setzen. Dann klappt das auch!

Karin Schultze Kersting,
VIBSS-Vereinsberaterin

Konzepte und Handlungsanleitungen bereit. Ganz abgesehen von einer persönlichen Vereinsberatung vor Ort. Sie weiß: „Das Mittel der Wahl gegen Überforderung ist es, delegieren zu lernen und Prioritäten zu setzen. Dann klappt das auch!“

„ICH BIN EIN STRAFFES ZEITMANAGEMENT GEWOHNT“

„Wie ich den Alltag manage, frage ich mich manchmal auch“, lacht Caroline Noerenberg. Die 40-jährige ist berufstätige Mutter zweier Kinder und Vorsitzende des Burtscheider TV mit 1.400 Mitgliedern. Sie entspricht geradezu dem „Prototyp“ einer multiplen eingespannten modernen Frau. „Ich bin ein straffes Zeitmanagement gewohnt“, sagt sie. Dennoch beugte sie vor: „Als ich das Amt übernahm, habe ich Bedingungen gestellt. Unter anderem, dass unser bisheriger, erfahrener Vorsitzender mein Stellvertreter wird. Zweitens, dass die Satzung geändert wird, mit neuen Vorstandsstrukturen und Sitzungsintervallen.“ So habe sie Stress nur noch bei Ereignissen außer der Reihe. Und sie bleibt „unterbrechbar“. Dann wird zum Beispiel Zeit mit den Kindern verbracht. „Wenn dann das Telefon klingelt, und ich nicht kann, gehe ich nicht ran.“ Und widmet sich weiter dem Nachwuchs ...

Einen sehr geeigneten „Puffer“ gegen ständige Verfügbarkeit hat Jörg Hegemann. Der Vorsitzende des Hammer SC mit seinen 6.000 Mitgliedern, der als Chef der Stadtwerke beruflich umfassend gefordert ist, meint: „Ich fühle mich nicht unter Druck. **Ich kann mich ganz auf unsere hauptamtliche Geschäftsführung und Mitarbeiterschaft im Verein verlassen.**“ Er spürt den Vorteil der Hauptamtlichkeit und fungiert im Grunde als eine Art Aufsichtsrat gemeinsam mit seinen ehrenamtlichen Vorstandsmitgliedern. Sein Fazit: „Die Arbeit im Verein ist ja mein Ausgleich, er ist mein Hobby. Dort kann ich abschalten ...“

Stoppunkte setzen und „heilige“ Zeiten festlegen

INTERVIEW MIT **LOTHAR LINZ**, DIPLOM-PSYCHOLOGE
LEITENDER SPORTPSYCHOLOGE AM OLYMPIASTÜTZPUNKT
NRW/RHEINLAND

WAS ZWINGT MENSCHEN DAZU, SICH STÄNDIG VERFÜGBAR ZU HALTEN?

Gezwungen wird ja niemand. Es gibt zwar einen hohen Druck, aber es ist ein subjektives Empfinden, zu glauben, man müsse ständig verfügbar sein. Wer aber signalisiert, ständig erreichbar zu sein, bei dem wird das in der Folge vorausgesetzt. Wenn also Vereinsmitglieder wissen, ich kann abends um zehn bei dem oder der anrufen, dann machen sie das. So entwickelt sich eine eigene Dynamik. Dann geht es um die Frage, inwieweit man sich dieser Spirale entzieht. Wo und wie schaffe ich es, Grenzen zu setzen, auch bei der Übernahme von Aufgaben.

WAS BEWIRKT EIN SOLCHER STRESS IM GEHIRN?

Stress ist an sich nicht negativ. Er macht biologisch Sinn, um in Gefahrensituationen handlungsbereit zu sein. Dieser Zustand sollte aber vorübergehend sein. Problematisch wird es, wenn er dauerhaft wird. Wenn der Körper also zu lange zu häufig übererregt ist und das nicht genügend abbauen kann. Es spielt dabei keine entscheidende Rolle, ob es sich um positiv oder negativ erlebten Stress handelt. Der Körper reagiert bei einem Übermaß auf beide, zum Beispiel mit Konzentrationsstörungen, Gereiztheit etc bis hin zum Burnout. Oft reicht es, nur zu denken, es könnte gleich ein Anruf kommen oder eine Aufgabe an einen herangetragen werden, um den Körper in einer Grundspannung zu halten.



WIE ENTKOMMT MAN DEM HAMSTERRAD?

Zunächst muss man seine eigene Überlastung überhaupt bemerken. Aber spätestens, wenn Psyche und Körper Signale senden, zum Beispiel durch Kopfschmerzen oder erhöhte Reizbarkeit, ist es Zeit, Stoppunkte zu setzen, um sich zu regenerieren. Dann gilt es Auszeiten zu nehmen, oder für eine Weile etwas komplett anderes zu machen, quasi auszusteigen in eine stressfreie „Gegenwelt“. Sehr hilfreich ist es, Freiräume festzulegen, „heilige“ Zeiten oder Tage, in denen man für niemanden erreichbar ist, an denen man an keinen Sitzungen teilnimmt, das Handy ausschaltet, etc.. Wenn man das klar kommuniziert und sich dran hält, richten sich auch andere danach.

Junge Menschen und nachhaltiges Handeln:

ES GEHT UM **UNSERE** ZUKUNFT

Im Fernsehen, im Radio und auf Social Media ist das Thema Nachhaltigkeit omnipräsent. Auch die „Wir im Sport“ berichtet regelmäßig dazu. Dabei erweckt die öffentliche Diskussion oft den Eindruck einer Debatte „Alt“ vs. „Jung“. Dazu wollen wir uns nicht hinreißen lassen und geben deshalb hier einmal nur jungen Menschen eine Stimme. Denn es ist ja ihre Zukunft ...

Sport- und Tagungszentrum Hachen: Eine Region, die bereits mit den Folgen des Klimawandels zu kämpfen hat. Der umliegende Wald stirbt langsam und Mitte Januar – wohlgermerkt dem wärmsten Januar seit Beginn der Wetteraufzeichnungen – liegt hier in den angrenzenden Skigebieten des Sauerlands kaum Schnee – die Temperaturen schwanken an diesem Wochenende rund um den Gefrierpunkt. Wenn man so will das „optimale“ Umfeld für die Jahrestagung der Sportjugend NRW, die dort unter dem Titel „Fit für die Zukunft – Ökologischer, fairer, nachhaltiger im Sport!“ stattfand.

Was ist Nachhaltigkeit? Wie lebe ich danach? Welche Förderungen gibt es? Antworten darauf gibt es zu genüge (z.B. auf [vibss.de](https://www.vibss.de)). In Hachen interessierte die Sicht von jungen Menschen: Wie gehen sie mit dem Thema um? Welche Sorgen haben sie? Wie lassen sich „Jung sein“, Sport und Umweltschutz vereinbaren? Finden sie in ihren Vereinen Gehör mit ihren Anliegen?

Jennifer vom KSB Herford und Maik vom SC Aquarius Löhne sind sich einig: „Sport und Nachhaltigkeit passen ideal zusammen“, sagen sie. Dem Sport werde ja bereits eine Vorbildfunktion zugeschrieben – demnach kann er diese auf verschiedenen Ebenen umsetzen und ökologisches Handeln und Nachhaltigkeit vorleben. Dabei gelte: Der soziale Aspekt muss ebenfalls immer mitbedacht werden, denn hier kommt den Vereinen als gesellschaftlicher Akteur eine besondere Rolle zu. Die beiden sehen auch die Jugendorganisationen in der Vorbildfunktion. Aus nachhaltigen Jugendlichen werden schließlich nachhaltige Erwachsene. Und diese werden später in entscheidenden Positionen sitzen, um Dinge ins Positive zu verändern. Dabei sei man sich innerhalb ihrer Jugendstrukturen der Bedeutung des Themas bewusst und fast immer einer Meinung, wenn es darum geht, ökologischer zu handeln.

In anderen Strukturen kann das wiederum so aussehen: Ein Teilnehmer ist mit seinem Verein ziemlich unzufrieden. Noch immer würde das Thema Nachhaltigkeit zu wenig beachtet, der Vorstand stelle sich in vielen Belangen quer. Reihenweise würden Verbesserungsvorschläge, die er gemeinsam mit anderen Jugendlichen formuliert hat, vom Vorstand, aber auch Mitgliedern abgelehnt. Der Grund: Es sei kein Geld da und andere Krisen wie etwa Corona und die Folgen, hätten Vorrang. Das sei einerseits nachvollziehbar, jedoch für ihn kein Argument dagegen. Diese Krisen existieren gleichzeitig und müssen daher auch beide berücksichtigt werden.

WENN DIE MARGARINE ZUM POLITIKUM WIRD

Eine Debatte, die an vielen Tischen in Hachen zu hören war, drehte sich um einen Brotaufstrich – genauer genommen um Margarine. Das einzeln verpackte Streichfett löste die Diskussion aus, ob es in dieser Form noch zeitgemäß und nachhaltig sei. Gäbe es nicht bessere Alternativen? Etwa Margarine in kleinen Gläsern bereitzustellen? Einer der Diskutanten wirft ein, dass nicht komplett verbrauchte Margarine weggeworfen werden müsste – man könne das nicht einfach wieder zusammenschütten. Ein Einwand, der die Beteiligten entzweit und zur Frage führt: Was ist nachhaltiger – Verpackungsmüll oder nicht verbrauchte Lebensmittel wegwerfen? Die jungen Diskutanten kommen hier auf keinen gemeinsamen Nenner ... →

MEHR ZUM THEMA:

WIR IM SPORT

Ausgabe 07/2022

Titelthema

„Sport kann nachhaltig“

magazin.lsb.nrw/ausgabe/2022/07/0001.html

Weitere vielfältige Informationen
zu den Themen

Klimaschutz, Energiesparen uvm..

[vibss.de](https://www.vibss.de)

”

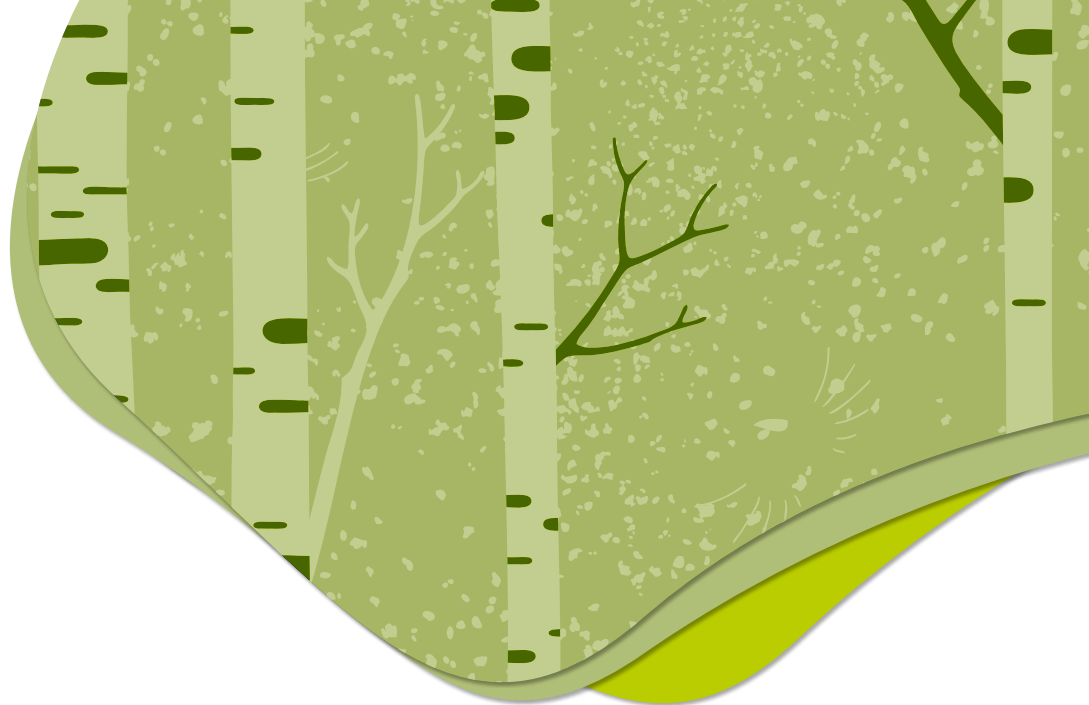
**... DEM SPORT WERDE JA BEREITS EINE
VORBILDFUNKTION ZUGESCHRIEBEN -
DEMNACH KANN ER DIESE AUF
VERSCHIEDENEN EBENEN UMSETZEN
UND ÖKOLOGISCHES HANDELN UND
NACHHALTIGKEIT VORLEBEN ...**



Jennifer | KSB Herford



Maike | SC Aquarius Löhne



→ Soli vom TV Gut-Heil Aplerbeck hat eine besondere und gleichzeitig nachhaltige Vision. Seit Jahren träumt sie von einem Ehrenamtswald. Die Idee dahinter: Vereine und Ehrenamtler*innen können einen Setzling pflanzen und ihrem Baum beim Wachsen zusehen. Das ist einerseits gut für die Natur, da bereits auch kleine Wälder das Mikroklima beeinflussen und zusätzlichen Lebensraum für Tiere und Insekten schaffen. Andererseits verbildlichen die Bäume das Ehrenamt, so ihre Sichtweise. Dieses Jahr soll es endlich losgehen – die genaue Umsetzung ist in Planung.

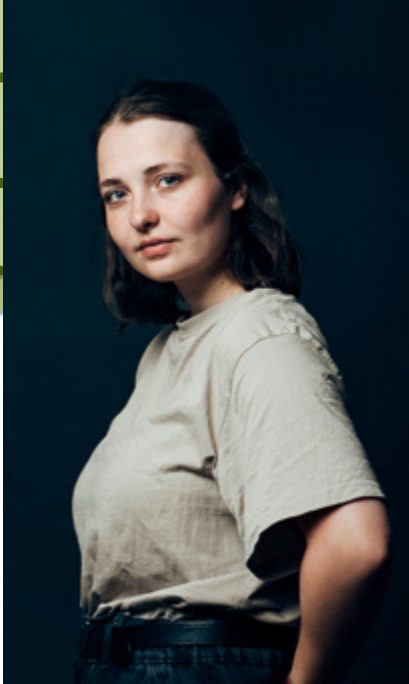
EHRENAMTSWALD: EINE IDEE, DIE MOTIVIERT

Die jungen Menschen formulieren während der Tagung klare Wünsche und Anregungen für mehr Nachhaltigkeit im Verein: Es braucht mehr Unterstützung! Wie diese aussehen kann? Vielfältig. Etwa einfach nutzbare Arbeitsmaterialien, niedrigschwellige Bildungsbausteine, Fachkräfte für Nachhaltigkeit in den Bünden und natürlich mehr Geld für passende Projekte. Und welche konkreten Maßnahmen kann man umsetzen, ohne großen Aufwand? So können (Kinder-)Aktionen direkt nachhaltig geplant werden, anstatt mit dem Auto fährt man mit dem Fahrrad zur Sportstätte, für Wettkämpfe am Wochenende werden Fahrgemeinschaften gebildet und auf Veranstaltungen werden nur vegetarische Gerichte angeboten. Eine weitere Hilfestellung bietet die Methode „Zeig dein Profil“ (Weitere Infos zur Methode: [🔗 go.lsb.nrw/2v](https://go.lsb.nrw/2v)) mit dem Baustein „Nachhaltigkeit“. Sie zeigt Möglichkeiten auf, wie nachhaltiges Denken und Handeln in Vereinsaktivitäten mit einfließen können.



Nachdenkliche Gesichter bei den Jugendlichen, die sich in Hachen zu Wort meldeten





4 FRAGEN AN: LINDA KASTRUP

Die 23-jährige Aktivistin für Klimagerechtigkeit ist nicht nur in ihrer Ortsgruppe in Duisburg aktiv, sondern auch Landes- und Bundessprecherin von Fridays for Future Deutschland. Wenn sie nicht gerade Protest auf der Straße organisiert, studiert sie an der Uni Duisburg-Essen Erziehungswissenschaft.

WIESO ENGAGIEREN SICH GERADE JUNGE MENSCHEN SO SEHR FÜR DEN KLIMASCHUTZ?

Wir haben keine andere Wahl mehr. Die Wissenschaft und die Prognosen sind sehr deutlich. Wir wissen, was in den nächsten Jahren auf uns zukommen wird, das sieht man bereits im globalen Süden. Und die Welt schaut einfach weg. Alle, die der Wissenschaft zuhören und sich ein wenig damit beschäftigen, merken, dass viel Handlungsbedarf besteht. Und zwar sofort. Es ist kein „wir machen es freiwillig“, sondern „wir machen es, weil wir es müssen“. Die Klimakrise bedroht die Menschheit akut und je jünger wir sind, desto mehr wird es uns treffen.

SIEHST DU EINEN GENERATIONENKONFLIKT?

Ja. Wir kämpfen zum großen Teil auch gegen die Entscheidungen der vorherigen Generationen an, weil sie dieses Thema nicht beachtet haben. Das ist der große Konflikt. Das sieht man auch in der Politik, da hier junge Stimmen kaum vertreten sind. Dabei ist es wichtig, dass auf uns gehört wird. Wobei es gar nicht auf uns ist, sondern auf die Wissenschaft. Es muss renommierten Wissenschaftler*innen zugehört werden. Die Regierung soll sich an völkerrechtlich-bindende Abkommen halten. Mehr fordern wir nicht.

GLAUBST DU, DASS SPORT UND KLIMASCHUTZ GUT ZUSAMMENPASSEN?

Auf jeden Fall. Die Klimakrise ist ein enorm umgreifendes Thema. Das trifft uns alle, jeden Bereich. Der Sport erreicht Millionen von Menschen und steht dementsprechend auch in einer großen Verantwortung. Das Schöne: Der Sport ist an keine politische Blase gebunden, fast jeder macht Sport – er geht in die Bandbreite der Gesellschaft hinein. Wenn man es richtig anstellt, kann man sehr viele Menschen mitnehmen. Das ist ein Potenzial, das der Sport nutzen muss.

WELCHEN TIPP HAST DU FÜR JUNGE MENSCHEN, DIE SICH ENGAGIEREN WOLLEN?

Einfach machen. Fangt an im Freundeskreis darüber zu reden, geht zu einer Demonstration und dann sucht euch eine lokale Organisation, wo ihr mitmachen wollt. Der Rest kommt schnell von allein.

FÖRDERUNG DIGITALER AUSSTATTUNG

in Nordrhein-Westfalen

2.560.000 EUR

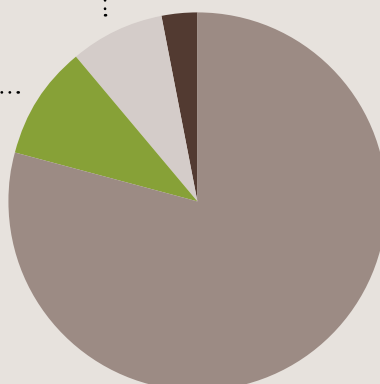
MITGLIEDSORGANISATIONEN LSB

1.140.000 EUR

SONSTIGE SPORTORGANISATIONEN NRW

2.750.000 EUR

VERBANDSSCHULEN



23.550.000 EUR
SPORTVEREINE

FÖRDERHÖHE: 30 MILLIONEN EURO

Verteilung auf die antragsberechtigten Institutionen

Moderne Laptops, Monitore und Smartboards statt veralteter oder fehlender Technik: noch nie war es so einfach an digitale Ausstattung für den eigenen Verein zu kommen. Dank einer insgesamt 30 Millionen Euro umfassenden Sonderförderung durch die Landesregierung können sich Vereine im Bundesland neu aufstellen und im Jahr 2023 mit neuer Hardware digital voll durchstarten.

Die Mittel stammen aus dem Programm REACT-EU der Europäischen Union, mit denen die Landesregierung eine Digitalisierungsoffensive für den Breitensport startet. Das Geld kann genutzt werden, um die vorhandene digitale Infrastruktur der Sportorganisationen auszubauen, die ehrenamtlichen Strukturen zu stärken und die Aus-, Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten

im Sport weiter zu verbessern. Denn die Digitalisierung hat auch im Sport Einzug gehalten und trägt dazu bei, die Art und Weise zu verändern, wie Sport betrieben und verfolgt wird. Erfreulich ist, dass hierbei noch nicht mal ein Eigenanteil des Sportvereins notwendig wird.

„Diese unmittelbar vor Weihnachten angekündigte Summe aus EU-Mitteln ist wirklich eine große Chance für den gesamten NRW-Breitensport, von den digitalen Möglichkeiten sowie Vorteilen stärker zu profitieren und somit nicht zuletzt an Attraktivität für potenzielle Mitglieder zu gewinnen. Dafür gebührt der Landesregierung unser ausdrücklicher Dank“, erklärte LSB-Präsident Stefan Klett.

Möglichkeiten voll ausschöpfen

Für die Vereine eröffnen sich damit neue Möglichkeiten im Vereinsalltag, aber auch im Ausbau von Bewegungsangeboten. Mit ausgeklügelter Netzwerktechnik und Videokonferenzsystem lassen sich unter anderem Sitzungen oder Mitgliederversammlungen reibungslos digital oder hybrid ausrichten. Whiteboards oder Smartboards eignen sich hervorragend für die anstehende Kursplanung. Über digitale Zugangssysteme lässt sich der Zugang zu Hallen oder Kursräumen optimal steuern – ohne Schlüsselweitergabe. Und mit Videoübertragungssystemen kann das Angebot weiter ausgebaut werden, in dem etwa Online-Trainings zum Mitmachen angeboten werden.

Vereine stellen Antrag an Stadt- oder Kreissportbund

Das Antragsverfahren kann für die Vereine kaum einfacher sein. Die Vereine melden an ihren zuständigen Kreis- oder Stadtsportbund entsprechende Bedarfe, dieser bündelt alle Interessenbekundungen und leitet sie anschließend an die zuständige Bezirksregierung weiter. Nachdem der positive Bewilligungsbescheid beim Bund eingegangen ist, kann die Shoppingtour für die Vereine beginnen!

Umfassendes Programm für den ganzen NRW-Sport

Nicht nur Vereine sind Profiteure des Programms – auch Bünde, Verbände und Sportschulen bekommen einen Teil der Förderung. Für sie steht ebenfalls Geld zur Verfügung, welches in die Digitalisierung ihrer Angebote fließen darf.

Digitalisierung zum Mitmachen

Jetzt Fördergelder für Ihren Sportverein beantragen.

Mehr Infos auf: www.lsb.nrw/digitalfoerderung



Weitere Informationen

FÜR VEREINE:

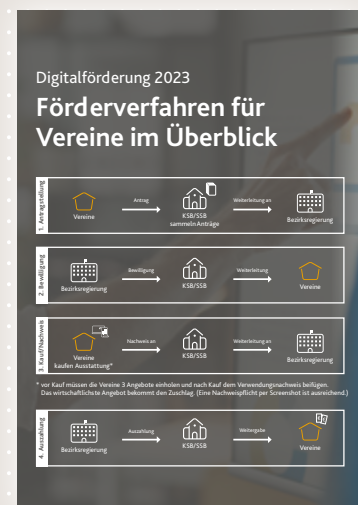
➔ go.lsb.nrw/verein-digitalfoerderung

FÜR VERBÄNDE &
SPORTORGANISATIONEN:

➔ go.lsb.nrw/verband-digitalfoerderung

FÜR BÜNDE:

➔ go.lsb.nrw/buende-digitalfoerderung



Freie Kommunikationsmedien zur Bewerbung

Werben Sie auf Website und
Social Media Kanälen mit kosten-
freien Grafiken zum Download:

➔ go.lsb.nrw/downloads-digitalfoerderung



So geht
Fitness
im Alter:

**ERIKA
RISCHKO
GEHT
VIRAL**

Mit 83 Jahren gehört Erika Rischko noch längst nicht zum alten Eisen. Im Gegenteil: Seit drei Jahren stürmt sie die sozialen Medien mit Fitness-Clips und kreativen Tanz-Videos. Motivation für alle, die im Alter fit bleiben wollen.

Statt Langeweile im Corona-Lockdown, vertrieb sich die rüstige Seniorin aus Langenfeld die Zeit im Internet und hält seitdem locker mit der sonst eher jüngeren Influencer-Szene mit. Trotz künstlicher Kniegelenke, vier versteifter Lendenwirbel und einem Schmerzschrittmacher macht sie mehrmals in der Woche Sport und eroberte mit ihren Videos die Herzen einer großen Fangemeinde im Sturm. Bisher generierte sie beeindruckende 112.000 Instagram-Abonent*innen (📍 [instagram.com/erikarischko](https://www.instagram.com/erikarischko)) und sogar 536.000 TikTok-Follower*innen mit insgesamt 7.1 Millionen Likes. Heute ist Erika Rischko ein international gefeierter Internet-Star. Ihre ersten Werbeverträge unter anderem mit adidas, Peloton und TikTok hat sie bereits in der Tasche. „Das war nicht geplant, aber darüber freue ich mich natürlich sehr“, erzählt sie. Im Februar 2022 kam dann auch ihr erstes Buch „Für Fitness ist es nie zu spät“ heraus. Co-Autor ist Prof. Ingo Froböse, Deutsche Sporthochschule Köln.



Anfangs machten wir die Videos nur für die Familie und Freunde, die ganz verstreut wohnen.

Doch schnell kam die Idee auf, die Videos auch bei TikTok und Instagram einzustellen

Aber schon vor Corona war die Langenfelderin eine Sportskanone. Mit Mitte fünfzig kam sie zum Sport, als ihre Kinder aus dem Haus waren und sie wieder mehr Zeit für sich hatte. Auf der Suche nach einem neuen Hobby entdeckte Rischko ihre Leidenschaft für den Sport und hält sich seither mit Krafttraining, Koordinationsübungen, Stretching, Yoga oder Pilates fit. Mehrmals in der Woche ist sie im Fitnessstudio, das aufgrund der Pandemie leider mehrere Monate geschlossen war. Doch auch das hielt die Seniorin nicht davon ab, sich sportlich zu betätigen. Sie setzte kurzerhand ihr Fitnessprogramm zuhause fort. Dabei filmte Rischkos Tochter sie mit dem Handy, um auch andere für den Sport zu animieren: „Anfangs machten wir die Videos nur für die Familie und Freunde, die ganz verstreut wohnen. Doch schnell kam die Idee auf, die Videos auch bei TikTok und Instagram einzustellen“, so Erika Rischko, „die vielen Likes und großartigen Kommentare haben uns dann zum Weitermachen motiviert.“

Drei- bis viermal in der Woche wird gedreht. Mit von der Partie ist inzwischen auch ihr Ehemann, den die 83-jährige mit ihrer Fitnessleidenschaft schon anstecken konnte – und so schwingt auch er inzwischen gern das Tanzbein für die TikTok Tänze.

Erika Rischko ist davon überzeugt, dass sich der Sport positiv auf ihre Gesundheit auswirkt: „Ich weiß nicht, wann ich das letzte Mal krank war. Wichtig ist aber vor allem, dass es Spaß macht. Ich stehe morgens gerne früh auf und gehe ins Fitnessstudio, den inneren Schweinhund muss ich nicht überwinden.“

Bei aller Sportlichkeit kennt ihr Fitnessprogramm auch Grenzen, zum Beispiel bei dem Thema Ernährung. „Ich kasteie mich nicht und trinke abends auch mal ein Glas Wein, esse auch gerne mal ein Stück Kuchen. Wenn ich weitermache wie jetzt, hoffe ich, dass ich noch ein paar schöne Jahre mit meinem Mann und meiner Familie habe.“

INKLUSION IST,

WENN ALLE MITMACHEN (KÖNNEN)

STELL DIR VOR, IN DEINER SPORTGRUPPE HAT DIE HÄLFTE EIN HANDICAP UND NIEMANDEM FÄLLT ES AUF. DAS WÄRE HUNDERT PROZENT INKLUSION: GEMEINSAM SPORT TREIBEN, UNABHÄNGIG VON KÖRPERLICHER ODER GEISTIGER VERFASSUNG, GESCHLECHT ODER HERKUNFT. IN MANCHEN GRUPPEN IST DIES BEREITS DER FALL, ZUM BEISPIEL BEIM BLINDENFUSSBALL ODER BEIM ROLLSTUHLHANDBALL. HIER IST DIE TRENNLINIE ZWISCHEN MIT UND OHNE HANDICAP KOMPLETT AUFGEHOBEN: ALLE SPIELEN BLIND ODER ALLE SITZEN IM ROLLSTUHL. ABER IN VIELEN SPORTVEREINEN UND -VERBÄNDEN IN NORDRHEIN-WESTFALEN FRISTET INKLUSION NOCH EIN SCHATTENDASEIN ...

Dabei ist man dort prinzipiell aufgeschlossen für das Thema. Aber nur wenige setzen inklusive Konzepte um, so eine wissenschaftliche Erhebung im Auftrag des Stadtsportbunds Aachen. Aus den Ergebnissen hat er einen Wegweiser für Inklusion im Sport (in Aachen) entwickelt¹. Die Erhebung ergab, „...dass mehr als 80 Prozent der Vorsitzenden und über 90 Prozent der Übungsleiter*innen der Meinung sind, dass Inklusion eine Bereicherung für alle ist.“ Aber nur knapp 45 Prozent haben Kontakt zu Menschen mit Beeinträchtigung im gesellschaftlichen Umfeld. Und weniger als neun Prozent halten Inklusion für so wichtig für sie, dass sie diese in ihre Vereinsstatuten aufgenommen haben.

INKLUSION BEGINNT MIT BARRIEREFREIHEIT

„In Nordrhein-Westfalen gibt es über 7.000 öffentliche Einfach- oder Mehrfachsporthallen oder Gymnastikräume, die in der Mehrheit über 40 Jahre alt sind“, so Horst Hübner, emeritierter Professor für Sportsoziologie an der Bergischen Universität Wuppertal. Ob diese alle barrierefrei sind, ist zu bezweifeln. Genaue Daten darüber, ob Menschen mit Handicap dort gute oder schlechte Verhältnisse vorfinden, gibt es nicht. Aber: Es existieren programmatische Vorgaben für inklusive Sportstätten und viele Bauämter setzen Barrierefreiheit für neu errichtete Sportstätten voraus.



**ANSPRECHPARTNER
INKLUSION
LSB NRW**

NILS GRUNAU

¹ Sprung nach vorne! Wegweiser für Inklusion im Vereinssport: go.lsb.nrw/sportinaachen-inklusion







”
**INKLUSION
 IST IN
 DEN NÄCHSTEN
 JAHREN
 WEITERHIN EIN
 WICHTIGES THEMA**

STEFAN KLETT

“

Als Vorbild nennt Hübner die Stadt München, die eine detaillierte Broschüre für den Bau von barrierefreien, inklusiven Schulsportstätten herausgegeben hat.

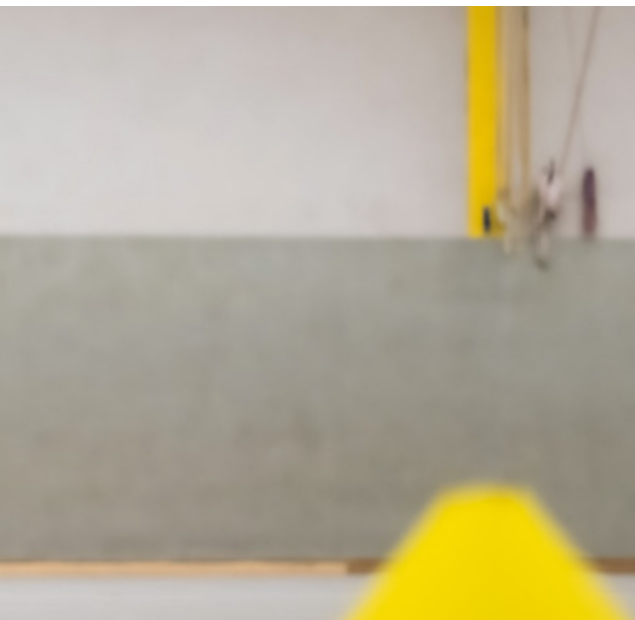
Soweit die programmatische Seite. Nun müssen diese Vorgaben noch auf baulicher Seite in die Tat umgesetzt werden. Darauf zu warten, hieße für viele Vereine, erst in ferner Zukunft inklusive Angebote zu entwickeln. Allerdings lässt sich schon mit einfachen Veränderungen der Zugang zum Verein ermöglichen – wenigstens für einen Teil der Menschen mit einem Handicap.

**YACHT CLUB MÖHNESEE „SEGELT“
 MIT GUTEM BEISPIEL VORAN**

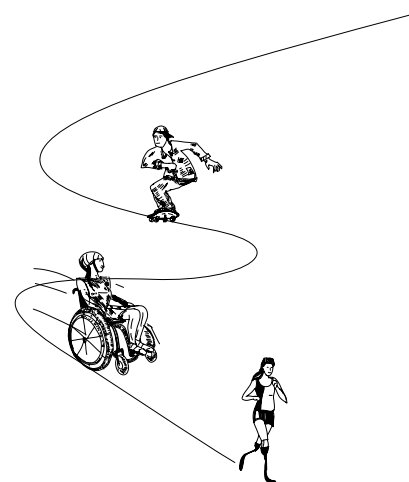
So geschehen beim sauerländischen Segelverein Yacht Club Möhnesee. Hier haben die Aktiven ein inklusives Angebot geschaffen, das vorbildhaft ist. Der Verein hatte beschlossen, sich für neue Zielgruppen zu öffnen. „Wir haben uns schnell Hilfe und Vorbilder gesucht“, berichtet Edwin Köhler, der Vizepräsident des Yacht Clubs Möhnesee, YCM. „Im Grunde ist das gesamte Wissen, wie Inklusion im Sportverein gelingen kann, bereits vorhanden. Man muss es nur finden und dann auch anwenden wollen“, so der passionierte Segler. Schnell wurde ein Termin mit Axel

Görgens, Referent für Vereinsentwicklung des Behinderten- und Rehabilitationsvereins Nordrhein-Westfalen, vereinbart, der den YCM vor Ort besuchte. Augenfällig war dabei eine grundlegende Hürde: Die Ufer rund um den Möhnesee sind relativ steil, es gibt keine direkte Möglichkeit, mit einem Rollstuhl bis ans Wasser zu kommen. Görgens riet dem Verein, trotz dieser Hürde klein anzufangen und sich nicht von dem, was nicht geht, abhalten zu lassen. Er wies auf Veränderungsmöglichkeiten wie eine abgeflachte Rampe, Griffe auf den Toiletten oder Hinweisschilder hin. Änderungen, die sich schnell umsetzen ließen, ohne gleich alles Bauliche infrage zu stellen.

Im Anschluss sprach der Verein die Förderschulen für Gehörlose und für Blinde in der Region an. „Wir haben Angebote entwickelt und Aktionstage geplant. Wir sind einfach losgelaufen. Viele Mitglieder machten dabei mit, das hat wunderbar funktioniert“, freut sich Köhler. Das Projekt wuchs und der Verein suchte nach Unterstützung für seine Maßnahmen. Zunächst erweiterten die Aktiven ihr Netzwerk und kamen in Kontakt mit der Ketteler-Stiftung, die ihnen bei der Finanzierung eines Bootes mit zwei Schalensitzen half. Damit können Menschen mit Handicap begleitet segeln, auch Rollstuhlfahrer*innen. Der nächste



ROLLSTUHLHANDBALL IST INKLUSION PUR: IN DEN TEAMS KÖNNEN ALLE MITSPIELEN, UNABHÄNGIG VON GESCHLECHT UND ALTER ODER DAVON, OB SIE EINE BEEINTRÄCHTIGUNG HABEN ODER NICHT. „ALLE SITZEN IM ROLLSTUHL UND AUF DEM SPIELFELD IST NACH EINIGER ZEIT NICHT MEHR ZU ERKENNEN, WER VON DEN SPIELER*INNEN EINE BEEINTRÄCHTIGUNG HAT UND WER NICHT“, SO LAURA BLEECK, TRAINERIN FÜR ROLLSTUHLHANDBALL BEIM ASV SCHWARZ-ROT AACHEN. „ALLE BRAUCHEN VIEL KÖRPERBEHERRSCHUNG, WEIL BALL UND ROLLSTUHL MITEINANDER KOORDINIERT WERDEN MÜSSEN. DIE HÄLFTE SETZT SICH NUR FÜR DAS TRAINING IN DEN ROLLSTUHL. HIER FINDET SPORT AUF AUGENHÖHE STATT, DAS IST UNGLAUBLICH WICHTIG.“



Schritt wird unter anderem die Werbung neuer Mitglieder sein, die bereit sind, sich ehrenamtlich in ihrem inklusiven Verein zu engagieren. Gerne auch Mitglieder mit einem Handicap. Dafür ist noch etwas Öffentlichkeit nötig.

WERBUNG IST WICHTIG

Dass Öffentlichkeitsarbeit, Vernetzung und Kommunikation wesentlich zur Inklusion in Sportvereinen beitragen, zeigte ebenfalls die Aachener Erhebung. Fast 50 Prozent der Vorsitzenden und rund 27 Prozent der Übungsleiter*innen gaben an, dass ihr Sportverein keine Werbung für ihre inklusiven Angebote mache. Das heißt, über zwei Drittel der Menschen mit Beeinträchtigung erfahren ausschließlich über persönliche Kontakte von Sportangeboten, an denen Sie teilhaben können. Hier ist also noch viel Luft nach oben.

Aber der organisierte Sport in NRW ist auf dem richtigen Weg. Im Oktober 2019 beschloss die Landesregierung einen dreijährigen Aktionsplan Sport und Inklusion in Nordrhein-Westfalen. Damit nahm die Inklusion sichtlich Fahrt auf. In

BARRIERE-CHECK

WER WISSEN WILL, WO SEIN VEREIN IN SACHEN INKLUSION STEHT, KANN EINEN BARRIERE-CHECK MACHEN LASSEN. DER DJK SPORTVERBAND KÖLN HAT DIESES WISSENSCHAFTLICH BEGLEITETE PROJEKT „VERANSTALTUNGEN FÜR ALLE - DER BARRIERE-CHECK“ INS LEBEN GERUFEN. DAMIT KÖNNEN VEREINE IHRE VERANSTALTUNGEN VON INKLUSIVEN PRÜFER*INNEN-TEAMS AUF IHRE BARRIEREFREIHEIT PRÜFEN LASSEN. DAZU PROJEKTLEITER MANUEL BECK: „WIR KOMMEN MIT DREI PERSONEN MIT UNTERSCHIEDLICHEN BEHINDERUNGEN UND PRÜFEN, WO EIN VEREIN STEHT UND WAS ER VERBESSERN KANN UND GEBEN HILFESTELLUNG BEI DER UMSETZUNG VON MASSNAHMEN.“ DAS PROJEKT LÄUFT NOCH BIS ZUM 30. JUNI.



“
**INKLUSION HEISST
 FÜR MICH EINFACH
 ZU LEBEN. ES GEHT
 NICHT DARUM,
 GESETZE ZU VER-
 ABSCHIEDEN UND
 SICH AN REGELN
 ZU HALTEN. WIR
 SOLLTEN EINFACH
 ZUSAMMEN SEIN**

SEBASTIAN DIEZ
 MEHRFACHER SIEGER BEI DEN PARALYMPICS
 IM DISKUSWURF, FUSSBALLTRAINER, SPEAKER

“

sechs Handlungsfeldern wurden 44 Projekte ins Leben gerufen, von Fachtagungen über die Gründung eines Expertenpools bis hin zur Entwicklung von Checklisten zur Zugänglichkeit und Erreichbarkeit von Sporträumen. Schließlich wurde 2022 in Nordrhein-Westfalen zum ersten Mal der Inklusionspreis mit Schwerpunkt Sport vergeben. Für manche Vereine war der Landesaktionsplan die Initialzündung dafür, dass sie sich überhaupt vorstellen konnten, sich für die Zielgruppe Menschen mit Beeinträchtigung zu öffnen.

ZUSATZQUALIFIZIERUNG ERWÜNSCHT, ABER NICHT IMMER ERFORDERLICH

Seither haben immer mehr „normale“ Sportvereine inklusive Angebote. Bei den einen gestaltet sich der Zugang ganz einfach, für andere sind die Rahmenbedingungen schwieriger, beispielsweise, weil mehr Assistenz notwendig ist, wie beim Schwimmen oder Skifahren. Hier ist Qualifizierung immer wieder das Thema sowie Fragen danach, was Übungsleiter*innen beachten müssen, wenn Menschen mit Beeinträchtigung an ihren Kursen teilnehmen möchten. Oder wie sich Sportspiele mit einfachen Mitteln anpassen lassen, damit sie fair bleiben und allen Spaß machen. Dabei geht es nicht nur um Qualifizierung, sondern auch darum, sowohl den Übungsleiter*innen als auch den Menschen mit

Beeinträchtigung Handlungssicherheit zu geben.

ÖFFNUNG ZU BEIDEN SEITEN

Dass Inklusion vor allem durch eine Öffnung von beiden Seiten Erfolg versprechend ist, war die einhellige Meinung auf dem Fachkongress der Staatskanzlei NRW und des LSB zum Thema im November in Essen. 140 Menschen aus den unterschiedlichsten Bereichen tauschten sich über die Chancen und Hindernisse bei der Einführung inklusiver Angebote im Sportverein aus. Einig war man sich, dass es wichtig ist, dass Sport- und Behindertensportvereine aufeinander zugehen und gemeinsame Angebote schaffen. Ohne gleich alles angleichen zu wollen.

Hier ist auch die Politik gefragt – und interessiert, wie die Sport-Staatssekretärin Andrea Milz auf dem Kongress betonte. Sie sagte: „Ich würde mir wünschen, dass wir es schaffen, das neue Kabinett zu überzeugen, erneut eine Fortführung dieses Inklusionsplanes zu beschließen, mit vielleicht veränderten Signalen, damit das ganze Land NRW sieht: Inklusion ist bei uns Chefsache. Der Sport ist und bleibt ein ganz wichtiger Inklusionsmotor. Gemeinsam mit den Sportvereinen schaffen wir es, gesellschaftliche Teilhabe nachhaltig zu fördern.“



GOOGLE ANALYTICS 4

UMSTELLUNG BIS JULI 2023 NOTWENDIG

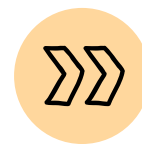
Lange hat Google es angekündigt, im Juli dieses Jahres ist es nun soweit. Der Suchmaschinen-Gigant stellt seinen bisherigen Website-Analyse-Dienst ein und startet mit Google Analytics 4 ein Analysetool der neuen Generation.

WAS MÜSSEN VEREINE TUN?

Sollten Sie die Seitenaufrufe auf Ihrer Vereinswebsite bisher mit Universal Analytics getrackt haben, müssen sie spätestens bis zum 30. Juni eine Umstellung vornehmen, andernfalls werden die Seitenaufrufe zukünftig nicht mehr getrackt. Mit der Einstellung des alten Dienstes stehen auch die bereits verarbeiteten Daten und Aufrufe aus den Vorjahren nicht mehr zur Verfügung. Um das zu vermeiden, sollten Sie am besten direkt tätig werden und dies nicht auf die lange Bank schieben. Nutzen Sie dazu den Assistenten zur Einrichtung oder bitten Sie den*die Administrator*in Ihrer Website, dies zu tun.

SURF-VERHALTEN JETZT IM MITTELPUNKT

Insgesamt soll Google Analytics 4 leichter zu bedienen sein und bietet neue – und verbesserte! – Funktionen: Einer der großen Vorteile ist insbesondere das datenschutzkonforme Tracking – auch ohne Cookies – als Antwort auf die Datenschutzrichtlinien, die seit der DSGVO gelten. Zudem steht ab sofort der*die Nutzer*in und sein*ihr Surf-Verhalten im Mittelpunkt. Mit der neuen Technologie können bereits gesammelte Daten ausgewertet und so das zukünftige Verhalten der User*innen möglichst akkurat vorhergesagt werden. So haben Sie die Möglichkeit, die Inhalte und Kampagnen auf Ihrer Website zukünftig noch besser zu präsentieren.



WEITERE INFORMATIONEN

Im VIBSS-Glossar Digitalisierung mit
Erklärungen zu Analyse-Tools

go.isb.nrw/vibss-glossar



Max Hartung:

„ES GEHT UM MÜNDIGE PERSÖNLICHKEITEN“

ALS GRÜNDUNGSPRÄSIDENT DES VEREINS „ATHLETEN DEUTSCHLAND“ HAT SICH MAX HARTUNG VIELE JAHRE FÜR DIE INTERESSEN DER HOCHLEISTUNGSSPORTLER*INNEN EINGESETZT. DER DREIFACHE OLYMPIATEILNEHMER IM SÄBELFECHTEN UND VIERFACHE EUROPAMEISTER IST SEIT 2021 GESCHÄFTSFÜHRER DER SPORTSTIFTUNG NRW. DIESE LIESS JETZT MIT EINEM INNOVATIVEN KONZEPT DER TALENTFÖRDERUNG AUFHÖREN. „WIR IM SPORT“ IM INTERVIEW MIT EINEM DER PROFILIERTESTEN KENNER DER SPITZENSORTSZENE IN DEUTSCHLAND.

Zwei persönliche Fragen am Anfang, Herr Hartung. Was bedeutet Ihnen der aktive Sport und was bedeuten Ihnen Medaillen?

Das aktive Sporttreiben hat mein Leben so stark mitbestimmt, dass ich mir gar nicht vorstellen kann, wie es ohne gewesen wäre und auch jetzt noch gönne ich mir den „Luxus“, mir neben dem Job die Zeit für Sport zu nehmen. Ich habe mit drei Jahren angefangen und bin mein ganzes Leben lang dabei geblieben, daher hat es eine sehr große Bedeutung für mich. Wettkämpfe bringen Adrenalin und Spannung, aber die besonderen Momente sind letztlich die mit den Kollegen in der Mannschaft. Mit ihnen bin ich groß geworden. Was übrig bleibt, sind aber natürlich die Medaillen als Erinnerungsstücke.

Wenn zum Beispiel ein Journalist den Job tauscht und zum Pressesprecher avanciert, dann spricht man davon, dass er die Schreibtischseite wechselt. Trifft das auch auf Sie zu, haben auch Sie die Seite gewechselt, vom Athleten zu demjenigen, der gewissermaßen in einem Spitzenjob „als Funktionär“ arbeitet?

Ich habe absolut die Seite gewechselt. Ich vertrete die Athlet*innen nicht mehr, sondern bin jetzt mit der Stiftung Gestalter, Förderer und Servicedienstleister FÜR die Sportler*innen. Das ist eine ganz andere Perspektive, an die ich mich gewöhnen musste. Aber der andere Blickwinkel macht viel Spaß.

„Wenn es die Sportstiftung nicht gäbe, man müsste sie erfinden.“ Ist an diesem Satz „was dran“?

Ich denke schon. Die Stiftung bietet einen großen Mehrwert für Sportler*innen. Wir sind ein Akteur, der sich direkt den Sportler*innen verpflichtet und sie nicht mittelbar unterstützt, sondern ganz direkt die Sportler*innen anspricht und sie persönlich unterstützt. Wir wollen ihnen helfen, dass sie ihrer Leidenschaft nachgehen können und in die Gesellschaft tragen, was sie tun. Es ist daher eine wichtige Ergänzung in der Landschaft von Fördernden und Unterstützenden in der Sportwelt.

Bisher waren sportliche Erfolge bei der Fördervergabe der Sportstiftung NRW ausschlaggebend. Nun wird auch „die Persönlichkeit der Athlet*innen“ mit einbezogen. Was genau macht das Förderkonzept aus?

Wir gehen davon aus, dass mündige Sportler*innen die Menschen in NRW mit ihren Leistungen und ihrer Leidenschaft begeistern. Damit schaffen wir als Stiftung gesellschaftlichen Mehrwert. Dieser wird durch die Sportler*innen geschaffen, weil sie vorbildhaft sind, weil sie Werte in die Gesellschaft tragen. Daher macht es einfach Sinn, die Persönlichkeit beim Auswahlverfahren mit zu berücksichtigen und die Athlet*innen auch als Menschen anzuschauen. Daraus

leitet sich natürlich ab, dass wir die Sportler*innen nicht metrisch nach einem starren Verfahren aussuchen können und wollen. Daher haben wir anhand dieser Maßgabe, ein neues Bewerbungsverfahren entwickelt, das im Frühjahr startet. Athlet*innen können sich nun mit einer größeren Eigeninitiative bei der Stiftung für die Talentförderung bewerben. Grundlage bildet ein Motivations schreiben, ein kurzes Video, ein Fragebogen, über den wir in sechs Kompetenzfeldern Eigenschaften abfragen und ein Schreiben bzw. eine Einschätzung des Verbandes.

Was genau macht die „Persönlichkeit“ von Athlet*innen aus?

Wenn man an Sportler*innen denkt, die mit ihrer Persönlichkeit begeistert haben, dann fallen vielen Leuten wahrscheinlich ähnliche Namen ein. Zum Beispiel Rosi Mittermaier. Sie hat die Menschen als authentische, herzliche Persönlichkeit begeistert – während ihrer Sportkarriere und darüber hinaus. Natürlich kann man das in der Form noch nicht von Nachwuchsathlet*innen verlangen. Daher werden Sportler*innen ausgesucht, von denen wir glauben, dass die sich noch entwickeln können, und dass sie das Potenzial haben, andere anzustecken. Aber um auf Ihre Frage zurückzukommen: Intrinsische Motivation ist zum Beispiel eine Eigenschaft, die mündige Athlet*innen ausmacht. Man muss für eine Sache brennen und bereit sein, die Mühe auf sich zu nehmen, um selbst gesteckte Hürden zu überwinden.

Über das Wort „Mündigkeit“ kann man stolpern. Gibt es denn noch unmündige Athlet*innen?

Sicher gibt es den Typus noch. In China beispielsweise. Und ich glaube, dass es auch bei uns Sportler*innen gibt, die blind folgen. Wir wollen aber, dass Sportler*innen für sich sprechen, eine Rolle und eine Haltung einnehmen. Es geht eben nicht NUR um sportliche Leistungen.


Kann man in diesen Zeiten jungen Menschen überhaupt noch empfehlen, den Weg des Leistungssports zu beschreiten? Mit all den Mühen, dem Aufwand... Ist nicht jemand,

der sich voll auf die Ausbildung konzentriert, klar im Vorteil?

Das kann man nicht pauschal beantworten. Wenn man rein extrinsisch motiviert ist und es ökonomisch ausrechnet, dann muss man jungen Menschen davon abraten. Es rechnet sich nicht, Leistungssport zu betreiben. Es kann sich aber trotzdem lohnen, wenn man überlegt, welche Erfahrungen man sammelt und was man über sich selbst lernen kann, wenn man alles auf eine Karte gesetzt hat. Das kann tausend Mal mehr wert sein, als ein oder zwei Jahre schneller mit seiner Ausbildung fertig zu sein.

Würden Sie den gleichen Weg wieder gehen?

Seitdem ich aufgehört habe, fehlt mir der Kick von Turnieren. Mir hat das riesen Spaß gemacht. Ich hatte auch harte Zeiten, aber ich bin dankbar für das, was ich erlebt habe. Und ich hatte ein tolles Umfeld, was sehr wichtig ist.



TALENT-FÖRDERUNG

Die Talent-Förderung löst die bisherige Basisförderung ab. Der Förderbetrag wird auf 250 Euro/Monat erhöht und im Regelfall für zwei Jahre ausgesprochen. Bewerben können sich Nachwuchskader (NK 1 und 2), Landeskader Plus (LK+, der vom Landesverband benannt wird) und Sportler*innen in einem entsprechenden Kader im Nachwuchsbereich der World Games-Sportarten. Weitere Informationen finden Sie auf der Website der Sportstiftung NRW:

SPORTSTIFTUNG-NRW.DE



WESTLOTTO
TOPTALENTE
NRW INITIERT VOM
LANDESSPORTBUND NRW

Rugby: **Ben Potente**

Verein: Rugby Club Aachen, Trainer: Michael Wagner, Dirk Frase

Interview im  magazin.isb.nrw // Video  go.isb.nrw/2023toptalent1

SPORT BEI OSTEOPOROSE USE IT OR LOSE IT!

Wenn die Blusen länger werden, die Hängeschränke nicht mehr erreichbar sind und die tatsächliche Körpergröße deutlich geringer ist als im Pass angegeben, kann dies auf eine Osteoporose-Erkrankung hinweisen.

Die Osteoporose betrifft das Skelettsystem. Sie ist charakterisiert durch eine Verminderung der Knochenmasse und Verschlechterung des strukturellen Knochenaufbaus. Dadurch wird die Festigkeit reduziert und die Frakturgefahr steigt besonders im Bereich des Oberschenkelhalses, des Handgelenks und der Wirbelkörper.

Im Laufe des Lebens werden Knochen ständig umgebaut. Doch während bis ins dritte Lebensjahrzehnt der Knochenaufbau den Abbau überwiegt, kehrt sich dieses Verhältnis im Weiteren um und der Knochen verliert infolge dessen an Masse und Festigkeit. Durch hormonelle Veränderungen – insbesondere bei Frauen in der Menopause – wird der Knochenverlust weiter beschleunigt. Das individuelle Osteoporose-Risiko hängt folglich davon ab, wie viel Knochenmasse in jungen Jahren aufgebaut und wie schnell die Knochenmasse im Alter abgebaut wird.

Der Sport bei Osteoporose gewinnt dadurch an Bedeutung, dass Knochen sich an Belastungen anpassen, deren sie ausgesetzt sind. Wird der Knochen vermehrt mechanisch belastet, werden Aufbauprozesse angeregt, durch reduzierte Belastungen baut Knochen ab. Forscher der ETH Zürich gehen davon aus, dass Auf- und Abbau der Knochen zu 80 Prozent durch mechanische Reize gesteuert werden.

Konkret bedeutet dies, dass insbesondere Sportarten und Übungen in Auseinander-

setzung mit der Schwerkraft große Bedeutung für die Knochengesundheit haben. Gewichtsentlastende Sportarten wie Schwimmen und zum Teil auch Radfahren setzen hingegen häufig einen zu geringen Reiz auf die Knochensubstanz. Zu empfehlen sind daher Sportarten wie Walking oder Laufen, Seilspringen, gewichtsbelastende Übungen oder gezielte Kraftreize im Gerätetraining.

MECHANISCHE REIZE STEuern AUF- UND ABBAU DER KNOCHEN

Bei fortgeschrittener Osteoporose gilt es aber, zu große Belastungen zu vermeiden, da sie zu Frakturen führen können. Auch von Sportarten mit erhöhtem Sturzrisiko ist deshalb abzuraten. Aber Sport kann auch helfen, Stürze zu vermeiden. So weisen Sportler*innen im Vergleich zu Nichtsportler*innen ein geringeres Sturzrisiko auf. Durch gezieltes Gleichgewichtstraining kann dieses Risiko weiter reduziert werden.

Ernährungsbezogen sollte eine ausreichende Versorgung insbesondere mit Calcium (1.000mg/Tag) und Vitamin-D₃ gewährleistet sein.



SPRACHLICHE HILFESTELLUNG:

Sportvokabelheft Deutsch-Ukrainisch erschienen



Das neuentwickelte Heft des Landessportbundes NRW enthält zahlreiche Piktogramme, sportliche Begriffe und Sätze. Es fördert Kommunikation, selbstständiges Lernen und erleichtert den Zugang zum Sport(-verein). Es eignet sich besonders für angehende Übungsleiter*innen, Sportler*innen sowie Deutschlernende als Einstieg in die Sportwelt.

➔ go.isb.nrw/vokabelheft

Die Publikation ist eine Fortsetzung des „Sportwörterbuches – Begriffe aus dem Sportalltag“ in neun verschiedenen Sprachen aus dem Jahr 2020.

➔ go.isb.nrw/sportwoerterbuch

Ab sofort sind beide Publikationen auch als Printversion bestellbar unter

➔ forms.office.com/e/b5gcAi5W5s

ANZEIGE

BENZ[®]SPORT

FITNESS EQUIPMENT

für Einsteiger und Fortgeschrittene

für ein vielseitiges Training

OFFIZIELLER FÖRDERER

LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN

SCHULSPORT | BREITENSport | LEISTUNGSSPORT | GYMNASTIK | FITNESS | THERAPIE

D-71364 Winnenden | Tel. 07195 6905-0 | info@benz-sport.de | www.benz-sport.de



DAS BILD DES MONATS



Eine afghanische Frauenfußballmannschaft posiert vor wenigen Wochen für ein Foto in Kabul, Afghanistan. Die Rechte der Frauen in dem Land werden zunehmend eingeschränkt. Die herrschenden Taliban haben ihnen nicht nur den Sport verboten, sondern sie unter anderem auch von den meisten Schulen und vielen Arbeitsbereichen ausgeschlossen. Solche Bilder wird es auf absehbare Zeit also nicht mehr geben.

ZAHL DES MONATS

7.141

VEREINE

... haben sich bis Ende Januar an der Bestandserhebung 2023 beteiligt. Sie ist ein zentrales Instrument des organisierten Sports und ermittelt nicht nur die Zahl der Vereinsmitglieder in NRW, sondern dient der Sportentwicklung insgesamt. Noch bis Ende Februar können Vereine ihre Mitgliederzahl melden.

➔ [GO.LSB.NRW/BESTANDSERHEBUNG2023](https://go.lsb.nrw/bestandserhebung2023)

VIBSS

3.000

ZUGRIFFE

... auf die „Bewegungsgeschichten“ machen sie im Januar zur zweithäufigsten geklickten Seite auf VIBSS. Spaß, Action, Entspannung: Kinder lieben es, sich in eine Geschichte hineinzusetzen und können durch sie gestärkt werden. Alle Bewegungsgeschichten wurden jüngst aktualisiert. Weitere werden folgen. Lesenswert!

➔ [GO.LSB.NRW/GESCHICHTEN](https://go.lsb.nrw/geschichten)

STARTSCHUSS

ES GEHT WIEDER LOS: DIE SAISON DER MITGLIEDERVERSAMMLUNGEN STARTET. NACH EINER ART ZWEIJÄHRIGEM WINTERSCHLAF DARF WIEDER GEMEINSAM AUCH IN PRÄSENZ GEWÄHLT UND ENTSCIEDEN WERDEN.

Text: Nicole Jakobs // Foto: Andrea Bowinkelmann

Viele Mitgliederversammlungen fanden in den vergangenen Jahren schlicht nicht statt. Dank dem COVID 19-Abmilderungsgesetz durften Vereine sie aussetzen oder digital oder hybrid veranstalten. Die Möglichkeit endete am 31. August 2022 – seitdem läuft im Vereinsmanagementleben wieder alles (halbwegs) wie früher. Die meisten der dringend nötigen „MVs“ werden wieder „in echt“ stattfinden, sofern die Möglichkeit zur digitalen Versammlung nicht in der Satzung festgeschrieben ist. Das ist sinnvoll, wie man sehen konnte, trifft aber bislang auf die wenigsten Vereine zu. Aber egal, ob in Präsenz oder digital: Mitgliederversammlungen sind ein Muss, und vielen Vereinen fehlt nach annähernd drei Jahren die Übung zu ihrer reibungslosen Organisation.

Für belastbare Beschlüsse müssen diese Versammlungen akribisch geplant sein. Die Satzung ist der Rahmen, an dem sich die Veranstaltung entlanghangelt und die strittige Punkte klärt. Dabei kann der Teufel im Detail stecken: Wie geht die Versammlungsleitung mit Anträgen um? Wer hat Rederecht? Kann jemandem das Wort entzogen werden?

AKRIBISCH PLANEN STATT NICHT ABSTIMMBAR

Eine gute Mitgliederversammlung beginnt mit der Einladung oder Einberufung. Schon hier müssen die Verantwortlichen auf unmissverständliche Formulierungen achten. Unsauberkeiten können sich rächen. Etwa wenn über Beitragserhöhungen abgestimmt werden soll, dies jedoch in der Einladung nicht gesetzeskonform angekündigt ist. Dieser Fehler kann die Abstimmung schlussendlich verhindern.

Akribie und Checklisten helfen, Formfehler zu vermeiden. Jeder Verein kann die Unterstützung eines Vereinsberaters anfordern, um die Versammlung inhaltlich und formal vorzubereiten. Der Berater ist neutral: Er ist kein Berater des Vorstandes, sondern unterstützt dabei, dass die Mitglieder sachgerechte Entscheidungen treffen können.

WELCHE FRAGEN HABEN UNS IN DEN LETZTEN WOCHEN RUND UM DIE MITGLIEDERVERSAMMLUNG ERREICHT UND WAS MEINT RECHTSANWALT ELMAR LUMER DAZU?



Mitglieder fragen – Experte Lumer antwortet

1. WÄHREND CORONA HAT IN UNSEREM VEREIN KEINE MV STATTGEFUNDEN. NUN MÖCHTEN WIR MITGLIEDER WIEDER EINE ABHALTEN, DOCH DER VORSTAND BERUFT KEINE EIN. KÖNNEN WIR SIE DENNOCH EINFORDERN?

Wenn der Vorstand keine Mitgliederversammlung einberuft, können die Mitglieder dies im Rahmen eines Minderheitenbegehrens verlangen. Dazu sind mindestens zehn Prozent der Mitglieder nötig. Wenn der Vorstand dem jedoch immer noch nicht nachkommt, müssen sich die Mitglieder ans Vereinsregister wenden. Allerdings ist das ein langer Prozess.

2. WIR MÖCHTEN DIE EHRENAMTSPAUSCHALE FÜR DEN VORSTAND EINPFLEGEN, UM EINEN ANREIZ ZUR VORSTANDSARBEIT ZU SCHAFFEN. WIE GEHEN WIR VOR?

Nach dem Gesetz soll der Vorstand eines Vereins unentgeltlich tätig sein. Wenn eine Vergütung erfolgen soll, muss das in der Vereinssatzung geregelt sein – auch wenn es sich um die so genannte Ehrenamtszuschale von 840 Euro handelt. Die Satzung muss ausdrücklich die entgeltliche Tätigkeit erlauben.

3. SIND NACH ZUSTELLUNG DER EINLADUNG NOCH ANTRÄGE VON MITGLIEDERN MÖGLICH?

Es kommt darauf an, was in der Satzung steht. Wenn die Satzung nicht ausdrücklich nachträgliche Anträge erlaubt, sind nur die Anträge in der Einladung zulässig. Die Satzung kann das aber auch explizit regeln: entweder dass nachträgliche Anträge gestellt werden können oder dies ausdrücklich untersagt ist.

4. WER LEITET DIE MITGLIEDERVERSAMMLUNG?

Auch das kann die Satzung festlegen. Üblicherweise ist es der*die erste Vorsitzende. Wenn es keinen ersten Vorsitz gibt, rückt der*die Stellvertreter*in nach. Wenn es auch diese Person nicht gibt, kann über die Leitung abgestimmt werden. Der Vorsitz darf die Leitung auch an jemanden delegieren, das ist erlaubt.

5. WIR HABEN SCHWIERIGKEITEN, DEN ERSTEN VORSITZ ZU BESETZEN. ALLERDINGS HABEN SICH ZWEI MITGLIEDER BEREIT ERKLÄRT, ALS DOPPELSPITZE ANZUTRETEN. KANN MAN DIE SATZUNG IN BEZUG AUF DIE ZUSAMMENSETZUNG SO GESTALTEN, DASS BEIDE VARIANTEN MÖGLICH SIND, FALLS BEI DEN NÄCHSTEN WAHLEN KEINE DOPPELSPITZE ANTRITZ?

Doppelspitzen sind natürlich zulässig. Aber der Verein muss sich entscheiden: entweder immer Doppelspitze oder eben nur ein Vorsitz. Beide Varianten dürften nebeneinander nicht möglich und daher nicht in das Vereinsregister eintragungsfähig sein.

Vielleicht ist es ohnehin sinnvoller, sich vom klassischen Hierarchiemodell zu verabschieden und im Rahmen des Ressortprinzips ein Vorstandsteam zu installieren.

6. WIR WÜRDEN ZUKÜNFTIG GERNE DIE MÖGLICHKEIT HABEN, NEUWAHLEN ALS BLOCKWAHL DURCHFÜHREN.

Damit Einzelwahlen bei den Vorstandswahlen zu einer einzigen Wahl (Blockwahl) zusammengefasst werden können, muss dies erst ausdrücklich in der Satzung festgelegt werden.

7. MÜSSEN WIR ALLE AUSGEFALLENEN MITGLIEDERVERSAMMLUNGEN NACHHOLEN?

Nein, dafür reicht eine Mitgliederversammlung. Mein Vorschlag: zum Beispiel die Berichte der Jahre 2020, 2021, 2022 als eigenen Tagesordnungspunkt behandeln.

Checkliste:**VERSAMMLUNGSLEITUNG
MITGLIEDERVERSAMMLUNG**

1. **Eröffnung und Begrüßung**
2. Feststellung der frist- und formgerechten Einberufung gemäß Satzung
3. Feststellung der Beschlussfähigkeit
4. Feststellung der Stimmberechtigungen
5. Frage nach Änderungen der Tagesordnung*
Ggf. vorgebrachte Änderungswünsche werden als Anträge zur Geschäftsordnung behandelt
6. Ggf. Frage nach Zulässigkeit der Teilnahme von Gästen bei Widerspruch aus Reihen der Versammlung sollte ein Beschluss eingeholt werden
7. **Behandlung der Tagesordnungspunkte*:**
 - Eröffnung der Aussprache
 - Redner*innenliste
 - Redezeit: mind. ca. 10 Minuten pro Redner*in
 - Ende der Aussprache: Grds. nicht durch Versammlungsleitung
8. **Stimmabgabe*:**
Form: Gesetzlich nicht geregelt, grds. gemäß Satzungsregelungen
9. Vorstellung des Beschlussantrags durch die Versammlungsleitung
10. Auszählung immer nach Ja-, Nein-Stimmen und Enthaltungen und separate Erfassung empfohlen
11. Nach der Auszählung Verkündung des Beschlusses (Annahme bzw. Ablehnung)
12. Wortwörtliche Protokollierung des gefassten bzw. abgelehnten Beschlusses
13. Ein einmal behandelter Beschlussantrag kann nicht erneut verhandelt werden (Ausnahme: Kein Mitglied hat die Versammlung zwischenzeitlich verlassen und alle Mitglieder sind mit der Vorgehensweise einverstanden)
14. Feststellung und Protokollierung des Endes der Versammlung mit Uhrzeit

* Diese Checkliste ist an diesen Stellen gekürzt. Die vollständige Checkliste findet sich unter: [📄 magazin.lsb.nrw](https://magazin.lsb.nrw)

Aktualisiert:**DIE LSB-MUSTERSATZUNG**

Auch die Mustersatzung des Landessportbundes NRW ist im Fluss. Die aktuelle Fassung enthält etwa die Möglichkeit, jede Art von Beschlussfassung zu verankern, also auch digital oder hybrid getroffene Beschlüsse zuzulassen.

➔ **Achtung:** Das Muster ist nur eine Zusammenfassung der gesetzlichen Mindestanforderungen an eine Satzung sowie zusätzlicher, eventuell sinnvoller Satzungsbausteine. Die Mustersatzung muss immer individuell angepasst werden.

📄 go.lsb.nrw/mustersatzung



Jetzt die Chance nutzen

ILJA WAßENHOVEN, Vorstand Landessportbund NRW



Es ist eine tolle Sache. 30 Millionen Euro aus EU-Mitteln stellt das Land dem Sport in Nordrhein-Westfalen zur Verfügung, um die Digitalisierung in unseren Vereinen, Bündeln und Verbänden voranzutreiben. Eine unerwartete Möglichkeit, Equipment zu modernisieren oder zu ergänzen – und das alles über ein einfaches Verfahren!

Ein kleiner Wermutstropfen: Für eine nachhaltige digitale Entwicklung des organisierten Sports wäre es besser gewesen, der Geldsegen hätte etwas länger und mit mehr Vorbereitungszeit zur Verfügung gestanden. Dann hätte man diese „Förderoffensive“ struktureller und konzeptioneller angehen können: noch gewinnbringender im Sinne gemeinsamer Lösungen für Sportorganisationen und Vereine. So, wie es in unserer Dekadenstrategie angelegt ist, denn:

DAS GANZE IM BLICK BEHALTEN, das ist der Königsweg, um den organisierten Sport in seiner Gesamtheit digital weiterzuentwickeln. Doch die Freude überwiegt deutlich. Auch jetzt ergibt sich die Chance für jeden Verein, Bund, Verband, genau zu schauen, wo er diese Fördermittel einsetzt, an welcher Schnittstelle sie die größte Wirkung entfalten. Vielleicht kann man die Gelegenheit ergreifen, um im Verein das Thema Digitalisierung erneut auf den Tisch zu bringen, sich zusammzusetzen, die eigene Strategie zu überdenken oder eine zu entwickeln. Auch über den Tellerrand hinaus, zum Beispiel im Austausch mit einem Nachbarclub.

Fakt ist: Der Vereinssport ist im Wesentlichen ehrenamtlich organisiert. Oft fehlen Ressourcen oder Know-how, um zusätzliche Aufgaben wie die Digitalisierung zu stemmen. Umfangreiche Unterstützungsleistungen und gute Beispiele bietet dazu aber das LSB-Portal VIBSS Online*. Darüber hinaus wurden gerade die ersten Berater*innen zu diesem Thema ausgebildet, so dass man sich auch Hilfe ins Haus holen kann. Jetzt gilt es nur noch die Chancen zu ergreifen! Die Zukunft wartet nicht ...

* www.vibss.de/vereinsmanagement/digitalisierung-im-sportverein



**UNSEREN SPORT
IN SEINER
GESAMTHEIT
DIGITAL
ENTWICKELN!**



Foto: Andrea Bowinkelmann

IMPRESSUM

HERAUSGEBER
Landessportbund
Nordrhein-Westfalen e.V.

HAUSADRESSE
Friedrich-Alfred-Allee 25
47055 Duisburg

POSTADRESSE
Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg
Telefon 0203 7381-0
lsb.nrw

Wir-im-Sport@lsb.nrw
E-Mag: magazin.lsb.nrw

ISSN: 1611-3640

REDAKTION

Ilja Waßenhoven
(V.i.S.d.P.)
Kiyō Kuhlbach
(Leitung)
Theo Düttmann
(geschäftsführender Redakteur)
Ulrich Beckmann
Andrea Bowinkelmann
(Foto)
Sabrina Hemmersbach
Frank-Michael Rall
Maximilian Rembert
Jürgen Weber
REDAKTIONSASSISTENZ
Lara Benkner
Annelie Braas

TITELFOTO

Andrea Bowinkelmann

SERVICE VEREINE

Betreuung kostenfreier Vereinsbezug
Landessportbund NRW
Evelyn Dietze
Telefon 0203 7381-937

GESTALTUNG

Entwurfswerk, Düsseldorf
entwurfswerk.de

DRUCK

L. N. Schaffrath GmbH & Co. KG
Druck-Medien, Geldern

ANZEIGENVERWALTUNG

Luxe Medien Verlagsdienstleistungen
Wesseling Straße 7
50321 Brühl
Telefon 02232 7011-682
luxx-medien.de
ANSPRECHPARTNER ANZEIGEN
Jörn Bickert, Bickert@luxx-medien.de

Redaktionsschluss 01.03.2023
Anzeigenschluss 01.03.2023



Klima schützen
mit Deutsche Post



ARAG. Auf ins Leben.

**Auf die Plätze,
fertig ... lesen!**

Durchstarten mit Top-News: Im ARAG Sport-Newsletter
finden Sie regelmäßig Neuigkeiten und spannende Infos,
die Ihren Verein oder Verband nach vorn bringen.

www.ARAG.de/Sport-Newsletter



*Jetzt
registrieren!*