



Ich begrüße Sie alle ganz herzlich im Namen der Stiftung Lauenstein. Mein Name ist Manfred Barth, ich bin Vorsitzender der Stiftung, die diesen Abend für Sie veranstaltet.



Die Stiftung Lauenstein wurde 2013 20 Jahre alt. Aus diesem Anlass wurde der „Stiftung Lauenstein-Preis“ ins Leben gerufen. Damit sollen beispielgebende Projekte und Initiativen ausgezeichnet werden. 2013, 2014 und 2015 werden Projekte gewürdigt, die sich in besonderer Weise um das Thema Sport und Bewegung für Menschen mit Assistenzbedarf verdient gemacht haben. Die Preisgelder betragen 3.000 € für den ersten Preis, 2.000 € für den zweiten Preis und 1.000 € für den dritten Preis.

Warum Sport und Bewegung in diesen drei Jahren?

Bewegung, Spiel und Sport erhöhen die körperliche Leistungsfähigkeit, die allgemeine Fitness und tragen gerade bei älteren Menschen dazu bei, die Selbständigkeit zu erhalten. Es ist nie zu spät für die eigene Gesundheit aktiv zu werden! Auch bei untrainierten Personen lassen sich im hohen Alter positive Effekte durch regelmäßige Bewegung erzielen. Ältere Menschen erkranken oft nicht deshalb, weil sie älter geworden sind, sondern weil sie sich nicht genug bewegen. Sport und Bewegung können daher einer Vielzahl von Erkrankungen vorbeugen.

Gezielte sportliche Aktivitäten helfen aber auch, wenn es bereits zwickelt und zwackt oder man schon erkrankt ist. In vielen Fällen ist Sport ein wichtiger Bestandteil medizinischer Rehabilitation. Bluthochdruck, Herzbeschwerden, hohe Zuckerwerte und Übergewicht sind deshalb kein Grund, auf Sport zu verzichten. Im Gegenteil. Altersgemäß angeleitet ist Sport oft unverzichtbar, wenn es gilt, »wieder auf die Beine« zu kommen.

Heute wollen wir die Preisträger der diesjährigen Ausschreibung vorstellen und würdigen. Wir hatten 8 Bewerbungen. Den Mitgliedern der Jury sind da Auswahl und Preisfestsetzung nicht leicht gefallen. Alle Bewerber hätten einen Preis verdient.

Nun zu den Mitgliedern der Jury. Es war zum einen Frau Sonja Bredenkamp aus der Geschäftsstelle des Anthropoi Bundesverbands. Dann ist Claudia Hackert von der Angehörigenseite zu nennen. Die beiden unterstützen seit vielen Jahren die Special Olympics. Als Beiratsmitglied der Stiftung Lauenstein und Redakteur der Zeitschrift Info3 war Herr Dr. Jens Heisterkamp bei der Jury dabei. Viertes Jurymitglied war ich, als Vorstandsmitglied der Stiftung Lauenstein.

Nachdem die Anträge alle vorlagen, hat jeder von uns die Unterlagen bekommen. Dann haben wir uns zusammengesetzt um zu einer Entscheidung zu kommen. Zu Beginn haben wir uns auf die Kriterien für eine Bewertung verständigt. Dies waren:

1. Angebote für Menschen mit Hilfebedarf, insbesondere für ältere Menschen
2. Vorbildfunktion, Reiz zur Nachahmung
3. Nachhaltigkeit / Regelmäßigkeit
4. Inklusion. Es darf niemand ausgeschlossen sein.
5. Originalität



Wir hatten sehr gute und zum Teil gleichwertige Bewerbungen und haben deshalb zwei Mal den dritten Preis vergeben. Eine Bewerbung hat uns wegen ihres Inhalts sehr bewegt und deshalb haben wir als Jury einen Sonderpreis vergeben. Und damit möchte ich auch anfangen:

Den Sonderpreis der Jury erhält die vollstationäre heilpädagogische Einrichtung Lauterbad e.V. in Kassel.

Sie hat sich mit zwei attraktiven Sportangeboten beworben:

- ✚ **„Laufen statt Raufen“**
Lauf-AG mit jährlicher Teilnahme am Mini-Marathon
- ✚ **„Hieb- und Stichfest“** - Fechten lernen

Beide Sportangebote haben zum Ziel, durch langfristiges, stetiges Training über die eigenen Grenzen zu gehen und mit neuem Körper-Bewusstsein das Leben zu meistern. Den Kindern reichhaltige Lern- und Erfahrungsräume zu bieten, Stärken zu entdecken, Gewohnheiten aufzubrechen und Grenzen zu überwinden, ist beiden Sportangeboten gemeinsam.

In der **Lauf-AG** liegt der Schwerpunkt darin, die Freude an der Bewegung zu erleben, eine gewisse Strecke in der Natur bei Wind und Wetter zu bewältigen, durchzuhalten und dabei neue interessante körperliche Grenzerfahrungen zu sammeln. Bislang fielen die Jugendlichen eher durch ihre Pubertät und den dazugehörigen Begleiterscheinungen auf, wie den Unterricht stören oder durch Übergriffe auf Personen oder Gegenstände. Die überschüssigen Kräfte, die sie selber nicht gut lenken können, werden nun durch das kontinuierliche Laufen in eine andere Form gebracht.



Hieb- und Stichfest: Fechten ist eine umfassende Bewegungstherapie für den ganzen Menschen. Deshalb treffen sich die Lauterbader Schüler der Fecht-AG wöchentlich. Sie arbeiten an ihrem Körpergefühl. Zu Beginn fechten die Schüler mit Stäben (Stock). So lernen sie ihren Körper besser kennen und trainieren die Hand-Augen-Koordination. Diese Koordination muss erst intensiv geschult werden. Sie trainieren ihre Beweglichkeit, Schnelligkeit und Kraft auf natürliche und ganzheitliche Weise. Zusätzlich fördert das Fechten Persönlichkeitswerte, die damals wie heute unverzichtbar im gesellschaftlichen Leben sind: Konfliktfähigkeit, Konzentration, Selbsteinschätzung.



Uns als Jury hat insbesondere das Fecht-Angebot beeindruckt. Es erfordert schon viel Mut des Kollegiums, diesen Sport anzubieten und der Schüler und Schülerinnen, die sich dafür begeistern. Das veranlasste uns quasi außer der Reihe einen Sonderpreis der Jury neu zu erfinden.

Ich darf Ihnen nun den Pokal und einen Scheck mit dem Preisgeld in Höhe von 1.000 Euro überreichen.

Als **dritten Preisträger** zeichnen wir den Verein zur Förderung des Behindertensports und der Bewegungstherapie innerhalb der Dorfgemeinschaft Brettachhöhe/Weckelweiler e.V. aus.

Die Dorfgemeinschaft Brettachhöhe ist eine Teileinrichtung der Sozialtherapeutischen Gemeinschaften Weckelweiler im Hohenloher Land nahe Crailsheim. Ihr war es am Ende der 90er Jahre des 20. Jahrhunderts gelungen, eine Therapeutin zu finden, die mit den Bewohnern der Gemeinschaft die Bothmer-Gymnastik ausübte, um sie in ihrer Bewegung zu unterstützen.

Besonders die Arbeit mit älter werdenden Menschen hat die Therapeutin Formen entwickeln lassen, die stärker die



sinnlichen Kräfte nutzen als die leiblich-sportlichen. Hier sind Barfußspaziergänge oder nächtliche Exkursionen im Wald zu nennen, die ideal das gymnastisch/sportliche Können weiterentwickeln und neue Horizonte öffnen. Im Vordergrund stehen dabei

ganzheitliche Aspekte wie Körperwahrnehmung und Selbstsicherheit. Das Angebot umfasst viele Spiele und geht bis hin zu klassischen Disziplinen wie Speerwerfen. Neben den in der Gymnastik üblichen Hilfsmitteln findet der niedrige Schwebebalken genauso Einsatz wie Tücher, Seile, Schlingen und Igelbälle. Gerade wurde das Sortiment erweitert um eine Deckenaufhängung für Trapez, Ringe, Hängematte usw., um den ganz „Ängstlichen“ aber auch den „starken Wilden“ neue Entwicklungsmöglichkeiten zu bieten.

Erwähnenswert sind auch die Neigungsgruppen-Angebote wie Gymnastik für Paare und die Einzelgymnastik auf das Individuum abgestimmt.



Wir waren sehr beeindruckt von diesem umfassenden Angebot, das klar auf ältere und schwächere Menschen ausgerichtet ist und zeichnen Sie mit dem dritten Preis aus.

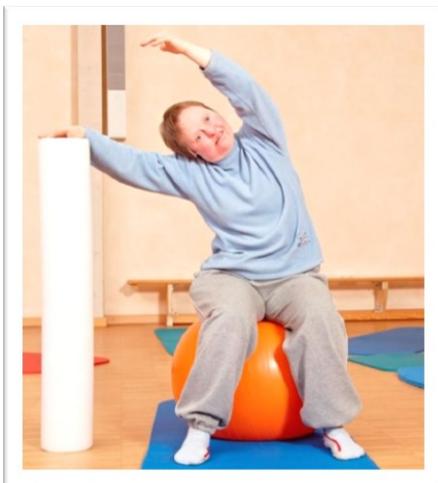
Ich darf Ihnen nun den Pokal und einen Scheck mit dem Preisgeld in Höhe von 1.000 Euro überreichen.



Als weiteren **dritten Preisträger** zeichnen wir die **Hermann Jülich Werkgemeinschaft e.V.** mit ihrem **Sport- und Bewegungsangebote für ältere Menschen mit Behinderung - Bothmer-Gymnastik und Pilates für die Betreuten - am LebensOrt Köthel** aus.

Am Einrichtungsplatz Köthel wird seit 23 Jahren Bothmer-Gymnastik im Gruppenunterricht angeboten. Die Betreuten, die damals mit der Bothmer-Gymnastik begonnen haben, sind Ende der 50er/Anfang der 60er Jahre geboren und heute zwischen 50 und 60 Jahre alt. Einige Jüngere sind dazugekommen. Es gibt 3 Gymnastikgruppen mit unterschiedlichen Anforderungsprofilen. Jeweils 6–9 Personen sind in einer Gruppe und die Gymnastik findet nach Feierabend statt, wenn jeder schon einen anstrengenden Arbeitstag hinter sich hat.

Aus der **seit Jahrzehnten betriebenen Bothmer-Gymnastik**, bei der alle Übungen im Stehen, Laufen und Springen nach vorgegebenen und gemeinsamen Rhythmen ausgeführt werden, **ist in Köthel ein noch weiterentwickeltes, den Bedürfnissen der älter gewordenen Bewohner angepasstes Training** entstanden. Zudem haben Sie **Pilates in das Bewegungsprogramm aufgenommen**. Zentrales Anliegen ist es, die Beweglichkeit der Wirbelsäule in alle Richtungen zu fördern und zu stärken.



Die Hermann Jülich Werkgemeinschaft e.V. hat es sich zum Ziel gemacht, ihr Leistungsangebot den sich ändernden Anforderungen der Betreuten anzupassen. Die anvertrauten Menschen mit Behinderung sollen hier ihren dauerhaften Lebensort und in jeder „Altersklasse“ die notwendige Betreuung, Unterstützung und Förderung finden.

Wir als Jury schätzen ganz besonders das Ziel, mit Ihrem umfangreichen Gymnastikangebot am LebensOrt Köthel die körperliche und seelische Fitness besonders der älteren Bewohner mit Behinderungen noch recht lange erhalten zu können.

Ich darf Ihnen nun den Pokal und einen Scheck mit dem Preisgeld in Höhe von 1.000 Euro überreichen.



Als zweiten Preisträger zeichnen wir den Verein **LEBENSQUALITÄT e.V. an den Karl-Schubert-Werkstätten und Wohngemeinschaften in Filderstadt** aus.

Sie haben Ende des Jahres 2014 mit einem speziellen Bewegungsangebot in den Werkstätten der Karl-Schubert-Gemeinschaft, Filderstadt begonnen.

Das besondere sehen wir darin, dass dieses Bewegungsangebot auch die Menschen erreicht, die sich sonst jeder Teilnahme an den angebotenen Kursen, (Sportgymnastik, Schwimmen, Laufen, Leichtathletik etc.) verweigern.



Es wird gesunde Bewegung *während* der Arbeitszeit - nicht in den Pausen und nicht im Anschluss an die Arbeitszeit - angeboten und sie ist direkt am Arbeitsplatz angesiedelt. Das bedeutet auch kein Umziehen in Sportschuhe, keine andere Sportkleidung, kein Wechseln des Raumes, keine „neue“ Zusammenstellung einer Gruppe, sondern nur kurze Unterbrechung einer möglicherweise „starrten“ Bewegungshaltung und je nach Anzahl der Menschen und Größe des Raumes eine Durchlüftung desselben. Die Dauer beträgt je nach Arbeitsabläufen zwischen 15 – 30 Minuten, letzteres immer in den Förder- und Betreuungsgruppen.

Als Ausführenden konnten Sie einen Sportgymnasten gewinnen, der diese Übungen nach der Methode der Bothmer-Gymnastik durchführt. Die Resonanz ist sehr positiv – besonders, wo auch die Meister selbst die Notwendigkeit sehen und mit Freude bei der „GAP“-Viertelstunde mitmachen - GAP steht für „Gymnastik am Arbeitsplatz“. Aber es wird kein Zwang ausgeführt und den Verweigerern genügend Zeit gegeben, sich einzureihen. Auch Teilnehmer im Rollstuhl sind dabei und Größenverhältnisse spielen auch keine Rolle.



Wir als Jury haben uns sehr gefreut, dass durch die Berichte in PUNKT und KREIS diese Initiative ihren Weg gefunden hat und dass wirklich alle mindestens einmal in der Woche in Bewegung kommen.

Ich darf Ihnen nun den Pokal und einen Scheck mit dem Preisgeld in Höhe von 2.000 Euro überreichen.



Als **ersten Preisträger** zeichnen wir den Sportverein Elfenborn e.V. in der Dorfgemeinschaft Elfenborn in Kalletal aus.

Die Bewohner haben ihr Sport- und Bewegungsangebot in den letzten Jahren selbst verantwortlich und gemeinschaftlich „in die Hand“ genommen und wollen dies auch so fortsetzen!

Die Gymnastik findet in Elfenborn seit 1991 statt - immer wieder montags - und macht den Bewohnern großen Spaß! 1996 wurde das Angebot um die Hippotherapie erweitert.

2011 drohte das finanzielle „Aus“ für beide Angebote - die Ärzte haben immer weniger eine Einzelverordnung verschrieben - schon längst nicht mehr für ein Gruppenangebot – obwohl man erst in einer Gruppe immer so richtig motiviert ist, Sport zu machen.

Da kam Ihnen im Frühjahr 2012 eine Idee: Sie gründen selbst einen Verein - einen eigenen Sportverein - und nehmen Ihr Sport- und Bewegungsangebot selbst „in die Hand“.

Damit Sie den Reha-Sport anbieten können, sind Sie als Sportverein auch dem Behindertensportverband NRW beigetreten und haben 2013 ein Zertifikat erhalten, dass Sie Reha-Sport im Gymnastiksaal anbieten dürfen. Dieses Zertifikat wurde erst kürzlich verlängert bis 2017.

Seit 2 Jahren findet nun der Reha-Sport weiter montags in zwei Gruppen statt. Innerhalb der Einrichtung haben sich weitere kleinere Projekte in den letzten Jahren entwickelt, wie z.B. das Drachenbootrennen und das regelmäßige Joggen und Walken in einer kleinen Fitnessgruppe als arbeitsbegleitende Maßnahme.

Nach unserer Meinung als Jury hat diese Bewerbung den ersten Platz aus zwei Gründen verdient:

1. Die Bewohner haben selbst den Sportverein gegründet und führen ihn selbst mit Assistenz.
2. Der Beitritt des Vereins in den Behindertensportverband NRW und das Zertifikat für den Reha-Sport ist bemerkenswert und ein Vorbild für alle Sportbewegungen im anthroposophischen Sozialwesen.

Ich darf Ihnen nun den Pokal und einen Scheck mit dem Preisgeld in Höhe von 3.000 Euro überreichen.



Ich bedanke mich im Namen der Stiftung Lauenstein bei allen Bewerbern für die Beschreibung ihrer Projekte und der Teilnahme an dieser Ausschreibung.

Für 2016 wollen wir den Förderpreis einem neuen Thema widmen. Das Thema wird in unserer Klausurtagung im Oktober diskutiert und entschieden. In der Weihnachtsausgabe von PUNKT und KREIS wird dazu die Ausschreibung erscheinen.

Herzlichen Dank an unsere Gastgeber, die Rudolf Steiner Schule und die Christopherus Schule für die Unterstützung. Mein Dank gilt auch den Mitgliedern der Jury und den Kollegen und Kolleginnen.

Ich darf Sie nun alle bewegen und zu Musik und Tanz mit der LoLaBand einladen. Dies findet im Saal der Christophorus Schule statt. Viel Vergnügen.

Manfred Barth

