

## **Bewerbung für den Förderpreis der Stiftung Lauenstein zum Thema Sport und Bewegung im Jahr 2015**

### **Antragsteller:**

Bewohnerinnen und Bewohner der Dorfgemeinschaft Elfenborn e.V. im stationären und ambulanten Wohnen

### **Was macht unseren Sport bzw. unser Bewegungsangebot so besonders, dass er als Vorbild und Motivation im anthroposophischen Sozialwesen dienen könnte?**

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

Der Wochenrhythmus wird für Seelenpflege-bedürftige Menschen erlebbar durch die Akzentuierung der Wochentage mit ihren regelmäßigen Veranstaltungen wie z.B. „Gymnastik“ ... - so heißt es u.a. in der Konzeption der Dorfgemeinschaft Elfenborn, die 1990 gegründet wurde.

Die Gymnastik findet in Elfenborn seit 1991 statt - immer wieder montags - und macht (uns Bewohnern) allen großen Spaß! 1996 wurde das Angebot um die Hippotherapie erweitert - dieses Angebot nehmen wir auf dem Therapiehof Steffan außerhalb von Elfenborn wahr. Wir haben auch ein eigens Pferd, was allerdings aus „Altersgründen“ auf dem Therapiehof schon längere Zeit nur noch gepflegt wird und nicht mehr geritten werden kann.

2011 drohte das „Aus“ für beide Angebote - die Ärzte haben immer weniger eine Einzelverordnung verschrieben - schon längst nicht mehr für eine Gruppenangebot - obwohl wir erst in einer Gruppe immer so richtig motiviert sind, Sport zu machen - beide Angebote konnten wir uns aber finanziell nicht leisten. Einige (wenige) Eltern waren mit Gruppenangebot und auch mit der Fachlichkeit unzufrieden - sie wollten ein Funktionstraining an Fitnessgeräten - was auch immer das ist. Einige Mitbewohner waren beispielsweise in einem Fitness-Center und haben eine Zeitlang regelmäßig an so einem Funktionstraining teilgenommen - die Motivation lies aber schnell nach. Wir wollten weiterhin ein regelmäßiges Gymnastikangebot in unserer Gemeinschaft haben. Die Diskussionen in den Versammlungen konnten wir gar nicht verstehen - wir waren mit dem Angebot zufrieden und wollten vor allem selbstbestimmt (mit-) entscheiden dürfen - es geht doch schließlich um uns.

Da kam uns im Frühjahr 2012 eine Idee. Unser Geschäftsführer hat uns beraten und unser Einrichtungsleiter hat uns tatkräftig zur Seite gestanden und unterstützt: Wir gründen selbst einen Verein - einen eigenen Sportverein - und nehmen unser Sport- und Bewegungsangebot selbst „in die Hand“. Zunächst brauchten wir Informationen darüber, wie man einen Verein gründet. Am 07. August 2012 war es dann so weit: Während unserer Freizeit in Schoorl, Niederlande, haben wir unseren Verein gegründet. Dies waren sieben Mitarbeiter und Bewohner - denn alleine wollten wir den Verein nicht tragen. Alle anderen Bewohner und Freizeitteilnehmer haben an der Gründungsveranstaltung teilgenommen. Unser befreundeter Rechtsanwalt und damaliges Vorstandsmitglied hat die Vereinsgründung sehr kostengünstig beurkundet. Ein paar

Veränderungen mussten in der Satzung allerdings noch vorgenommen werden - denn an alle Gesetze haben wir im Vorfeld nicht gedacht und es gibt ja eine Menge Gesetze.

Nun gibt es neben der Dorfgemeinschaft Elfenborn e.V. auch unseren eigenen Verein - den Sportverein Elfenborn (ein eigenständiger und eingetragener Verein). Die Mitgliedsbeiträge sind sehr gering - derzeit 5,- € im Jahr. Jeder soll sich bei uns eine Mitgliedschaft leisten können. Der Verein trägt sich fast selbst - wir erhalten gelegentlich die eine oder andere Spende oder auch ein Kredit. Unsere Hausärztin verordnet seitdem Reha-Sport - dies ist wohl (derzeit noch) einfacher möglich als eine Physiotherapie-Verordnung. Unsere anthroposophische Ärztin betreut uns bei der Gruppengymnastik, was neuerdings auch Reha-Sport heißt.

Damit wie den Reha-Sport anbieten können, sind wir als Sportverein auch dem Behindertensportverband NRW beigetreten und haben 2013 ein Zertifikat erhalten, dass wir Reha-Sport in unserem Gymnastiksaal anbieten dürfen. Dieses Zertifikat wurde erst kürzlich verlängert bis 2017. Seit 2 Jahren findet unser Reha-Sport weiter montags in zwei Gruppen statt. Wir haben unseren Freund und Lebenswegbegleiter, der das bisherige Gymnastikangebot von Anfang mit uns durchgeführt hat, als Übungsleiter für die Übungsstunden gewinnen können.

Was hat sich verändert? Es ist auf jeden Fall etwas mehr Arbeit: Der Einrichtungsleiter, die verantwortlichen Vorstandsmitglieder des Sportvereins unterstützen uns dabei - aber im Wesentlichen hilft eine Mitarbeiterin aus der Verwaltung uns bei der Erledigung der Abrechnungen mit den Krankenkassen. Wir haben weiterhin jede Menge Spaß: Es finden regelmäßige Vereinssitzungen und Mitgliederversammlungen statt. Unsere jährlichen Deelendisko auf dem Therapiehof Steffan nutzen wir auch als Vereinsfest. 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.

Im Frühjahr nehmen wir wieder an einem großen Firmenlauf (mit ca. 3000 Startern) teil. Im Sommer wollen wir wieder mit dem Drachenboot-Training beginnen unter dem Motto: „Wir sitzen alle in einem Boot“. Darüber hinaus wollen einige Bewohner in diesem Jahr noch an der 19. Bethel inclusiv Athletics teilnehmen - man braucht ja immer eine weitere (neue) Herausforderung.

Inzwischen sind diese Sportangebote aus Elfenborn nicht mehr wegzudenken - auch wenn die finanzielle Situation durch die Krankenkassen immer schlechter werden, werden wir uns immer etwas Neues überlegen, was uns motiviert: Wir wollen auf jeden Fall unser Sport- und Bewegungsangebot selbst „in die Hand nehmen“.

Wir hoffen, die Bewerbung konnte Ihnen einen kleinen Einblick in unsere bisherige Arbeit geben. Wir würden uns freuen, wenn Sie unser Sport- und Bewegungsangebot fördern würden.

In der Anlage legen wir Ihnen einige Fotos, unsere Vereinssatzung und die Bestätigung des Rehasportangebotes durch den Behindertensportverband bei.

*Für die Bewohner: gez. Sascha Göhner, Ilka Thile und Oliver Karrenberg (Bewohnerbeirat)*