Zeitschrift: Fachzeitschrift Heim
Herausgeber: Heimverband Schweiz
Band: 72 (2001)
Heft: 5

Artikel: Geistig behinderte Menschen : mit Schneeschuhen unterwegs
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-812813

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 09.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Geistig behinderte Menschen

MIT SCHNEESCHUHEN UNTERWEGS

Die Berge im Winter auf Schneeschuhen zu erleben, benötigt wenig Aufwand: ein Minimum an Material und geringe Ausbildungszeit. Dieser Sport ist deshalb auch für Menschen mit einer geistigen Behinderung geeignet, wenn auf die besondere Situation Rücksicht genommen wird.

Schneeschuhe sind eine echte Alternative für Nicht-Skifahrer, um das faszinierende Element Schnee in frisch verschneiter Winterlandschaft zu geniessen. Das einfache Erlernen der Technik und die sanfte Art der Bewegung veranlassten vor drei Jahren den Verein zur Förderung Geistig Behinderter Zürcher Oberland (GBZO), Schneeschuhwanderungen durchzuführen, zum Beispiel in die Fideriser Heuberge.

Vermisst und wieder gefunden

Bereits am Bahnhof in Rapperswil herrscht grosse Aufregung: Drei der angemeldeten Teilnehmer fehlen und niemand weiss genau, wo sie stecken. Um einerseits die Gruppe nicht warten zu lassen und andererseits trotzdem mit allen in die Fideriser Heuberge zu fahren, bleibt eine Leiterin zurück, um die Vermissten aufzuspüren und mit ihnen nachzureisen. In Jenaz erfahren wir – Handy sei Dank –, dass die Vermissten aufgetaucht seien und zwei Stunden nach uns im Prättigau ankommen würden. Erleichtert steigen wir in den Bus, der uns in holpriger Fahrt – auf der Schlittelpiste – in die Fideriser Heuberge bringt. Dort erwarten uns eine tief verschneite Winterlandschaft und strahlendes Wetter, so dass wir nach dem Bezug der Unterkunft sofort losziehen, um unsere Spuren in den frischen Pulverschnee zu legen.

Wechtenhindernisse

Unsere Spur führt über sanfte Hügel in einen Sattel, der sich infolge einer kleinen Wechte als Schlüsselstelle der heutigen Tour herausstellt. Mit gegenseitigem Ziehen und Stossen gelingt es uns, diese Stelle zu meistern und wenig später stehen wir auf dem Gipfel des Glattwang. Einmalige Aussicht, ein tiefes Glücksgefühl und Stolz über die vollbrachte Leistung lassen manchen Freudenschrei ertönen. Ein kräftiger Schluck Tee aus der Thermosflasche und ein tiefer Griff in den Lunchsack bringen die verdiente Stärkung. Der Abstieg steht uns ja noch bevor. Springend und stolpernd, aber zügig geht es über die weiten Hänge hinunter in die Heuberge, wo wir schon bald inmitten der Skifahrer beim Tee sitzen, erzählen, spielen und

Bei der Tourenplanung muss genügend Zeit eingerechnet werden für spielerischen Umgang mit dem Material Schnee wie etwa zum Zeichnen (im Lidernengebiet).

lachen. Nach einem feinen Znacht werden die Augen bei vielen von uns schnell kleiner. Die Wanderung im Schnee, die Sonne und die frische Luft machen müde, viele neue Erlebnisse und Eindrücke steuern das Ihrige dazu.

Steil und steiler

Am nächsten Tag teilen wir uns in zwei Gruppen auf: Die besser Ausgeruhten wollen auf den Gipfel des Mattjischhorn; wir andern nehmen es gemütlicher. Fasziniert beobachten wir eine Gruppe Snowboarder, die Sprünge über einen Felsvorsprung vorführen. Da die Müdigkeit der gestrigen Tour noch in den Beinen steckt, gehts ganz gemächlich Schritt für Schritt unserm Ziel, der Arflinafurgga, entgegen. Bei der verdienten Rast beobachten wir unsere andere Gruppe, die schon beinahe den Gipfel erreicht hat. Das grosse Erzählen findet dann beim Mittagessen statt, wo bei beiden Gruppen die Superlative herhalten müssen wie «super steil war es, so steil wie ganz sicher nirgends bei euch». Ohne einig zu werden, wer nun wirklich die schönere Tour erlebt hat, müssen wir aufbrechen, steht doch der Bus für die Fahrt ins Tal bereit. Am Abend sind alle froh, gesund und müde, dafür um viele Erlebnisse und Erfahrungen reicher, nach Hause zu kommen.

Nicht vergessen Kids, Datum reservieren

Nachwuchstag Magglingen

Unter dem Motto «Bewährtes soll man nicht ändern», findet auch im Jahr 2001, im Vorfeld des Behindertensporttages in Magglingen, der Nachwuchstag von PLUSPORT Behindertensport Schweiz, am Samstag, 7. Juli 2001, statt.
Leichtathletik, Schwimmen, Rad und Rollski stellen das Rahmenprogramm, Rückschlagspiele, Klettern usw. können als Supplement ausprobiert werden.
Eingeladen sind Kinder und Jugendliche mit einer Körper- oder Sinnesbehinderung.
Melden kann man sich als Einzelperson oder als Mannschaft

Fun Weekend

An einem wundervollen Ort, in einem für Jugendliche bestens geeigneten Sportzentrum, lockt Sport und Spass zum 3. Fun-Weekend im Wallis.
Wer schon dabei war weiss es. Nachwuchsport fäggt!

Datum: 26. bis 28. Oktober 2001

Sport – Wellness – Lebensfreude: Und zwar für alle

rr. *Aussage Nummer 1:* «Es ist heute unbestritten, dass sich körperliche Aktivität und regelmässige Bewegung positiv auf das psychische und physische Altern und Alter auswirkt.» Zu finden in der Fachzeitschrift Heim, 11/2000, Seite 592. Studien weisen darauf hin, dass hinreichende körperliche und geistige Leistungsfähigkeit als eine wesentliche Voraussetzung für Kompetenz und Alter gilt. Gemeint ist hier vor allem die Fähigkeit zur selbständigen Lebensführung und deren Bewahrung bis ins hohe Alter und dies bei hohem psychischem und physischem Wohlergehen.

Aussage Nummer 2: «Gesundheit und Wohlbefinden sind zwei zentrale Ziele des menschlichen Lebens. Was heisst nun gesund sein und sich wohl fühlen? Ist dies schicksalsbedingt oder können wir etwas dazu beitragen? Und was hat dies wieder mit Wellness zu tun?» Mit Wellness ist Wohlbefinden, Lebensfreude, Zeit für die Seele gemeint, der Einklang von Körper, Seele und Geist. In der Fachzeitschrift 4/2001 legten wir Ihnen ab Seite 207 vor, dass sich diese Aussagen sowohl auf die sportlich, körperlich aktive Seite wie auf die künstlerische und/oder rituelle Betätigung beziehen können.

Aussage Nummer 3: «Sport hat für behinderte Menschen den gleichen Stellenwert wie für Nichtbehinderte.»

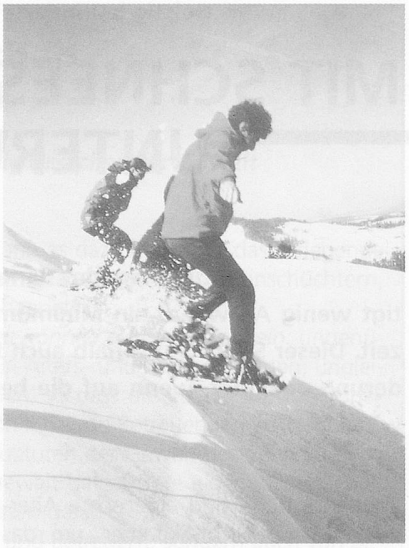
Und genau damit befassen sich unsere Beiträge in der nun vorliegenden «FZH».

Allerdings zeigen wir Ihnen den Wert der sportlichen Betätigung für Menschen mit einer Behinderung am Beispiel einer winterlichen Schneeschuh-Wanderung. Das beschriebene Erlebnis ging vom Verein zur Förderung Geistig Behinderter Zürcher Oberland aus. Der Bericht von Bergführer Hans-Heini Utelli, Steffisburg, fand sich als Beitrag zum Clubleben in «Die Alpen», 2/2001, Schweizer Alpen-Club SAC. Der SAC bietet immer wieder, sowohl im Sommer mit Bergsteigen und Klettern, wie im Winter, Beispiel Schneeschuh-Wandern, Kurse für behinderte Menschen an.

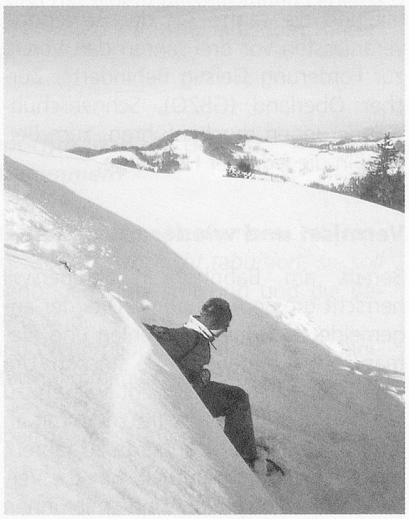
«Der Aufenthalt in den Bergen bietet den Menschen mit geistiger Behinderung sowie ihren Begleitpersonen unvergessliche Erlebnisse», weiss Utelli aus eigener Erfahrung.

Sinnvolle sportliche Betätigung Behinderter ermöglichen, unter Einbezug der behindertenspezifischen Anforderungen und Gegebenheiten. Das hat sich auch der Verband PLUSPORT, Behindertensport Schweiz, zum Ziel gesetzt. Der Verband will durch Sport zur Verbesserung der Selbständigkeit und Lebensqualität beitragen und das Verständnis für behinderte Menschen in der Gesellschaft fördern. Der Verband definiert seine Aufgabe unter anderem wie folgt: «Unsere Aufgabe sehen wir in der Förderung des Sports für Behinderte und in der Integration Behinderter durch den Sport. Sport ist jede körperliche Betätigung, die freudbetonte, spielerische und leistungsorientierte Eigenschaften aufweist und Möglichkeiten einer verantwortungsbewussten Auseinandersetzung mit sich selbst, mit andern und mit der Natur bietet (Definition SLS).» Das Angebot gilt gesamtschweizerisch und deckt die Bereiche Körperbehinderte, Sinnesbehinderte und geistig Behinderte ab.

Wir haben für Sie eine Menge von Informationen zusammengetragen.



Wechtenspringen entwickelte sich zur bevorzugten Schneeschuhdisziplin.



Zum Glück ist die Landung weich...

Nachspann

Da die Bergumgebung für die meisten Menschen mit geistiger Behinderung fremd ist, muss das Gebiet sorgfältig ausgewählt werden und auch Schlechtwetter-Outdoor-Aktivitäten ermöglichen. Wichtig ist eine Unterkunft mit guter Infrastruktur und genügend Platz für einen Spielnachmittag sowie die Möglichkeit für das Sichzurückziehen. Die gut erreichbare Unterkunft sollte sich in einer nicht absturzgefährdenden Umgebung befinden. Die Tourenplanung muss nicht nur der Leistungsfähigkeit der Gruppe angepasst sein, sondern auch genügend Zeitreserve, jederzeitiges Umkehren und spielerische Elemente enthalten.

Ein grosse Herausforderung für geistig behinderte Menschen ist neben der sportlichen Aktivität das Übernachten in ungewohnter Umgebung. Meist etwas engere Platzverhältnisse, oftmals eingeschränkte sanitärische Einrichtungen, fremde Leute und vielleicht sogar fehlende Elektrizität können bereichernd wirken und spontane, für alle Seiten interessante Begegnungen ermöglichen. Dieses Leben als Gruppe in einem Haus und in einem Schlafraum während mehreren Tage ist aber eine Herausforderung für alle.

Der Verein GBZO bietet vielfältige Freizeit- und Sportaktivitäten für Menschen mit einer geistigen Behinderung an wie Bergwandern, Klettern und Schneeschuhtouren. Das Begleiterteam für diese Veranstaltungen in den Bergen setzt sich vorwiegend aus Freiwilligen des SAC zusammen, wobei sich das Verhältnis von einer Begleitperson auf 1 bis 3 Teilnehmer bewährt hat. Immer mit dabei sind eine Person mit medizinischer Ausbildung und Bergführer, die in erster Linie für die Sicherheit und die Tourenplanung zuständig sind. Der Aufenthalt in den Bergen bietet den Menschen mit geistiger Behinderung sowie ihren Begleitpersonen unvergessliche Erlebnisse.

Hans-Heini Utelli, Bergführer, Steffisburg

Gut vorbereitete Schneeschuhtouren sind für die geistig behinderten Menschen wie für ihre Begleitpersonen ein Vergnügen.

Fotos: Bettina Krebs, Steffisburg

PluSport

Geschichte und Entwicklung

1956, auf Initiative eines an Polio erkrankten, stark gehbehinderten Pfarrers, wurde eine Bewegung ins Leben gerufen, behinderten Menschen regelmässige sportliche Betätigung zu ermöglichen. Pfarrer Grivel wandte sich an General Guisan, mit der Bitte, bei der Bildung von sportmedizinischen Zentren mitzuhelfen. Guisan beauftragte daraufhin den Fürsorgechef und die Nationalspende, die nötigen Schritte zu unternehmen. Unter dem Namen «Schweizerische Arbeitsgruppe für Invalidensport» wurde ein Initiativkomitee gegründet, das im Mai 1956 an der Eidg. Sportschule Magglingen ESSM (seit 1999 Bundesamt für Sport BASPO) eine erste Konferenz der interessierten Kreise durchführte.

Da der Behindertensport nicht für, sondern von den Behinderten organisiert werden sollte, wurde die Arbeitsgruppe 1960 in den Schweizerischen Verband für Invalidensport SVIS und 1977 in den Schweizerischen Verband für Behindertensport SVBS (seit 2000 PLUSPORT Behindertensport Schweiz) umgewandelt.

Seit 1974 gehört PLUSPORT der obersten Dachorganisation, dem Schweizerischen Olympischen Verband SOV an. Damit findet der Behindertensport die wichtige öffentliche Anerkennung.

In den Jahren 1991/1992 wurde der Verband restrukturiert. Die Ziele und Grundsätze wurden neu formuliert, ein Leitbild geschaffen und neue Statuten verabschiedet.

Ziele und Aufgaben

Das neue Leitbild zeigt PLUSPORT Behindertensport Schweiz als Dachverband des Behindertensports. Heute sind dem PLUSPORT rund 85 Sportgruppen und 7 Sportfachvereinigungen sowie Kollektivmitglieder mit gegen 10 000 SportlerInnen und fast 1000 LeiterInnen

Schneeschuhtouren ermöglichen mit relativ geringem Aufwand auch Menschen mit einer geistigen Behinderung einen Aufenthalt in der winterlichen Bergwelt.

Verbandsziele

- Förderung des Sports für Behinderte unter Berücksichtigung behindertenspezifischer Anforderungen
- Integration Behinderter durch den Sport
- Verbesserung der Selbstständigkeit und der Lebensqualität
- Interessenvertretung national und international
- Vom Breitensport zum Leistungssport

in der ganzen Schweiz angeschlossen. PLUSPORT sieht seine Aufgabe in der Förderung des Sports für Behinderte und in der Integration Behinderter durch den Sport.

Der Verband will den Sport für Menschen mit einer Körper-, Sinnes- oder geistigen Behinderung abdecken. Seine Angebote, vom Breiten- bis zum Leistungssport, sollen ausgewogen sein und alle Behinderungsarten miteinbeziehen.

Das Schwergewicht legt PLUSPORT auf den Breitensport. Selbst schwerbehinderte Menschen sollen die Möglichkeit erhalten, Sport zu treiben. PLUSPORT bekennt sich aber auch zum Leistungssport. SportlerInnen mit Ambitionen, sich im VVettkampf zu messen, sind in den sportspezifischen Vereinigungen erfasst und haben so die Gelegenheit, an nationalen und internationalen Meisterschaften teilzunehmen.

Breitensport

Im Bereich des Breitensports richten sich alle Angebote an körper-, sinnes- und geistig behinderte Menschen. Die rund 85 Sportgruppen der ganzen Schweiz ermöglichen ihren 8500 Mitgliedern regelmässig polysportive Trainingsmöglichkeiten, wobei Turnen, Gymnastik und Schwimmen im Vordergrund stehen. Auch Spiel, Spass und die Pflege sozialer Kontakte leisten einen bedeutenden Beitrag zur Integration Behinderter durch den Sport.

PLUSPORT stellt die administrative Betreuung der Sportgruppen sicher. Dabei steht die Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Sozialversicherungen BSV im Vordergrund. Er organisiert Zusammenkünfte und Konferenzen und führt Kurse durch.

Jährlich werden rund 30 zentrale Sportkurse im Winter für Ski alpin, nordisch und polysportiv organisiert und vorfinanziert. Die selbe Zahl von Angeboten im Sommer reichen von Schwimmen, Turnen, Wandern, Segeln und Reiten über Velo- und Tandemlager bis zu

Unterwegs beim Schneeschuhlaufen...

... im frischen Pulverschneee.

Sonntag, 8. Juli 2001

40. Magglingertage, ein prädestinierter Anlass zum Jubilieren

In Magglingen, am gesamtschweizerischen Behindertensporttagstand, stand von Beginn weg nebst dem Wettkampfsport auch das Spielerische und Gemeinsame im Vordergrund. Der Magglingertag ist kontinuierlich gewachsen. Nicht nur anhand der TeilnehmerInnenzahlen ist es auszumachen, dass sich das Sportfest entwickelt und sich bewegt. Auch das Angebot ist laufend mit viel Gespür erweitert worden: der Sporttag hat sich zum Sportfest gewandelt!

- Auch am 40. Sportfest auf den Anlagen der BASPO sind wieder Neuerungen und Änderungen auszumachen. Bauliche Massnahmen veranlassen uns, das Gelände am Ende der Welt anders zu nutzen. Nebst dem bewährten Sportangebot in den Bereichen Ausdauer, Kraft/Schnelligkeit, Koordination/ Bewegung
- dem bis anhin bekannten Gruppenwettbewerb
- dem Schwerstbehindertenparcours
- dem Spielfest mit der Pfadi Trotz Allem
- dem angegliederten Internationalen Tennisturnier für Menschen mit einer Körperbehinderung
- dem Nachwuchstag am Samstag
- wird neu Unihockey als Mannschaftssportart in Turnierform angeboten,
- Schiessen und Bogenschiessen als Demosportart vor Ort sein.

Neu wird auch der optische Eindruck vor Ort werden. Nebst dem bereits bekannten Blickfang des Verbandes PLUSPORT wird der neue Hauptsponsor CREDIT SUISSE, das Bild in Magglingen sicherlich anders erscheinen lassen. Wir sind überzeugt, dass der neu gewonnene Hauptsponsor für diesen Tag ebenfalls eine Bereicherung ist.

Zum 40. Sportfest ist eine Ausstellung über die vergangenen Magglinger Sporttage zu besichtigen und – wie es sich für ein Jubiläum gehört – rundet eine krönende Schlusszeremonie den, hoffentlich unter dem wohlwollenden Einfluss des Wettergottes stehenden Anlass, ab.

WICHTIG!
Die Anmeldeunterlagen für das Unihockeyturnier und für die Demosportarten Schliessen und Bogenschiessen werden mit den anderen Unterlagen an die verantwortlichen Personen geschickt, können ab Ende Februar auch unter www.plusport.ch Magglingen abgerufen werden. Die Regeln für das Unihockeyturnier sind unter der selben Internetadresse, jedoch bei Sport/Unihockey/Regeln zu finden, es kann also trainiert werden!

Auskünfte und Informationen sind zu erhalten unter matag@plusport.ch oder bei der Geschäftsstelle unter der Nummer 01/908 45 00.
Wir freuen uns über Ihr Interesse.

Brigitte Künzle
OK Magglingertag

Gebirgs- und Tenniskursen. Jährlich nehmen rund 1000 SportlerInnen an diesen Sportlagern teil.

Höhepunkt bildet der jeden Sommer stattfindende Schweizerische Behindertensporttag auf den Anlagen des Bundesamts für Sport BASPO in Magglingen. Rund 1500 behinderte SportlerInnen erbringen bei Sport und Spiel persönliche Bestleistungen.

Leistungssport für körper- und sinnesbehinderte SportlerInnen

Der Bereich des Leistungssports wird beim PLUSPORT Behindertensport Schweiz durch sieben eigenständig organisierte Sportfachvereinigungen abgedeckt: Leichtathletik, Schwimmen, Tennis, Unihockey, Torball, Sitzball, Radsport, Segeln, Ski alpin und nordisch.

Zusammen mit den Vereinigungen organisiert PLUSPORT Trainingslager und stellt zusammen mit dem Schweizerischen Olympischen Verband SOV und dem Bundesamt für Sozialversicherungen BSV deren Finanzierung sicher. Die Förderung des Nachwuchses ist eine wichtige Aufgabe von PLUSPORT. Er vertritt überdies den schweizerischen Behindertensport in internationalen Gremien.

Die LeistungssportlerInnen messen sich an nationalen und internationalen Meisterschaften. Höhepunkte sind jeweils die Paralympics, die Olympischen Spiele der körper- und sehbehinderten SportlerInnen.

PLUSPORT und die Schweizer Paraplegiker-Vereinigung SPV haben per 1. Januar 1994 die Stiftung Swiss Paralympic Comittee SPC gegründet. Diese Organisation ist für die Beschickung internationaler Wettkämpfe zuständig. Der PLUSPORT und die SPV stellen dem Swiss Paralympic Comittee SPC bedeutende finanzielle Mittel zur Verfügung.

Sportarten,

die bei PLUSPORT und den ihm angeschlossenen Sportgruppen und Vereinigungen angeboten werden

- Turnen, Gymnastik
- Schwimmen
- Skifahren (alpin und nordisch)
- Mannschafts-Sport (Sitzball/Torball/Unihockey)
- Leichtathletik
- Rückschlagspiele
- Bogenschiessen
- Radfahren
- Wandern
- Pferdesport
- Segeln

Behindertensportleiter und -leiterinnen

Es ist eine zentrale Aufgabe von PLUSPORT für Behindertensport Schweiz, dafür zu sorgen, dass Behindertensportleiterinnen und -leiter eine qualifizierte Aus-, Weiter- und Fortbildung erhalten. In den *Ausbildungskursen* wird das Grundlagenwissen für die Tätigkeit als SportleiterIn vermittelt. In *Weiter- und Fortbildungskursen* findet ein intensiver Erfahrungsaustausch im Sinn einer Erweiterung oder Vertiefung der Kenntnisse statt.

Geplant und realisiert werden jährlich rund 20 bis 30 Aus-, Weiter- oder Fortbildungskurse. Organisation und Administration ist dabei die eine Seite. Genauso wichtig ist die fachliche Unterstützung und Betreuung der KursleiterInnen. Neben der persönlichen Beratung durch Fachleute von PLUSPORT kann auf umfangreiches Dokumentationsmaterial zurückgegriffen werden (Lehrmittel, Filme, gesammelte Kursprogramme usw.).

Der Bereich Ausbildung versteht sich als Koordinationsstelle für Wissens- und Erfahrungsaustausch zwischen SportleiterInnen und Fachleuten aus dem Behindertenwesen und dem Sport.

Kontaktadresse:
Plusport
Behindertensport Schweiz
Chriesbaumstrasse 6
8604 Volketswil
Telefon 01-908 45 01, Fax 01-908 45 01
mailbox@plusport.ch
www.plusport.ch

40. Behindertensporttag Magglingen

Jetzt trainieren, jetzt anmelden, jetzt motivieren!

Wir nehmen es gleich vorweg: Der 40. Gesamtschweizerische Behindertensporttag vom 8. Juli in Magglingen wird ein Tag des Sportes, des Festes, der Begegnungen und ein Tag der vergangenen Behindertensporttage (Ausstellung). Als Geschenk an die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des 40. Behindertensporttages erhebt PLUSPORT wie schon im vergangenen Jahr, kein Meldegeld.

Das neu im Programm aufgenommene Unihockeyturnier erweitert das Sportangebot im Bereich des Teamsportes auf ideale Weise. Zu beachten gilt es, dass Personen die am Turnier gemeldet sind nicht am restlichen Sportprogramm mittun können, da ein spezieller Turnierplan mit festen Spielzeiten erstellt wird! Ob im Jahr 2002, in welchem der Magglingertag eine Aussenstation der EXPO 02 sein wird, noch weitere Mannschaftssportarten zum Zuge kommen, wird sich anhand der gesammelten Erfahrungen weisen. Anregungen diesbezüglich nimmt das OK gerne entgegen.

Freiwillige im Einsatz

Jetzt anmelden gilt auch für die HelferInnen wid Helfer, die für einen optimalen Ablauf an diesem Sportfest sehr wichtig sind. Hier gilt es zu beachten, dass wir versuchen zwei neue HelferInnen-Truppen auf die Beine zu stellen. Zum einen einen Markierungs-Beschriftungstrupp mit Einsatzzeit bereits ab Samstagmorgen, zum anderen einen Schlusstrupp welcher am Sonntag Markierungen abnimmt und mithilft die letzten Spuren dieses Anlasses auf dem Gelände zu beseitigen.

Neu benötigen wir auch HelferInnen für den Bereich Unihockey. Es müssen keine speziellen Kenntnisse vorhanden sein, UnihockeykennerInnen sind jedoch auch herzlich willkommen!

Jetzt trainieren, jetzt anmelden, jetzt motivieren zur Teilnahme am Sport- oder Helferpool!

Auskünfte und Informationen sind zu erhalten unter matag@plusport.ch oder bei der Geschäftsstelle unter der Nummer 01/908 45 00.
Wir freuen uns über Ihr Interesse.

Brigitte Künzle
OK Magglingertag

Es sind noch Plätze frei:

Mitenand – Füreinand
für Jugendliche mit und ohne Behinderung
14. bis 20. Oktober 2001 in Fiesch

Jugend und Sport für behinderte und nichtbehinderte Sportsfreunde. Ein Lager, in welchem Integration gross geschrieben wird. Sich kennenlernen, gemeinsam ein spannendes Sportprogramm erleben und zusammen die Freizeit gestalten. Jeden Morgen werden sportliche Aktivitäten angeboten wie: Ballspiele, Klettern, Schwimmen, Selbstverteidigung, Street-Ball, Streetdance, Tandemfahren, Tauchen, Tischtennis, Unihockey und anderes mehr. Sicher findet jeder die Sportart, die ihn interessiert und die er gerne ausüben möchte! Am Nachmittag stehen zahlreiche Wahlfächer (Werken, Basteln, Sport, Diskussionen usw.) auf dem Programm und am Abend trifft man sich in der Disco, beim Singen, Spielen, Plaudern oder zu einer Nachtwanderung. Die gemeinsame Woche bietet eine gute Chance, ungezwungen in Kontakt mit anderen Jugendlichen mit und ohne Behinderung zu kommen.

Voraussetzungen
- sportlich interessiert sein und teamfähig sein
- eine gewisse Selbständigkeit, das Lager ist nicht für eine 1:1-Betreuung eingerichtet
- sich in eine Gruppe integrieren können
- Jahrgang: mit Behinderung 1970 bis 1987
- Jahrgang: ohne Behinderung 1981 bis 1986

Unterkunft
Feriendorf Fiesch VS, 3984 Fiesch, Tel. 027/970 15 21

Kursadministration, Unterlagen
PLUSPORT, Zentrale Sportkurse, Chriesbaumstrasse 6, 8604 Volketswil
Tel. 01/908 45 30, zsk@plusport.ch

Dieser Kurs wird in Zusammenarbeit mit der Koordinationsstelle Sport/J+S, Kanton Zürich, durchgeführt.

Die Leistungen von PLUSPORT I

- Betreuung der Mitglieder und Vertretung deren Interessen
- Aus-, Fort- und Weiterbildung der BehindertensportleiterInnen (zirka 30 Kurse pro Jahr)
- Organisation von rund 70 ein- bis zweiwöchigen Sportkursen pro Jahr

Schneesport – auch mit körperlicher Behinderung

rr. In PLUSPORT News vom Januar 2001 befasst sich *Reinhard Linder* mit dem Schneesport für Menschen mit körperlicher Behinderung. Er stellt dabei einleitend fest, dass Sport für behinderte Menschen den gleichen Stellenwert hat wie für Nichtbehinderte. Gerade im Winter bieten sich eine Vielzahl von Möglichkeiten zur aktiven Bewegung. Die Schweiz weist dazu optimale Voraussetzungen auf. Linder schreibt dazu: «Der Schneesport erlaubt eine attraktive Form körperlicher Bewegung, die freudbetonte, spielerische und leistungsorientierte Eigenschaften aufweist und Möglichkeiten einer verantwortungsbewussten Auseinandersetzung mit sich selbst, mit anderen und mit der Natur bietet. Ob behindert oder nicht behindert, fast alle können an dieser Erlebniswelt teilnehmen.»

Gerade Schneesportarten verlangen ein gewisses Mass an koordinativen Fähigkeiten und stellen auch Anforderungen an die Wahrnehmung. Bei Ski alpin, Snowboard, Langlauf usw. sind Beweglichkeit, Kraft, Ausdauer und Schnelligkeit weitere Voraussetzungen und bilden zusammen mit der Freude und Motivation wichtige Grundlagen zum Erlernen einer funktionellen Technik. Trainieren und aufbauen: ob behindert oder nicht behindert, die Trainingsgrundlagen bleiben sich grundsätzlich die gleichen. Doch die Trainingsausführung hat sich nach der Art der Behinderung zu richten.

- Körperliche Behinderungen am Bewegungsapparat können durch den gezielten Einsatz von Hilfsgeräten teilweise oder nahezu vollständig kompensiert werden.
- Neurologische Behinderungen mit einer komplexen, funktionellen Beeinträchtigung der Bewegungskoordination und -steuerung, der Wahrnehmung, des Gleichgewichts und des Lagesinns, können nur teilweise durch Hilfsmittel kompensiert werden. Linder betont, dass Bewegungsstrukturen und Wahrnehmungsfähigkeit in diesem Fall vor allem durch das aktive Training gefördert werden.
- Behinderung der Sinnesorgane beeinträchtigen nicht primär die Funktion des Bewegungsapparates. So haben Hilfsgeräte im Schnee bei Seh- oder Hörbehinderten eine untergeordnete Stellung oder dienen der verbesserten Kommunikations- und/oder Orientierungsfähigkeit.

Linder führt aus, dass Schneesportarten und natürlich auch andere Sportarten mit koordinativen und konditionellen Ansprüchen eine ausgezeichnete Möglichkeit bieten, auf spielerische Art die bewegungs- und wahrnehmungsbezogenen Fähigkeiten zu steigern. Dies hat, wie die Erfahrung zeigt, durchwegs positive Auswirkungen auf die Aktivitäten im täglichen Leben, die Gesundheit und nicht zuletzt auch auf das soziale Umfeld dank besserer Integration in die Gemeinschaft. Sportliche Betätigung trägt zur Verbesserung der Selbständigkeit und der Lebensqualität bei.

Reinhard Linder ist einer der Trainingsleiter bei PLUSPORT. Das Plusport-Angebot umfasst rund 70 Sommer- und Wintersportkurse für alle körper-, sinnes- und geistig behinderten Kinder und Erwachsenen. Die Kursangebote werden in verschiedenen Leistungsstufen (Anfänger bis Fortgeschrittene) organisiert und durchgeführt.

Anmeldungen und Unterlagen sind erhältlich bei:
Plusport, Behindertensport Schweiz,
Postfach, 8603 Schwerzenbach,
mailbox@plussport.ch
Tel. 01-908 45 30 Fax 01-908 45 01 ■