



SPECIAL OLYMPICS 2014:

„GEMEINSAM STARK“

Special Olympics Düsseldorf 2014 setzen Impulse für Inklusion. Mit Unterstützung von zahlreichen Physiotherapeuten nahmen über 800 Teilnehmer am physiotherapeutischen Programm „Bewegung mit Spass“ im Rahmen des Gesundheitsprogramms Healthy Athletes® teil.

„Lasst mich gewinnen! Doch wenn ich nicht gewinnen kann, lasst mich mutig mein Bestes geben.“ So lautet der Eid der Special Olympics, der weltweit größten Sportbewegung für Menschen mit geistiger und mehrfacher Behinderung. Vom 19. bis 23. Mai 2014 fanden in Düsseldorf die Nationalen Spiele für Menschen

mit geistiger Behinderung von Special Olympics Deutschland statt. Mehr als 4.800 Athletinnen und Athleten, unter ihnen auch 262 Unified Partner ohne Behinderung, gaben unter dem Motto „Gemeinsam stark“ in 18 Sportarten und dem wettbewerbsfreien Programm ihr Bestes und begeisterten Besucher,



Links: Eine der anstrengendsten Stationen des Gesundheitsprogramms ist der Ausdauerstest. Roland Ultsch von den Westmittelfränkischen Lebenshilfe Werkstätten hat mit Physiotherapeutin Julia Königsbrügge von der Physiotherapie-Schule des Universitätsklinikums Düsseldorf aber dabei auch viel Spaß. (Foto: SOD/Tom Gonsior)



Gäste und die Öffentlichkeit mit ihrem Können und ihrer Lebensfreude.

Zusammen mit ausländischen Gästen und Delegationen, den Coaches und Betreuern, Helferinnen und Helfern sowie Familienangehörigen der Aktiven waren insgesamt fast 14.000 Teilnehmer in der Region dabei und setzten gemeinsam mit der Ausrichterstadt in besonderer Weise ein Zeichen für die Inklusion und das Miteinander von Menschen mit und ohne Behinderung. Gernot Mittler, Präsident von Special Olympics Deutschland (SOD) resümierte, dass das Motto

„Gemeinsam stark“ in allen Facetten der Veranstaltung umgesetzt wurde und die Chancen mit den Nationalen Spielen Impulse für Inklusion zu geben, genutzt wurden.

Healthy Athletes® wurde mit der traditionellen Bandschnitzerzeremonie durch die parlamentarische Staatssekretärin im BMG, Ingrid Fischbach, mit einem anschließenden Rundgang eröffnet. Auf mehr als 1.200m² wurden im Gesundheitszelt Untersuchungen und Beratungen in sechs Gesundheitsdisziplinen angeboten, u.a. in den Bereichen Hör-

und Sehprüfungen, Zahngesundheit, Podologie, gesunde Lebensweise und körperliche Fitness.

Im Mittelpunkt standen auch Angebote des Projektes „Selbstbestimmt gesünder II“, durch das auf Beschluss des Deutschen Bundestages seit 2013 spezielle Gesundheitskompetenzen für Menschen mit geistiger und Mehrfachbehinderung gefördert werden. Viele Gäste waren vor Ort: Die Schirmherrin Daniela Schadt besuchte nicht nur die Wettbewerbe, sondern lernte auch die Angebote des Gesundheitsprogramms kennen.



Viele Athleten nahmen am Programm den mit Physiotherapeuten der Physiotherapie-Schule des Universitätsklinikums Düsseldorf teil. (Foto: SOD/Tom Gonsior)

Nahezu die Hälfte aller Athleten hat an einem oder mehreren Bereichen des Gesundheitsprogramms teilgenommen. Insgesamt wurden in 3 1/2 Tagen mehr als 4.000 Untersuchungen und Beratungen durchgeführt. Das Durchschnittsalter der Teilnehmer betrug 29 Jahre, 65 Prozent von ihnen waren männlich. Erstmals wurden während der Nationalen Spiele in Deutschland zusätzlich an weiteren Wettbewerbsorten Gesundheitsprogramme angeboten, um dort veranstaltungsnah den Athleten die Teilnahme zu ermöglichen.

Das Programm Bewegung mit Spass (FUNfitness) fand in Olympic Town im Gesundheitszelt statt. Die Untersuchungen wurden von mehr als 80 Helfern unterstützt und durchgeführt. Darüber hinaus waren zahlreiche Schüler aus der Düsseldorfer Schule für Physiotherapie des Universitätsklinikums Düsseldorf engagiert dabei.

Mit dem Gesundheitsprogramm Healthy Athletes® werden allen Athleten eine

kostenlose Beratung und umfassende Kontrolluntersuchungen zu einer gesunden Lebensweise, Prävention und Gesundheitsförderung ermöglicht. Die Teilnehmenden werden freiwillig zu individuellen Möglichkeiten einer eigenen Gesundheitserhaltung aufgeklärt.

Bewegung mit Spass ist der Bereich zur Förderung der körperlichen Fitness und Teil des Gesundheitsprogramms. Ziel ist es, die Athleten zu verschiedenen Bereichen der körperlichen Gesundheit beraten zu können und mit ihnen zusammen zu entwickeln, wie sie ihr individuelles Training verbessern können. Dies soll vor allem die körperliche Kraft und Ausdauer fördern sowie die Beweglichkeit und das Gleichgewicht.

Das Programm FUNfitness – wie überhaupt das ganze Healthy Athletes® Programm – leistet einen enorm wichtigen Beitrag zur Verbesserung der Gesundheit von Menschen mit geistiger Behinderung. „Wir schaffen mit unserem Programm ein neues Bewusstsein. Wenn

sich die Athleten um ihre Gesundheit kümmern, trauen sich dann auch andere.“ „In der Betreuung von Menschen mit geistiger Behinderung ist eine andere Sprache und eine andere Betreuung notwendig. Unser Programm bietet diese.“ Gabriele Kapella, Clinical Director FUNfitness.

Wie kann das individuelle Training der Athleten optimiert werden? Welche Übungen helfen? Für Bewegungsberatung und Prävention sind Physiotherapeuten die Fachleute. Als Bewegungsexperten ermuntern und fördern sie die Athleten, ihre körperliche Fitness zu stärken.

Die Ergebnisse der Screenings von den nationalen Spielen in Düsseldorf liegen bereits vor: Von 784 Athleten, die bei FUNfitness untersucht wurden, hatten:

- 63 (8 %) keine regelmäßigen körperlichen Aktivitäten
- 634 (81%) erhielten physiotherapeutische Weiterbehandlungsempfehlungen wegen:



Auch Melanie Kark von den Bottroper Werkstätten testet ihre Beweglichkeit. (Foto: SOD/Tom Gonsior)

- Defiziten der Beweglichkeit 513 (65%)
 - zur Verbesserung der Muskelkraft 332 (42%)
 - zur Verbesserung des Gleichgewichts 390 (50%)
 - zur Verbesserung der Ausdauer 38 (5%)
- 15 (2%) erhielten Weiterbehandlungsempfehlungen beim Hausarzt.

Die Empfehlungen für Weiterbehandlungen ergeben sich aus den Untersuchungen.

Für die Durchführung der Screenings wird weltweit der FUNfitness Assessment-Bogen eingesetzt. Beim Erhebungsinstrument handelt es sich um ein international standardisierter Fragebogen und ein standardisiertes Testverfahren zur Erfassung der Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit sowie des Gleichgewichts der Athleten und Athletinnen mit geistiger Behinderung. Die ausgefüllten Bögen werden in den USA statistisch ausgewertet. Die Ergebnisse fließen an-

onymisiert in die Datenbank von Special Olympics und leisten somit einen weltweiten Beitrag zur Verbesserung der Datenlage zur Gesundheit von Menschen mit geistiger Behinderung.

Eine Kooperationsvereinbarung zwischen dem Deutschen Verband für Physiotherapie (ZVK) e.V. und Special Olympics Deutschland wurde geschlossen. Damit tragen sie der Umsetzung der UN-Behindertenrechtskonvention Rechnung, in der das Recht von Menschen mit Behinderung auf das erreichbare Höchstmaß an Gesundheit anerkannt wird. Das Angebot physiotherapeutischer Untersuchung und Beratungen für Menschen mit geistiger Behinderung sollen verbessert werden. Durch die Einbindung von Schülern und Studierender der Physiotherapie beim Gesundheitsprogramm von Special Olympics kann Praxiserfahrung gesammelt werden und damit der Zugang zur physiotherapeutischen Betreuung für alle Menschen mit geistiger Behinderung in Deutschland verbessert werden. Zukünftig werden

die neuen Kooperationspartner sich bei Veranstaltungen nach Abstimmung informell, kommunikativ und personell unterstützen.

Bereits im März 2015 finden die Nationalen Winterspiele von SOD erneut in Bayern - in Inzell - statt. Auch FUNfitness wird wieder dabei sein!

Wer sich bei Special Olympics für FUNfitness als Helfer oder regionaler Koordinator engagieren will, der wendet sich direkt an die Clinical Directors Gabriele Kapella (Email: gabriele.kapella@specialolympics.de) und Holger Weitz (Email: holger.weitz@specialolympics.de).

Autoren:

Ines Olmos

ines.olmos@specialolympics.de

Holger Weitz

holger.weitz@specialolympics.de