



SPECIAL OLYMPICS  
**WORLD GAMES**  
BERLIN 2023

#ZusammenUnschlagbar  
#UnbeatableTogether



## Informationen für Volunteers bei Healthy Athletes®

### Das Gesundheitsprogramm Healthy Athletes®

Das Gesundheitsförder- und Präventionsprogramm Healthy Athletes® von Special Olympics (SO) bietet Athlet\*innen während regionaler, nationaler und internationaler SO Sportwettbewerbe kostenlose zielgruppenspezifische Beratungen und Kontrolluntersuchungen an. Die Beratungen und Untersuchungen umfassen sieben verschiedene medizinische Fachbereiche, die als Gesundheitsdisziplinen bezeichnet werden.

Mit seinen Angeboten zielt Healthy Athletes® nicht nur auf die Verbesserung der sportlichen Leistungsfähigkeit der Teilnehmenden ab. Es hilft den Athlet\*innen auch ihren gesundheitlichen Zustand selbstständig einschätzen und mitteilen zu können sowie gesundheitliche Risiken besser zu erkennen. Damit kann das Gesundheitsbewusstsein von Menschen mit geistiger Behinderung gesteigert und der barrierefreie Zugang zur Gesundheitsversorgung verbessert werden.

### Die Gesundheitsdisziplinen von Healthy Athletes®

1. Fit Feet – das Podologieprogramm
2. FUNFitness – das Physiotherapieprogramm
3. Health Promotion – das Programm zur Gesundheits- und Ernährungsberatung
4. Healthy Hearing – das Programm zum Hören
5. Special Olympics Lions Clubs International Opening Eyes – das Augenprogramm
6. Special Smiles – das Zahn- und Mundgesundheitsprogramm
7. Strong Minds – das Programm zum psychischen Wohlbefinden



Weitere Informationen zu Healthy Athletes® gibt es auf der Internetseite von Special Olympics Deutschland: [Healthy Athletes® - Gesunde Athleten \(specialolympics.de\)](https://www.specialolympics.de)

WWW.BERLIN2023.ORG



SPECIAL OLYMPICS  
**WORLD GAMES**  
BERLIN 2023

#ZusammenUnschlagbar  
#UnbeatableTogether



## Special Olympics World Games Berlin 2023 (SOWG B23)

Die Special Olympics World Games sind die weltweit größte inklusive Sportveranstaltung. Vom 17. bis 25. Juni 2023 finden diese in Berlin und somit erstmals in Deutschland statt. Es wird ein internationales, buntes Fest des Sports für mehr Anerkennung und gesellschaftliche Teilhabe von Menschen mit geistiger Behinderung. Weitere Informationen zu den Special Olympics World Games Berlin 2023 gibt es auf der offiziellen Website: [Special Olympics World Games Berlin 2023 / 17. bis 25. Juni](https://www.sowgberlin2023.org)

### Volunteer bei Healthy Athletes®

Für die Durchführung des Healthy Athletes® Programms sind das Fachwissen und die Unterstützung engagierter (Fach-)Helfer\*innen gefragt. Wir suchen dafür Personen mit und ohne medizinischen Fachhintergrund, sowie Studierende und Auszubildende. Ihr Aufgabenbereich ist die Durchführung und Unterstützung von Untersuchungs- und Beratungsangeboten in den sieben Healthy Athletes® Disziplinen. Bei allen Angeboten wird die Leichte Sprache in der Kommunikation angewandt und zielgruppenspezifische Materialien eingesetzt. Im Rahmen der Veranstaltung erfolgt eine fachliche Einweisung und Begleitung der Angebote durch das langjährig erfahrene Team von Special Olympics.

### Bewerbung als Volunteer:

Unter folgendem Link kannst Du Dich für die SOWG B23 bewerben:

[Invite > Special Olympics World Games Berlin 2023 \(rosterfy.eu\)](https://rosterfy.eu)

Bitte gib in Deiner Bewerbung an, dass Du im Bereich Healthy Athletes® eingesetzt werden möchtest.

WWW.BERLIN2023.ORG



### Hast Du Fragen?

Dann schreib uns eine E-Mail an: [healthyathletes@berlin2023.org](mailto:healthyathletes@berlin2023.org)

Kontakt:

**Larissa Breinlinger**

E-Mail: [larissa.breinlinger@berlin2023.org](mailto:larissa.breinlinger@berlin2023.org) / Telefon: +49 1579 2452227



## SPECIAL OLYMPICS WORLD GAMES BERLIN 2023

#ZusammenUnschlagbar  
#UnbeatableTogether



## Die Gesundheitsdisziplinen im Detail

### Fit Feet – das Podologieprogramm



#### Beschreibung:

Im Mittelpunkt des medizinischen Bereiches Fit Feet steht die Förderung der Fußgesundheit. Hierbei werden die Athlet\*innen aufgeklärt, wie Fußbeschwerden und Hauterkrankungen vorgebeugt werden können. Bei Fuß- und Hautproblemen, die nicht vor Ort behandelt werden können wird eine interdisziplinäre Behandlungsempfehlung ausgesprochen. Dafür werden die Füße der Teilnehmenden in Bezug auf Fußfehlstellungen und den damit verbundenen Fehlbelastungen, auf Hautveränderungen und die Fußbekleidung beurteilt.

#### Ausgewählte Ergebnisse:

Untersuchungen in Deutschland 2009 - 2020 (N=5.286)

**77%** wiesen an den Füßen Nagel- und Hautveränderungen auf.

Special Olympics Nationale Spiele Berlin 2022 (N=485)

**62%** trugen Schuhe in falscher Schuhgröße.

**79%** wiesen Ganganomalien auf.

#### Volunteer bei Fit Feet:

##### Medizinischer Hintergrund:

- Podolog\*innen
- Orthopädieschuhmacher\*innen
- Ergotherapeut\*innen
- Studierende und Auszubildende der genannten Fachberufe

##### Aufgabenbeschreibung:

- Beurteilung der Fußbekleidung (Schuhwerk und Textilien)
- Biomechanische Untersuchung des Fußes/ Ganganalyse
- Überprüfung der Gelenkbeweglichkeit
- Hautuntersuchungen



## SPECIAL OLYMPICS WORLD GAMES BERLIN 2023

#ZusammenUnschlagbar  
#UnbeatableTogether



### FUNFitness – das Physiotherapieprogramm



#### Beschreibung:

Im Mittelpunkt des medizinischen Bereiches FUNfitness steht die körperliche Fitness. Ziel ist es, die Athlet\*innen 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.

#### Ausgewählte Ergebnisse:

Untersuchungen in Deutschland 2009 - 2020 (N=8.481)

**45%** bekamen eine Empfehlung zur Physiotherapie.

Special Olympics Nationale Spiele Berlin 2022 (N=445)

**20%** wiesen Gleichgewichtsprobleme / Balance auf.

**46 %** wiesen Probleme in der Beweglichkeit / Flexibilität auf.

#### Volunteer bei FUNfitness:

##### Medizinischer Hintergrund:

- Physiotherapeut\*innen
- Ergotherapeut\*innen
- Studierende und Auszubildende der genannten Fachberufe

##### Aufgabenbeschreibung:

- Befragung zu aktuellen Gesundheitsproblemen und Trainingsgewohnheiten
- Messung der Gelenkbeweglichkeit und Dehnbarkeit der Muskulatur
- Untersuchung der funktionellen Kraft in verschiedenen Muskelgruppen
- Testung des vestibulären Systems im Seitenvergleich
- Überprüfung der kardiopulmonalen Leistung durch einen Ausdauerstest
- Beratung zu Verbesserungsmöglichkeiten inklusive ausprobieren der individuellen Übungen



SPECIAL OLYMPICS  
**WORLD GAMES**  
BERLIN 2023

#ZusammenUnschlagbar  
#UnbeatableTogether



## Health Promotion – das Programm zur Gesundheits- und Ernährungsberatung



### Beschreibung:

Im Mittelpunkt des medizinischen Bereiches Health Promotion steht die gesunde Lebensweise. Ziel ist es, Aufklärung und Beratung zu gesunder Ernährung, den Gefahren des Rauchens und zum Sonnenschutz. Des Weiteren werden Blutdruck- und Gewichtskontrollen angeboten und das richtige Händewaschen geübt. Es soll das Bewusstsein für einen gesunden Lebensstil geschaffen werden, um diesen dann selbstständig und verantwortungsbewusst in den Alltag integrieren zu können.

### Ausgewählte Ergebnisse:

Untersuchungen in Deutschland 2009 - 2020 (N=9.874)

**64%** wiesen ein Übergewicht auf.

Special Olympics Nationale Spiele Berlin 2022 (N=348)

**36%** hatten Normalgewicht, **32 %** waren übergewichtig bzw. **28%** adipös.

### Volunteer bei Health Promotion:

#### Medizinischer Hintergrund:

- Ärzt\*innen
- Medizinisches Pflegepersonal
- Diätassistent\*innen
- Ökotropholog\*innen
- Studierende und Auszubildende der genannten Fachberufe

#### Aufgabenbeschreibung:

- Aufklärung über adipositasbedingte Risiken (Begleiterkrankungen)
- Ermittlung des BMI und Ernährungsberatung
- Blutdruckmessung und Beurteilung der Werte
- Aufklärung zu Risiken des Rauchens und der Folgeerkrankungen
- Aufklärung zu möglichen Schäden durch Sonneneinwirkung und Beratung zum Sonnenschutz
- Messung und Beratung zur Knochendichte
- Hygieneberatung und Prävention von Krankheiten durch Keimreduzierung



## SPECIAL OLYMPICS WORLD GAMES BERLIN 2023

#ZusammenUnschlagbar  
#UnbeatableTogether



### Healthy Hearing – das Programm zum Hören



#### Beschreibung:

Im Mittelpunkt des medizinischen Bereiches Healthy Hearing steht die Verbesserung des Hörvermögens. Denn: ein gutes Hörvermögen ist eine Grundvoraussetzung für eine adäquate Kommunikation und soziale Integration. Hörstörungen werden bei Menschen mit geistiger Behinderung oft nicht erkannt und bleiben in der Folge unbehandelt. Die ohnehin eingeschränkte Kommunikationsfähigkeit dieser Personengruppe kann sich somit negativ auf die Lebensqualität auswirken.

#### Ausgewählte Ergebnisse:

Untersuchungen in Deutschland 2009 - 2020 (N=5.076)

**19%** wiesen Hörminderungen auf.

Special Olympics Nationale Spiele Berlin 2022 (N=417)

**60%** hatten durch Cerumen verlegte Gehörgang.

**23%** wiesen eine mögliche Hörminderung auf.

#### Volunteer bei Healthy Hearing:

##### Medizinischer Hintergrund:

- HNO-Ärzt\*innen
- Hörgeräteakustiker\*innen
- Logopäd\*innen
- Studierende und Auszubildende der genannten Fachberufe

##### Aufgabenbeschreibung:

- Hörscreenings
  1. Otoskopie und Ohrmikroskopie
  2. Messung otoakustischer Emission zur Testung der Funktionstüchtigkeit des Innenohres
  3. Messung der Tympanometrie zur Testung der Funktionstüchtigkeit des Mittelohres
  4. Reintonaudiometrie (RTA) – Screening
- Zielgruppenspezifische Beratung und Weiterbehandlungsempfehlung bei Hörgerätebedarf
- Anpassung von Hörgeräte
- Entfernung von Zerumen
- Medizinische Empfehlung und Aufklärung über Auffälligkeiten



SPECIAL OLYMPICS  
**WORLD GAMES**  
BERLIN 2023

#ZusammenUnschlagbar  
#UnbeatableTogether



## Special Olympics Lions Clubs International Opening Eyes – das Augenprogramm



### Beschreibung:

Im Mittelpunkt des medizinischen Bereiches Opening Eyes® steht die Sehkraft. Das Programm Opening Eyes® hat zum Ziel, qualifizierte Augenprüfungen durchzuführen und anschließend, wenn diese nicht bestanden werden, eine kostenlose Brille, Schutzbrille oder Sonnenbrille anzufertigen. Hierdurch können Menschen mit einer geistigen Behinderung ihre Umwelt besser wahrnehmen, verstehen und ihren sportlichen Aktivitäten entsprechend unbeschwert nachgehen.

### Ausgewählte Ergebnisse:

Untersuchungen in Deutschland 2009 - 2020 (N=5.936)

**48%** benötigten und erhielten eine kostenlose Brille.

Special Olympics Nationale Spiele Berlin 2022 (N=514)

**10%** gaben an, noch nie eine Augenuntersuchung gehabt zu haben.

**18%** wiesen Sehbehinderungen auf.

**43%** Teilnehmende erhalten kostenlos neue Korrektionsbrillen.

### Volunteer bei Opening Eyes:

#### Medizinischer Hintergrund:

- Augenärzt\*innen
- Optometrist\*innen
- Studierende und Auszubildende der genannten Fachberufe

#### Aufgabenbeschreibung:

- Anamnese
- Visus und Cover-Test in Ferne und Nähe, Stereosehen, Farbsehen
- Pupillentest, objektive Refraktion (Autorefraktometer)
- Augeninnendruckmessung
- Inspektion des äußeren (Spaltlampe) und des inneren Auges (Ophthalmoskopie)
- Optional objektive (Skioskopie) und subjektive Refraktion
- Verordnung von Sehhilfen



SPECIAL OLYMPICS  
**WORLD GAMES**  
BERLIN 2023

#ZusammenUnschlagbar  
#UnbeatableTogether



## Special Smiles – das Zahn- und Mundgesundheitsprogramm



### Beschreibung:

Im Mittelpunkt des medizinischen Bereiches Special Smiles steht die Zahn- und Mundgesundheit. Special Smiles® bietet allen Athlet\*innen neben Informationen zu erforderlichen zahnärztlichen Behandlungen an, sie bei der Verbesserung ihrer Mundgesundheit zu unterstützen, sowie die richtige Zahnpflege zu lernen und zu üben. Des Weiteren werden nicht invasive zahnärztliche Untersuchungen durchgeführt und bei Bedarf eine Weiterbehandlungsempfehlung ausgesprochen.

### Ausgewählte Ergebnisse:

Untersuchungen in Deutschland 2009 - 2020 (N=10.700)

**34%** benötigten eine zahnärztliche Behandlung.

Special Olympics Nationale Spiele Berlin 2022 (N=485)

**6%** gaben Schmerzen im Mund an.

**85%** haben einen Hauszahnarzt.

### Volunteer bei Special Smiles:

#### Medizinischer Hintergrund:

- Zahnärzt\*innen
- Prophylaxeassistent\*innen
- Dentalhygieniker\*innen
- Zahnmedizinische Fachangestellte
- Studierende und Auszubildende der genannten Fachberufe

#### Aufgabenbeschreibung:

- Zahn- und Mundhygieneübungen, sowie Beratungen
- Nicht invasive zahnmedizinische Untersuchungen
- Beratungen zu einer zahngesunden Ernährung



SPECIAL OLYMPICS  
**WORLD GAMES**  
BERLIN 2023

#ZusammenUnschlagbar  
#UnbeatableTogether



## Strong Minds – das Programm zum psychischen Wohlbefinden



### Beschreibung:

Im Mittelpunkt des Gesundheitsprogramms Strong Minds steht die mentale Stärkung und das psychische Wohlbefinden. Ziel ist es, Kompetenzen sowie Widerstandsfähigkeit zur Bewältigung von Alltags- und psychische Belastungen zu stärken. Athlet: innen lernen Belastungssituationen wahrzunehmen und ihnen entgegenzuwirken. Sie üben Techniken zur Bewältigung von unangenehmen oder belastenden Situationen. Somit erlernen sie, wie sie ihr Handeln und Denken positiv beeinflussen sowie ihre Motivation und Selbstwirksamkeit verbessern können.

### Ausgewählte Ergebnisse:

Special Olympics Nationale Spiele Berlin 2022 (N=282)  
**39%** gaben an, bislang keine Coping Strategien zu nutzen.

### Volunteer bei Strong Minds:

#### Medizinischer Hintergrund:

- Psychiater\*innen
- Psychotherapeut\*innen
- (Gesundheits-)Psycholog\*innen
- Sozial-/ Geistigbehindertenpädagog\*innen
- Ergotherapeut\*innen
- Studierende und Auszubildende der genannten Fachberufe

#### Ebenfalls unterstützen können Personen mit:

- Empathische Persönlichkeit und erste Mental Health Coaching/ Trainings-Erfahrungen
- Interesse und Erfahrung mit positiver Gesprächsführung

#### Aufgabenbeschreibung:

- Begleitung der Athlet\*innen durch die einzelnen Stationen
- Aufklärung und Aufzeigen der Auswirkungen von Belastung/ Stress auf den Körper
- Aufklärung und Beratung zu Bewältigungsstrategien und Stärkung der Widerstandsfähigkeit, sowie das Einüben von Techniken
- Gemeinsames Ausarbeiten eines individuellen Plans zur Stressbewältigung