

## **„Bewegt GESUND bleiben in NRW!“ im Jahr 2019**

Seit dem 01.05.2019 ist Andrea Printzen in der Nachfolge von Beate Wassenberg-Schüren für die Programme „Bewegt GESUND bleiben in NRW!“ und „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ zuständig. Folgende Fördermaßnahmen wurden in 2019 im Kreis Heinsberg umgesetzt:

### **Förderpaket 4: Lebenswelt(-ort)**

#### **Angebotseinführung**

#### **Bewegungskurs für die Mitarbeiter der Stadtverwaltung Geilenkirchen (1. Halbjahr)**

„Body & Soul – Pilates, Yoga, QiGong für einen starken Rücken“ – so lautete der Titel des 12-wöchiges Bewegungsangebotes für die Mitarbeiter/innen der Stadtverwaltung Geilenkirchen, angeboten vom Kreissportbund Heinsberg e.V. in Kooperation mit dem ATV Geilenkirchen und einer weiteren freien Übungsleiterin.

Innerhalb dieses Angebotes konnten die Mitarbeiter verschiedene Bewegungs-, Kräftigungs- und Entspannungselemente für den (Büro-)Alltag kennenlernen. Der Kurs richtete sich an alle Mitarbeiter/innen der Stadtverwaltung Geilenkirchen, die ihren Rücken stärken und ihre Beweglichkeit und Vitalität verbessern wollten. In der Zeit vom 12.03.2019 bis 28.05.2019 fand das Angebot immer dienstags von 15:30 Uhr bis 16:30 Uhr in einem Sitzungszimmer des Rathauses statt.

Die ersten neun Kursterminen beinhalteten eine Kombination aus Pilates, Yoga und Entspannungstechniken. In den verbleibenden drei Kursterminen wurde Qi Gong angeboten.

#### **Angebotseinführung**

#### **Bewegungskurs für die Mitarbeiter der Stadtverwaltung Geilenkirchen (2. Halbjahr)**

Da das Bewegungsangebot aus dem ersten Halbjahr so großen Anklang bei den Mitarbeitern der Stadtverwaltung Geilenkirchen fand und nahezu alle Teilnehmer/innen den Wunsch nach einer Verlängerung des Angebotes geäußert haben, wurden im zweiten Halbjahr weiterführende Bewegungsangebote platziert.

Der Kurs „Sitzen war gestern – Aktiver Ausgleich zum Büroalltag“ stellte die Weiterführung des Angebotes aus dem ersten Halbjahr dar, und beinhaltete die Vorstellung weiterer Trainingsformate, wie Zumba, Tabata und Intervalltraining. Vom 17.09.2019 bis zum 03.12.2019 fand der Kurs über einen Zeitraum von 12 Wochen immer dienstags um 16 Uhr in einem Sitzungszimmer des Rathauses statt.

Ein grundlegend neues Angebot für die Mitarbeiter wurde mit „Der Weg ist das Ziel – Fit für den Firmenlauf“ gemacht. Hierbei handelte es sich um ein Lauftraining für Anfänger. Das Programm startete mit einem Lauftraining von 9x2 Minuten mit einer Gehpause dazwischen und war so ausgelegt, dass ungeübte Teilnehmer nach 10 Stunden 30 min am Stück laufen konnten. Über 10 Wochen traf sich die Gruppe vom 02.09.2019 bis zum 04.11.2019 immer montags um 16:30 Uhr am Parkplatz bei Burg Trips. Alle Teilnehmer, die das Angebot bis zum Schluss besuchten haben den 30-minütigen Dauerlauf erfolgreich gemeistert.

Die Stadtverwaltung Geilenkirchen ist auch in 2020 weiterhin selbstständig sehr engagiert in dieser Sache. So wurde für 2020 ein Budget für Bewegungsangebote zur Verfügung gestellt, sodass solche Angebote auch ohne die Fördergelder des Landessportbundes weiter durchgeführt werden können. Bereits am 07.01.2020 ist ein neuer 12-wöchiger Kurs gestartet.

## **Sport im Park**

In 2019 konnte das Sport im Park Projekt auf eine weitere Stadt im Kreisgebiet ausgeweitet werden und wurde somit an den vier Standorte Heinsberg, Erkelenz, Geilenkirchen und Wegberg erfolgreich umgesetzt.

Sport im Park zeichnet sich dadurch aus, dass Vereine im Aktionszeitraum von Mai bis September niedrigschwellige Bewegungsangebote an der frischen Luft machen, die von den Bürgerinnen und Bürgern kostenfrei und unverbindlich besucht werden können. Die Idee dahinter ist, dass Vereine sichtbar werden, Menschen zum Sporttreiben an der frischen Luft animiert werden und ein Bewusstsein für Gesundheit und Bewegung geschaffen wird. Vereine können sich auf diese Weise präsentieren und so neue Interessenten und Mitglieder gewinnen.

Im Vergleich zum letzten Jahr konnte das „Sport im Park“ Angebot erfolgreich ausgebaut werden. Während es im letzten Jahr insgesamt 16 Angebote im Kreis Heinsberg gab (Geilenkirchen 7, Heinsberg 5, Erkelenz 4) konnte diese Zahl in 2019 auf insgesamt 31 Angebote ausgeweitet werden. Spitzenreiter in Bezug auf die Zahl der Angebote war auch in diesem Jahr wieder Geilenkirchen mit 12 Angeboten, gefolgt von Erkelenz mit 10 Angeboten, Heinsberg weiterhin mit 5 Angeboten und neu dazu gewonnen wurde in diesem Jahr die Stadt Wegberg, die mit 4 Angeboten an den Start ging.

Durch die insgesamt 213 Kurstermine, die im Kreis Heinsberg angeboten wurden, konnten 1.960 Menschen in Bewegung gebracht werden. Teilgenommen haben die folgenden Vereine: (In Erkelenz) TV Erkelenz, SFC Erkelenz, EVV, TTC Hetzerath, Gesundheit Plus Erkelenz, (In Heinsberg) TV Eintracht, (In Geilenkirchen) ATV Geilenkirchen, TSV Geilenkirchen, FC Germania Bauchem, (In Wegberg) VSV Grenzland, Wushu Akademie.

Für die nächsten Jahre ist geplant weitere Städte und Kommunen im Kreis zu gewinnen, um das Projekt noch flächendeckender und damit auch wohnortnaher anzubieten.

„Sport im Park“ ist ein vom Landessportbund initiiertes Projekt und wurde in 2019 mithilfe von Fördergeldern des Landessportbund NRW, Sponsorengeldern der Volksbank Heinsberg, der Volksbank Erkelenz, der Energie- und Wasserversorgung GmbH und mithilfe des Gesundheitspartners AOK Rheinland/Hamburg sowie des Kooperationspartners VHS Kreis Heinsberg, durchgeführt. Ohne diese Unterstützung wäre „Sport im Park“ nicht realisierbar.

## **„Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ im Jahr 2019**

### **Förderpaket 3: Deutsches Sportabzeichen**

#### **Workshop „Sport und Generationen“**

#### **Unterstützung für Sportabzeichenprüfer – Pflege der Datensätze leicht(er) gemacht**

Zu diesem Workshop haben der Stadtsportverband Hückelhoven und der Kreissportbund Heinsberg Schulen und Vereine aus dem Kreisgebiet eingeladen.

Das Softwareprogramm von Herr Naumann stellt eine sehr gute Lösung dar, um die Abwicklung und Verwaltung des Deutschen Sportabzeichens, der Bundesjugendspiele und des DLV-Mehrkampfes zu vereinfachen. Die Verwaltung der Ergebnisse, das Erstellen von individuellen Laufzetteln, aber auch Startlisten für einzelne Disziplinen und Listen für größere Gruppen sind nur einige der Vorteile, die das Programm den Vereinen und Schulen bietet. Auch die Übernahme von Daten aus bestehenden Datenquellen, z.B. Schulverwaltungsprogrammen, wie auch die Datenübernahme von vorhandenen Daten aus der DOSB-Datenbank, vereinfachen die Abnahme und Datenbereitstellung erheblich.

Heinz Günther Naumann, Entwickler des Programms, hat in diesem Workshop die wichtigsten Funktionen vorgestellt und ist auf Fragen zu Vorgehensweisen eingegangen.

#### **Aktionstage zum Deutschen Sportabzeichen**

In Heinsberg (25.05.2019), Wegberg (15.06.2019), Erkelenz (14.09.2019) und Hückelhoven (21.09.2019) wurde 2019 wieder zu Aktionstagen zum Deutschen Sportabzeichen eingeladen.

Durchgeführt wurden die Aktionstage in Kooperation mit dem SC Myhl Leichtathletik (Heinsberg), dem TuS Wegberg, TuS Beeck sowie dem TV Büch-Arsbeck (Wegberg), dem TV Erkelenz (Erkelenz) und dem SSV Hückelhoven und TuS Jahn Hilfhahrt (Hückelhoven).

Rund 200 Teilnehmer nahmen insgesamt aktiv an den Aktionstagen teil.

### **Förderpaket 4: ENGAGIERT/GEMEINSAM älter werden**

#### **Angebotseinführung**

#### **Bewegungsraum Hetzerath – Rückenfit für Jung und Alt**

Im Rahmen des Programms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen startete am 11.09.2019 immer mittwochs von 10:00 bis 11:00 Uhr im Pfarrheim Hetzerath ein neues kostenloses Bewegungsangebot, organisiert vom Kreissportbundes Heinsberg e.V. in Kooperation mit dem TuS Hertha 1920 Hetzerath e.V. Dieses niedrigschwellige Angebot richtete sich an Erwachsene jeden Alters.

Über 10 Termine wurde durch einfache und effektive Übungen die gesamte Rumpfmuskulatur aktiviert, sowohl zur Prävention als auch zur Linderung bestehender Rückenschmerzen.

Das Angebot ist auf sehr großes Interesse gestoßen, und so waren die 15 verfügbaren Teilnehmerplätze innerhalb von wenigen Tagen vergeben. Ebenfalls erfreulich war, dass fünf Teilnehmer nach der Durchführung des Bewegungsangebotes in bereits bestehende Kursangebote des TuS Hertha Hetzerath eingetreten sind.

## **Angebotseinführung**

### **Bewegung im Alter – Seniorengymnastik – Fit & vital in den Tag**

In der Zeit vom 29.10.2019 bis zum 17.12.2019 konnte immer dienstags von 09:00 bis 10:00 Uhr ein weiteres neues kostenloses Bewegungsangebot, organisiert vom Kreissportbundes Heinsberg e.V. in Kooperation mit dem Mehrgenerationenhaus der Stadt Übach-Palenberg und dem SV Rot-Weiß Schlafhorst, eingeführt werden.

„Auch im Alter Spaß an Bewegung“ – das war das Motto dieses neuen Gymnastikangebotes. Es ist nie zu spät, Bewegung ins Leben zu bringen und damit länger fit und mobil zu bleiben. Ein gemeinsames Training in der Gruppe macht gleich doppelt Spaß. Mit verschiedenen Lockerungs-, Dehn- und Kräftigungsübungen wurde die Mobilität des Bewegungsapparates trainiert. Die Übungen konnten dabei im Stehen oder auch sitzend auf einem Stuhl ausgeführt werden. Das Angebot wurde mit kleinen Konzentrations- und Koordinationsübungen ergänzt.

Auch dieses Angebot ist auf großes Interesse gestoßen. Die Zahl der Anmeldungen war so groß, dass kurzfristig ein zweiter Kurs im Anschluss angeboten wurde. Das Mehrgenerationenhaus der Stadt Übach-Palenberg zeigt hier großen Einsatz und hat den Kurs nach einer Weihnachtspause eigenständig fortgesetzt.

## **Ausblick Förderprogramme „Bewegt GESUND bleiben in NRW!“ und „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ im Jahr 2020**

Im Rahmen des Programmes „Bewegt GESUND bleiben“ soll auch in 2020 weiterhin die Einführung und Unterstützung von Bewegungsangeboten in Kommunalverwaltungen, Unternehmen oder sonstigen Institutionen im Fokus stehen.

Ein weiterer Schwerpunkt wird das Projekt „Sport im Park“ sein, welches an das Förderprogramm BGb angegliedert ist. Sport im Park soll in 2020 neben den bereits erschlossenen Städten Erkelenz, Heinsberg, Geilenkirchen und Wegberg, erstmalig auch in Wassenberg und Hückelhoven umgesetzt werden.

Die Schwerpunkte innerhalb von „Bewegt ÄLTER werden“ werden voraussichtlich in der Vorstellung und Erarbeitung der Themenfelder „Trend Outdoor“, „Alltags-Fitness-Test und AFT-Praxisprogramm“ und „Walking Handball“ liegen.

Weiterhin steht das angegliederte Projekt „Bewegende Alteneinrichtungen und Pflegedienste 2.0 (BAP 2.0)“ im Fokus. Ziel ist es, Kooperationen zwischen Vereinen und Alteneinrichtungen bzw. Pflegediensten herzustellen und Bewegungsangebote für die Bewohner einzuführen.

## „Integration durch Sport“ 2019

Im Bereich „Integration durch Sport“ war bis zum 31.10.2019 Dieter Bransch als Fachkraft tätig, ab dem 01.11.2019 hat Vera van Ool die Stelle als Fachkraft „Integration durch Sport“ übernommen.

### Rückblick

Die Aufgaben im Programm „Integration durch Sport“ gliederten sich in folgende Bereiche:

1. Netzwerkarbeit
2. Stützpunktvereinsbetreuung und Vereinsberatung
3. Öffentlichkeitsarbeit
4. Schulung/Qualifizierung
5. eigene Projekte

### Netzwerkarbeit

Neben der Betreuung der bestehenden Netzwerke wurde ein Ausbau des Netzwerks angestrebt. Es wurde an den lokalen Netzwerktreffen des Kommunalen Integrationszentrums teilgenommen und die Netzwerkpartner zu den runden Tischen der Stützpunktvereine eingeladen.

So konnten Projekte angeschoben werden, die später im Bereich eigene Projekte näher erläutert werden und die laufenden Projekte weiter vorangebracht werden.

Beim Anti-rassistischen Fußballturnier konnte der KSB die Durchführung unterstützen und die Begegnung zwischen Jugendlichen aus verschiedenen Schulen und mit unterschiedlichen Nationalitäten fördern.

Es wurden im Bereich der Netzwerkarbeit Kontakte zwischen Sportvereinen und Akteuren der lokalen Migrationsarbeit hergestellt um die Eigeninitiative der Vereine zu fördern.

Ein Projekt zur Schwimmlehrerausbildung wurde vorangetrieben, welches 2020 zum Abschluss gebracht werden kann.

#### Die wichtigsten Netzwerkpartner:

Kommunales Integrationszentrum Kreis Heinsberg

Interkultureller Arbeitskreis

DRK Heinsberg KAI

DLRG NRW und Kreisverband

Kommunen des Kreises

Schulen und Bildungseinrichtungen

Sportvereine

Landessportbund NRW und DOSB

## **Stützpunktvereinsbetreuung und Vereinsberatung**

In 2019 betreute der KSB drei Stützpunktvereine, den BSV Wassenberg, ASKADO Hückelhoven und den SC 09 Erkelenz, der seit 2018 Stützpunktverein ist. Dazu wurden perspektivisch die Vereine SC Wegberg und Muay-Thai Wassenberg beraten, die zukünftig gerne Stützpunktvereine werden möchten.

Die Vereine trafen sich, gemeinsam mit dem Kooperationspartner DRK (KAI) zu runden Tischen um Projektideen weiter zu entwickeln und neue Ideen entstehen zu lassen. Die Neueinbindung der Interessenten in den runden Tischen erfolgte bereits, eine Anerkennung als vollständige Stützpunktvereine soll im neuen Jahr nach und nach erfolgen.

Die Arbeit der Stützpunktvereine wurde auch durch die Öffentlichkeit honoriert, so erhielten die Stützpunktvereine BSV Wassenberg 01 und AS-KA-DO Hückelhoven jeweils erste und zweite Plätze bei der Preisverleihung zu den Sternen des Sports bei der Volksbank Heinsberg und der BSV Wassenberg erhielt den Integrationspreis 2019 der Kreissparkasse Heinsberg

Zum Ende des Jahres stand bei der Stützpunktarbeit hauptsächlich das Kennenlernen der neuen Fachkraft und die gemeinsame Ausrichtung mit den Vereinen auf dem Programm.

Neben der Arbeit mit den Stützpunktvereinen wurden auch die anderen Vereine unterstützt und beraten bei der Arbeit mit Menschen mit Migrationshintergrund oder bei der Beantragung der Gelder für Integrationsprojekte aus dem Förderprogramm 1000x1000.

## **Öffentlichkeitsarbeit**

Im Jahr 2019 gab es verschiedenen Veranstaltungen der Stützpunktvereine, bei denen der KSB sich präsentierte, so zum Beispiel das Integrationsfest des SC09 Erkelenz, das Fußballturnier der Betty-Reis-Gesamtschule und das Projekt Verein trifft Schule der Gesamtschule Heinsberg-Waldfeucht. Dazu wurden bei öffentlichen Sportveranstaltungen wie zum Beispiel beim Citylauf in Erkelenz die Programme des KSB vorgestellt.

Die Stützpunktvereine haben einen gemeinsamen Facebookauftritt, bei denen die Arbeit der Vereine und des KSB vorgestellt wird.

Im Dezember erfolgte ein Besuch einer Delegation der Stützpunktvereine, der Kooperationspartner des DRK KAI und der Fachkraft für „Integration durch Sport“ bei Stefan Lenzen (FDP), dem Sprecher des Integrationsausschusses des Landtags NRW zum Austausch über anstehende Projekte und die Rolle des Sports im Kreis Heinsberg.

Sport und Politik sind im Bereich Integration nicht trennbar, daher wurde auch der Besuch von jungen Ehrenamtler\*innen des AS-KA-DO Hückelhoven im Bundestag unterstützt und die politische Bildung gefördert.

Das Projekt des Vereins BSV Wasenberg erhielt besondere mediale Wertschätzung. Das Angebot des Vereins Baseball in der JVA Heinsberg wurde durch Reporter des WDR begleitet und am 01. April erfolgte ein Bericht über das Angebot in der Lokalzeit Aachen.

Darüber hinaus wird zu allen drei Stützpunktvereinen immer wieder in der lokalen Presse berichtet, wir hoffen, dass zukünftig derartig positive Berichte auch von weiteren Vereinen erfolgen können.

## **Schulung und Qualifizierung**

Als Weiterbildungsmaßnahmen wurde Fit für die Vielfalt im November angeboten, das geplante Programm Achtsam statt Neunmalklug musste leider wegen Erkrankung des Referenten ausfallen.

Als Ausbildung wurden zwei Sporthelfer I Ausbildungen mit Integrationsschwerpunkt angeboten, einmal in Kooperation mit dem SC09 Erkelenz in den Osterferien in Erkelenz und eine weitere Ausbildung in der Gesamtschule Heinsberg-Waldfeucht im Rahmen einer Sportprojektwoche kurz vor den Sommerferien.

In den Herbstferien wurde den Teilnehmer\*innen der SHI Ausbildungen dann die Sporthelfer II Ausbildung angeboten. Die Angebote wurden insgesamt von circa 30 Schüler\*innen genutzt.

Auch in den Ausbildungen Übungsleiter-C wird die Thematik „Integration durch Sport“ von den Lehrteamern\*innen vermittelt und die zukünftigen Übungsleiter\*innen für die Integrationsthemen sensibilisiert.

## **Eigene Projekte**

Im Jahr 2019 waren Schwimmprojekte wieder ein Schwerpunkt, so wurde in Hückelhoven ein Schwimmprojekt für Frauen durchgeführt und in Heinsberg-Kirchhoven ein Schwimmprojekt für junge Männer.

Um auch zukünftig ausreichend Schwimmlehrer für Schwimmprojekte zur Verfügung zu haben, wird im April 2020 eine Schwimmlehrausbildung in Kooperation mit der DLRG durchgeführt. Diese Ausbildung wird unterstützt und begleitet vom Kreis Heinsberg (KI und Amt für schulische Bildung).

Darüber hinaus wurden bereits 2019 die Planung gestartet für Frauensportprojekte in Erkelenz und Hückelhoven, die 2020 beginnen sollen.

Ein großes Projekt ist die Ausbildung von Schwimmlehrer\*innen, die in 2019 geplant wurde und in 2020 durchgeführt wird.

## **Ausblick „Integration durch Sport“ im Jahr 2020**

Im Jahr 2020 sollen vermehrt auch Angebote von Nicht-Stützpunktvereinen integriert werden, um diese auch an die Arbeit im Bereich Integration durch Sport heranzuführen.

So startet das Jahr mit einem Sportkurs für Frauen in Kooperation mit dem TV 1860 Erkelenz und dem DRK (KAI) in Erkelenz. Ein ähnliches Projekt soll auch in Hückelhoven starten, dafür wird noch ein Kooperationsverein und eine Übungsleitung gesucht.

Schwimmprojekte sollten auch wieder durchgeführt werden, dafür müssten noch geeignete Schwimmhallen und die Übungsleiter gefunden werden.

Fortbildungsmaßnahmen sind geplant Fit für die Vielfalt im März 2020 und das ausgefallene Seminar „Achtsam statt neunmalklug“ soll nachgeholt werden.

Die geplante Schwimmlehrerausbildung startet am 04.04.2020.

Im Rahmen des Programms NRWeltoffen werden erste Kontakte geknüpft mit dem Bündnis gegen Rechts Heinsberg, da sollen Aktivitäten in 2020 angeboten werden.

Auch im Bereich Inklusion werden Kooperationen entstehen zwischen Vereinen und Trägern der Behindertenhilfe, diese Kontaktaufnahmen werden durch die Fachkraft „Integration durch Sport“ begleitet werden.



## **„NRW bewegt seine Kinder“ 2019**

Berit Baumeister ist weiterhin für das Programm „NRW bewegt seine Kinder“ im Kreissportbund Heinsberg zuständig. Gleichzeitig ist sie für die Beratung der „Anerkannten Bewegungskindergärten“ und als pädagogische Leitung für den Qualifizierungsbereich eingestellt.

### **Handlungsfelder**

#### **SP1 – Kindertagesstätte und Kindertages**

##### **Kibaz - Das Kinderbewegungsabzeichen**

Das Kinderbewegungsabzeichen (Kibaz) der Sportjugend im Landessportbund NRW ist ein innovatives Bewegungsangebot für drei- bis sechsjährige Mädchen und Jungen und hat sich auch landesweit bewährt. Im Vordergrund stehen die altersgemäße Heranführung an sportliche Bewegungsabläufe sowie viel Freude und das Erleben von persönlichen Erfolgen.

Insgesamt zehn Vereine führten das Kinderbewegungsabzeichen durch und davon einer in Zusammenarbeit mit einem Stadtsportverband. Insgesamt nahmen ca. 316 Kinder an Kibaz-Veranstaltungen im Jahr 2019 teil.

##### **Qualitätszirkel**

Im Jahr 2019 wurde ein neuer „Anerkannter Bewegungskindergarten“ (Kita Triangel Ratheim) zertifiziert. Der Qualitätszirkel fand am 12.11.2019 in der Kita „St. Hubertus“ in Süsterseel statt. Zudem wurde ein Informationsabend zum Thema „Anerkannter Bewegungskindergarten“ in Erkelenz durchgeführt.

#### **SP2 – Außerunterrichtlicher Schulsport**

##### **„Mathe schützt nicht vor Ertrinken!“**

Das Projekt "Mathe schützt nicht vor Ertrinken!" ist ein kommunales, für die Grundschulen im Kreis Heinsberg konzipiertes Schwimmprojekt und stellt ein Angebot für Grundschüler, mit dem Ziel den hohen Nichtschwimmeranteil zu reduzieren, dar. In Zusammenarbeit mit dem Regionalen Bildungsbüro des Kreises Heinsberg war der Kreissportbund Heinsberg an der Konzeptionierung und Koordinierung des Projektes beteiligt. Die Aufgabe des Kreissportbundes bestand zudem in der Projektinformation- und Organisation, Begleitung des Schwimmprojektes vor Ort und in der Öffentlichkeitsarbeit. Die Kostenübernahme für Fahrkostenerstattungen, Schwimmabzeichen usw. lagen bei der jeweiligen Kommune.

Das Schwimmprojekt wurde im Jahr 2019 in 5 Kommunen durchgeführt (Erkelenz, Geilenkirchen, Hückelhoven, Wegberg und Übach-Palenberg).

Die Kommunen Geilenkirchen und Erkelenz führten das Projekt bereits zum fünften Mal durch, sodass kein Kind die Grundschule verlassen hatte, ohne am Schwimmprojekt teilgenommen zu haben. In Geilenkirchen haben von 2015 – 2019 insgesamt 244 Viert- sowie 979 Drittklässler am Projekt teilgenommen.

Die Kommunen Hückelhoven und Wegberg führten das Projekt bereits zum vierten Mal im gleichen Format durch. In Hückelhoven haben von 2015 – 2019 insgesamt 1.591 Erstklässler am Projekt teilgenommen.

Zum zweiten Mal wurde das Schwimmprojekt im Jahr 2019 in der Kommune Übach-Palenberg umgesetzt.

Die Projekte in Erkelenz und Hückelhoven fanden im Zeitraum vor/nach den Osterferien vom 08.04 – 12.04 und 29.4, 30.04. und 02.05 + 03.05.2019 für Grundschulen (Erstklässler) statt. Zusätzlich wurde das Projekt vor den Sommerferien im Zeitraum vom 24.06 – 28.06. und 01. – 05.07.2019 für Grundschulen für Drittklässler im Einzugsgebiet Geilenkirchen durchgeführt. Darüber hinaus fand das Projekt in Wegberg und Übach-Palenberg für Zweitklässler vor/nach den Herbstferien im Zeitraum vom 07. – 11.10 und 28. - 31.10.2019 statt. In Wegberg haben von 2016 – 2018 insgesamt 737 Zweitklässler am Projekt teilgenommen. In Übach-Palenberg haben in den letzten beiden Jahren insgesamt 498 Zweitklässler teilgenommen.

Insgesamt haben von 2015 – 2019, 6.100 Schülerinnen und Schüler aus fünf Kommunen am Schwimmprojekt teilgenommen: 3.622 Erstklässler, 1.255 Zweitklässler, 979 Drittklässler und 244 Viertklässler. Die Nichtschwimmer-Quote (mind. Seepferdchen) konnte bei den teilnehmenden Kindern deutlich gesenkt werden (je nach Kommune 21% - 57%). Je nach Kommune erreichten 16% bis 71% der teilnehmenden Kinder ein Abzeichen (Stand: Dezember 2018).

### Nachhaltigkeit und Transfer des Kompetenzerwerbes:

Eine kreisweite Erhebung zum Thema Schwimmfähigkeit (Klasse 1-6) wurde im Jahr 2019 in Kooperation mit dem Regionalen Bildungsbüro Kreis Heinsberg durchgeführt. Die Erhebung zur Schwimmfähigkeit von 12.138 Schülerinnen und Schüler der Klassen 1 bis 6 im Kreis Heinsberg im Februar 2019 weist bei den Fünftklässlern der Modellkommune eine Halbierung der Nichtschwimmerquote bei den teilnehmenden Erstklässlern von 2015 gegenüber den nicht teilnehmenden Erstklässlern auf.

### **SP3 – Kinder & Jugendarbeit im Sportverein**

In unserer jährlich stattfindenden KSB Sportgala werden in der Kategorie: „Ehrenamt“ auch stets das weibliche und männliche Junge Ehrenamt ausgezeichnet. Dies dient zum einem als Motivation auch für andere Jugendliche, sich in Ihrem Sportverein ehrenamtlich zu motivieren, zum anderen soll es herausragendes Engagement belohnen.

### **SP4 – Kommunale Steuerung – Netzwerkarbeit**

Das starke Kids-Netzwerk der AOK Hamburg bündelt regionale Projekte mit dem Ziel die Kinder- und Jugendgesundheit nachhaltig zu verbessern. Es werden Projekte gefördert aus den Bereichen: Bewegung, Gesunde Ernährung, Stressbewältigung und

Suchtmittelvermeidung. Auch der Kreissportbund Heinsberg ist jahrelanges Mitglied des Netzwerkes.

Alle zwei Jahre wird der Starke Kids Förderpreis verliehen.

In bestehenden und in neuen Netzwerken ist die Sportjugend mit dem Programm immer wieder ein Partner auf Augenhöhe, Impulsgeber oder Initiator.

Im Jahr 2019 wurden zwei Sporthelfer I Ausbildungen mit 7 bzw. 16 Teilnehmern durchgeführt. Des Weiteren wurden zwei Sporthelfer II Ausbildungen mit 8 bzw. 14 Teilnehmern durchgeführt.

Zudem wurden zwei Kindecamps in Wassenberg-Birgelen (Mai und September) mit insgesamt 40 Kindern durchgeführt.

## **Ausblick „NRW Bewegt seine KINDER!“ im Jahr 2020**

Im Jahr 2020 ist das Schwimmprojekt „Mathe schützt nicht vor Ertrinken!“ in den oben genannten Kommunen (Erkelenz, Hückelhoven, Geilenkirchen, Wegberg, Übach-Palenberg) weiterhin geplant. Der Fokus wird langfristig auf die Ausweitung neuer Kommunen und Kindergarten-Schwimmaktionen (Modellprojekt) im Kreis Heinsberg ausgerichtet. Die bereits laufenden Schwimmprojekte sollen ab sofort eigenständig in den Händen der Kommunen liegen (entsprechendes Informationsschreiben folgt).

Die Anzahl der Anerkannten Bewegungskindergärten im Kreis Heinsberg soll erhöht werden. Hierzu wird es von Seiten des Kreissportbund Heinsberg kommunale Informationsabende für Kindergärten geben.

Des Weiteren wird es am 26. August 2020 eine Sporthelfer-Veranstaltung im Schulzentrum Erkelenz geben.

Zuletzt ist ein Projekt für adipöse Kinder/Jugendliche in Kooperation mit der AOK Rheinland Hamburg und dem TuS Birgden e.V. im Gespräch.

## Qualifizierung 2019

2019 wurden zwei gut besuchte Übungsleiter-C Basismodule und zwei sehr gut besuchte Übungsleiter-C Aufbaumodule in den Bereichen Sportartübergreifend und Kinder / Jugendliche durchgeführt.

Auf der zweiten Lizenzstufe wurde das „Zertifikat Bewegungsförderung in Kita und Sportverein“ angeboten. Die Ausbildung musste mangels Teilnehmer leider abgesagt werden.

Eine REHA-Ausbildung (Basismodul und Aufbaumodul Orthopädie) fand in der Jahresmitte bis hin zum Jahresende statt.

19 Fortbildungen auf der 1. und 2.Lizenzstufe fanden im Jahr 2019 statt, davon waren sieben Fortbildungen im Kinderbereich und zwölf Fortbildungen im Erwachsenenbereich.

Besonders gut besucht waren hier die Fortbildungen am Ende des Jahres: „Faszienyoga“, „Yoga und Entspannung“, „In Bewegung die „Sprache entdecken“ und „Gehirnjogging und Bewegung“.

Im Bereich Vereinsmanagement gab es 2019 insgesamt 10 Angebote, teilweise wieder in Kooperation mit den Stadtsportverbänden (SSV Erkelenz, SSV Hückelhoven und SSV Wegberg). Davon zehn Kurz-und-Gut-Seminare und eine Infoveranstaltung. 5 Seminare sind ausgefallen.

Über eine rege Teilnahme erfreuten sich vor allem die Seminare „Brennpunkte des Vereinsrechts: Haftung, Satzung, Mitgliederversammlung, sowie „Steuern, Gemeinnützigkeit und Spenden im Sportverein“.

Im Bereich der Sportjugend wurden zwei sehr gut besuchte Sporthelfer I Ausbildungen mit 7 bzw. 16 Teilnehmern durchgeführt.

Des Weiteren wurden zwei Sporthelfer II Ausbildungen mit 8 bzw. 14 Teilnehmern durchgeführt.

Zudem wurden zwei Kindecamps in Wassenberg-Birgelen (Mai und September) mit insgesamt 40 Kindern durchgeführt.

Insgesamt hat der Kreissportbund 34 Aus- und Fortbildungen, Seminare und Infoveranstaltungen durchgeführt.