

Handicap  
ohne  
Handicap

Projektbericht  
„Handicap ohne Handicap“  
Zeitraum 2010

# Handicap ohne Handicap



- 4 Bundesländer
- Integration von Sportvereinen, Fachverbänden
- Übungshandbuch
- Evaluierung
- praxisnahe Ernährungsworkshops

# Ziele & Inhalte

## Zielgruppe:

Junge Menschen mit leichten geistigen und körperlichen Beeinträchtigungen im Alter von 14-21 Jahren.

## Zielsetzung:

- Gesundheitsförderung
- Selbstwertsteigerung
- Teamfähigkeit
- Beweglichkeit
- Bewusste Ernährung



# Finanzierung



## Finanzierung des Projektes:

Das Projekt „Handicap ohne Handicap“ ist ein Projekt vom Allgemeinen Sportverband Österreichs (ASVÖ) und wird aus Mitteln des Sportministeriums gefördert (§ 10 Abs. 1 Z 5 lit.c).

Eine weitere Förderquelle bilden die Einnahmen aus Eigenmitteln und Sponsorbeiträgen.

2010 wurde das Projekt teilweise von den Partnerinstitutionen mitfinanziert - 2011 wird es selbständig weitergeführt.

# Schwerpunkte

- Motopädagogik
- Erlebnispädagogik
- Freizeitsport
- Ernährungsworkshops
- Integration von Jugendlichen in Sportvereine
- Fortbildungen



# Förderung Sportvereine



## Trainerförderung:

Durch die „Handicap Trainerförderungsaktion 2010“ konnten zahlreiche Vereine bzw. Trainer, die Jugendliche mit entsprechendem Förderbedarf in ihren Übungseinheiten betreuen, unterstützt werden.

## Einbindung in den organisierten Sport:

In Form von „Schnuppereinheiten“ wurden den Jugendlichen 41 Sportarten näher gebracht.

Lokale Vereine konnten sich dabei präsentieren.

# [www.ohnehandicap.at](http://www.ohnehandicap.at)



Idee & Projektleitung  
Mag. Dr. Martin ARNOLD



Projektcoach  
Christoph HESSE

Die interaktive Übungshandbuch-CD ROM wurde in den teilnehmenden Bundesländern allen Vereinen zur Verfügung gestellt.

Auf der CD findet der Benutzer zahlreiches Bild- und Videomaterial sowie die Möglichkeit sich einzelne Stundenbilder selbst auszudrucken und diese sofort praktisch umzusetzen.

Alle Übungsleiter des Projektes sind Qualitätssiegelübungsleiter, d.h. ihre Einheiten sind mit dem Fit für Österreich Qualitätssiegel ausgezeichnet worden.



# Medien - Presse



Neuigkeiten und Informationen rund um das Projekt werden auf der Homepage ([www.ohnehandicap.at](http://www.ohnehandicap.at)) bzw. der Facebookseite laufend aktualisiert.

Zahlreiche Beiträge in diversen Fachzeitschriften dienen der Erweiterung des Bekanntheitsgrades des Projektes.

# Evaluierung

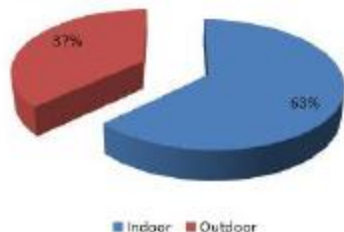
Die Jugendlichen zeigten deutliche motorisch koordinative Verbesserungen. Das Training wirkte sich bei eher ungeforderten, ungeübten Jugendlichen in Bezug auf anfänglichen Leistungszuwachs meist besonders gut aus. Durch das Bewegungsangebot wurden mit den Jugendlichen Verhaltensweisen trainiert, die auch für den Berufsalltag wichtig sind wie zB.

- die Bereitschaft sich auf Neues einzulassen, lernen wollen
- Verlässlichkeit und Pünktlichkeit
- Persönlicher Einsatz
- Teamwork, wertschätzenden Umgang mit anderen
- Ängste Überwinden, die eigene Persönlichkeit stärken,
- eine bessere Selbstwahrnehmung
- sich anderen mitteilen, Wahrnehmungen & Erlebtes verbalisieren

Zusätzlich zu den Übungseinheiten selbst, fanden die Abschlussrunden (Reflexionen) nach einzelnen Übungen bzw Übungseinheiten mit der Zeit große Zustimmung. In den Gruppen entwickelte sich eine Gesprächskultur, die angstfrei und wertfrei war. Die Erklärungen über den Sinn der Übungen wurde von den Jugendlichen als besonders positiv empfunden.



Indoor- Outdooreinheiten



# Projektpartner



## **Steiermark:**

Ausbildungszentrum des Landes Steiermark

WSC Aflenz / Postsportverein Graz / SC Highlanders /  
FC Donald

## **Oberösterreich:**

Evangelisches Diakoniewerk Gallneukirchen

## **Vorarlberg:**

Stiftung Jupident

SV Special Friends / Rollstuhlclub Enjo / Turnerschaft  
Hohenems - Tanzhaus / Integrativer Sportverein Caritas

## **Kärnten:**

Diakonie Kärnten  
ABC Service & Produktion GmbH

SV Spittal / BSV-Spittal-Drau / Fechtclub Elle /  
Judo Verein Velden



**Ein besonderer Dank gilt  
unseren Projektpartnern und  
Übungsleitern:**

Die gute Zusammenarbeit mit  
den Institutionen vor Ort ist  
eine wichtige Bestätigung für  
das Funktionieren des Projek-  
tes!

# Projektteam

## Projektleitung:

Mag.Dr. Martin ARNOLD  
Christoph HESSE

## Evaluierung:

Mag.<sup>a</sup> Bernadette MODRE-KASSL



## Kärnten:

Kurt W. STEINER  
Reinhard A. KATZ  
Mag.<sup>a</sup> Mag.<sup>a</sup> (FH) Katrin PITTEROFF

## Oberösterreich:

Konsulent Herbert OFFENBERGER  
Wilhelm BLECHA  
Norbert HOFER



## Steiermark:

Prok. Dipl. Ing. Christian PURRER  
Mag.<sup>a</sup> Martina FEDL  
Mag.Dr. Martin ARNOLD

## Voralberg:

Ing. Hans LUDESCHER  
Christian VETTER  
Mag. Manfred ENTNER

## Bundessekretariat:

Mag. Paul NITTAUS





Kontakt: ASVÖ Steiermark, Herrgottwiesgasse 260, 8055 Graz / Mag.Dr, Martin ARNOLD / [m.arnold@fitfueroesterreich.at](mailto:m.arnold@fitfueroesterreich.at)  
[www.asvoe-steiermark.at](http://www.asvoe-steiermark.at) / [www.ohnehandicap.at](http://www.ohnehandicap.at)