

## Bewegung, Sprache, Rhythmus

Mit einer Trainerin  
und einem Trainer vom:  
Karateverband Niedersachsen e. V.,  
Niedersächsischen Judoverband e. V.  
und der Theaterpädagogischen Werkstatt  
Osnabrück

Dauer: von 10.00 bis 17.00 Uhr



Ein inklusives Projekt der Heiner-Rust-Stiftung – unterstützt durch den Behinderten-Sportverband Niedersachsen e. V.

## Dieses Projekt bietet Vereinen die Chance:

Gesellschaftliche Verantwortung im Sinne der  
Persönlichkeitsstärkung zu zeigen.  
Der Vielfalt der Menschen im Verein gerecht zu  
werden.  
Neue Zielgruppen anzusprechen.  
Den Verein öffentlichkeitswirksam darzustellen.

### Antrag auf Förderung durch die HEINER-RUST-STIFTUNG

Im Internet unter: [www.heiner-rust-stiftung.de](http://www.heiner-rust-stiftung.de)  
oder fordern Sie den Antrag hier an:  
Heiner-Rust-Stiftung  
Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10  
30169 Hannover

Weitere Informationen, Anmeldungen  
und Terminabsprachen erhalten Sie gern von  
Herbert Michels unter: 05422 / 88 64 oder per  
E-Mail: [Herbert\\_Michels@t-online.de](mailto:Herbert_Michels@t-online.de)



HEINER RUST  
STIFTUNG  
STIFTUNG ZUR FÖRDERUNG  
DES BEHINDERTENSPORTS  
IN NIEDERSACHSEN

*Wir - Alle - Gemeinsam*

Selbstdarstellung  
Selbstbehauptung  
Selbstverteidigung



Handlungskompetenzen erwerben  
zum selbstbestimmten Leben

Ein inklusives Projekt der Heiner-Rust-Stiftung – unterstützt durch den Behinderten-Sportverband Niedersachsen e. V.

## Selbstdarstellung, Selbstbehauptung, Selbstverteidigung

*Heiner-Rust-Stiftung fördert Workshops von Vereinen*

„WIR - ALLE - GEMEINSAM“ lautet das inklusive Konzept für Workshops, mit denen Sportvereine Behinderten mit und ohne Rollstuhl, aber auch Nichtbehinderten unter professioneller Anleitung Tipps zur Selbstdarstellung, Selbstbehauptung und Selbstverteidigung vermitteln können. Erarbeitet wurde es im Auftrag der Heiner-Rust-Stiftung von einem interdisziplinären Experten-Team unter der Projektleitung von BSN-Vizepräsident Herbert Michels, der auch dem Vorstand der Stiftung angehört. Das Konzept, das den Vereinen quasi als Gebrauchsanweisung für die Organisation der Workshops dienen soll, sieht eine Teilnehmerzahl zwischen 16 und 20 vor. An einem Samstag ca. von 10 bis 17 h sind acht Lerneinheiten geplant. Je nach Veranstaltungsort (unterschiedliche Reisekosten der Referenten) liegen die Kosten bei 800 bis 1.000 Euro, von denen bis zur Ausschöpfung der vorhandenen Projektmittel 500 Euro als Förderung durch die Heiner-Rust-Stiftung beantragt werden können. Projektleiter Herbert Michels sieht in dem Konzept, das zunächst in den Jahren 2013 bis 2015 gefördert werden soll, einen gemeinsa-

men Schritt aller Menschen zu selbstbestimmtem Leben: „Es sollen Handlungskompetenzen erworben werden, um das Selbstvertrauen zu stärken, sich im Umfeld selbstsicher bewegen sowie jederzeit entschlossen und konsequent agieren zu können. Die Stiftung darf zwar nur im behindertensportlichen Umfeld und innerhalb Niedersachsens fördernd tätig werden, aber auch anderen interessierten Organisationen stellen wir unser Konzept gern zur Verfügung. Und das gilt natürlich auch für Sportvereine, die nach Ausschöpfung unserer Projektmittel nicht oder anderweitig geförderte Workshops anbieten möchten.“ Den Flyer mit ausführlichen Informationen finden Sie unter [www.heiner-rust-stiftung.de](http://www.heiner-rust-stiftung.de). Rückfragen an Herbert Michels: [Herbert\\_Michels@t-online.de](mailto:Herbert_Michels@t-online.de), Telefon 05422/8864