



Wir freuen uns
über Ihre Spende.

Spendenkonto:

Lebenshilfe e.V.
Sparkasse Hilden, Ratingen, Velbert (HRV)
IBAN: DE44 3345 0000 0042 1166 08
BIC: WELADED1VEL



Das sind wir

Seit der Gründung als Elternverein 1963 verstehen wir uns als Selbsthilfeorganisation von Menschen mit geistiger Behinderung, Eltern und Fachleuten. Wir setzen uns dafür ein, dass jeder Mensch mit geistiger Behinderung so eigenständig und selbstbestimmt wie möglich leben kann und dass ihm so viel Schutz und Hilfe zuteil wird, wie er für sich braucht. Im Mittelpunkt steht die Teilhabe am Leben in der Gemeinschaft.

Auch beim Sport beachten wir die Grundsatzidee der Lebenshilfe. Sport verbindet, hält fit und gesund und fördert das Selbstvertrauen und die persönliche Entwicklung. Diese positiven Eigenschaften stehen im Sportkonzept der Lebenshilfe im Mittelpunkt. Unter Berücksichtigung der individuellen Leistungsfähigkeit jeder Athletin und jedes Athleten bieten wir ihnen die Möglichkeit, in der Gemeinschaft Sport zu treiben.

Lebenshilfe e.V.
Kreisvereinigung Mettmann
Sportabteilung
Grütstr. 10
40878 Ratingen

Ansprechpartnerinnen:

Koordinatorin	Gudrun Kronenberg
Verwaltung	Doris Hirt
Rehasport	Dorothee Claus
Vorstand	Elke Klingbeil

Tel. 02102 / 55192-40
Mobil 0176 / 15909919
Fax 02102 / 55192-50

sport@lebenshilfe-mettmann.de

www.lebenshilfe-mettmann.de



Über diesen Code
gelangen Sie direkt zu
unserer Sportseite



Sport bringt Bewegung ins Leben

Unsere Angebote





Sport fördert die Gemeinschaft

Der Sport ist eine wichtige Säule der Lebenshilfe. In unterschiedlichen Sportarten steht regelmäßiges Training im Vordergrund.

Die Ziele unserer Sportangebote sind individuell unterschiedlich, u.a.:

- Stärkung von Kraft und Ausdauer
- Verbesserung der Koordination, der Mobilität und der Körperwahrnehmung
- der Erhalt und die Verbesserung von Körperfunktionen

Rehasport

Der Rehasport stellt eine ergänzende Maßnahme zur medizinischen Behandlung dar. Er ist gesetzlich verankert und wird nach ärztlicher Verordnung teilfinanziert. Auch wir bieten Rehasport in einigen Bereichen (z.B. Rollsport, Schwimmen) unter Anleitung von qualifizierten Übungsleiter*innen an.

Im Rehasport steht u.a. die Verbesserung der physischen, emotionalen und psychosozialen Kompetenzen im Vordergrund.

„Ich will gewinnen, doch wenn ich nicht gewinnen kann, so will ich mutig mein Bestes geben!“

ist der Leitspruch der Special Olympics-Sportveranstaltungen, die regelmäßig auf regionaler, nationaler und internationaler Ebene stattfinden. Special Olympics ist die größte Sportbewegung für Menschen mit geistiger und Mehrfachbehinderung der Welt.

www.specialolympics.de

Auch unsere Sportler*innen möchten sich im Wettkampf mit anderen messen. Durch kontinuierliches Training ist es möglich, an Wettkämpfen teilzunehmen und sich der Konkurrenz zu stellen. Der Sieg ist wichtig, aber noch wichtiger ist es für unsere Athlet*innen „dabei zu sein“.

Für regelmäßiges Training sorgen unsere geschulten Übungsleiter*innen. Mit viel Engagement und Leidenschaft fördern und unterstützen sie unsere Sportler*innen und bereiten sie auf anstehende Wettkämpfe vor.

*Wir suchen Übungsleiter*innen*

für unterschiedliche Sportarten im gesamten Kreis Mettmann

Interessiert? Rufen Sie an!

Ausbildungsinformationen finden Sie hier:

www.brsnw.de/qualifizierung

Wir übernehmen gerne die Kosten der Ausbildung, wenn Sie sich verpflichten, nach Abschluss der Ausbildung für 2 Jahre für die Sportabteilung der Lebenshilfe tätig zu sein.



Wir trainieren ganzjährig:

Fußball	in Velbert
Golf	in Langenfeld
Roller Skating	in Langenfeld
Schwimmen	in Velbert
Tischtennis	in Langenfeld

Im Winter:

Ski Alpin / Snowboard	Skisporthalle Neuss
-----------------------	---------------------

...aber ohne Ihre Unterstützung läuft nichts!

Das Training, Sportgeräte und -material, die Teilnahme an Wettkämpfen etc. werden hauptsächlich durch Sponsoren und Spenden finanziert.

Möchten Sie uns unterstützen oder mehr über uns erfahren?

Sprechen Sie uns an – wir beantworten gerne Ihre Fragen.