

„Ein Treffer für mehr Gemeinschaft“
das
alpha Bogenprojekt - für Menschen mit und ohne Handicaps
- ein Inklusionsprojekt -

Sport ist für Menschen mit und ohne Behinderungen gleichermaßen wichtig. Zielbereiche sind u. a. soziale Teilhabe, Tagesstrukturierung, Freizeitgestaltung, Erhaltung und Steigerung der Leistungsfähigkeit, Stärkung des Selbstvertrauens und Entwicklung eines besseren Körpergefühls.

Die MitarbeiterInnen des Sozialpsychiatrischen Zentrums (SPZ) haben immer wieder versucht die BesucherInnen der Kontakt- und Beratungsstelle in die gemeindenahen Sportvereine zu integrieren, leider ohne Erfolg.

Gründe hierfür sind Ängste, Rückzugstendenzen, Kontaktschwierigkeiten und starke Stimmungsschwankungen unserer betreuten Personen, die in der Regel an einer chronisch psychischen Erkrankung leiden und/oder sich in einer seelischen Krisensituation befinden.

Aus diesem Grund entstand die Idee ein Sportprojekt zu entwickeln, in dem MitarbeiterInnen des SPZ als Übungsleiter fungieren. Da die Leiterin des SPZ und ein Mitarbeiter traditionelle Bogenschützen (Schießen ohne Zielvorrichtung) sind, diese Sportart in kurzer Zeit zu erlernen ist, schnell Erfolgserlebnisse vermittelt, alleine und in der Gruppe ausgeübt werden kann, anfänglich keine hohe Kondition erfordert und eine Sportart ist, die ohne ruckartigen Bewegungen auskommt, entstand das „alpha Bogenprojekt – für Menschen mit und ohne Handicaps“.

Der Träger

alpha e.V. ist ein freier, gemeinnütziger und mildtätiger Träger (www.alphaev.de) verschiedener Einrichtungen mit den Fachbereichen Erzieherische Hilfen, Arbeit und Qualifizierung und der Sozialpsychiatrie und Behindertenhilfe im Rheinisch-Bergischen Kreis, im Oberbergischen Kreis und in der Stadt Wuppertal.

Der Anfang – Schießen im Park des SPZ

In 2009 konnte das SPZ, dank einer Förderung der „Bürgerstiftung der Stadtparkasse“ eine Bogenausrüstung - Fangnetze, Ziele, Bögen, Pfeile, Schutzausrüstung- kaufen und eine Bogensportgruppe, bestehend aus BesucherInnen der Kontakt- u. Beratungsstelle, aufbauen.

Um unser Ziel, ein Projekt zu installieren, in dem behinderte und nicht behinderte gemeinsam und gleichberechtigt Sport treiben, haben wir, durch die Ausschreibung zweier „Einführungskurse im traditionellen Bogenschießen“ durch die Regionalpresse, versucht nicht behinderte Personen zu motivieren diese Sportart kennen zu lernen.

Die Resonanz auf diese Ankündigung war riesig und nach dem Erscheinen hatten sich innerhalb weniger Tage 70 Personen angemeldet. An zwei Wochenenden führten wir 5 dreistündige Einführungskurse durch und konnten so ca. 50 Leute für diese Sportart begeistern.

Auf Grund des großen Interesses reichte der Park unseres Sozialpsychiatrischen Zentrums für die Vielzahl der Interessenten nicht mehr aus und es musste ein neues Bogensportgelände gefunden werden.

Das Bogensportgelände

Am 01.11.2009 mietete der Verein alpha e.V. deshalb eine kleine Halle und ein 3300 qm großes Freigelände in 42929 Wermelskirchen, Halzenberg 2.



Die Nutzer der Bogensportanlage

Mittlerweile haben wir 108 Mitglieder, im Alter von 8 bis 77 Jahren, darunter 38 Personen mit einem Handicap, Tendenz steigend. Bei uns schießen ALGII - und Grundsicherungsbezieher, Hausfrauen, Rentner, Kinder, Schüler, Studenten, Arbeiter, Angestellte, Lehrer, Ärzte, Geschäftsführer und Die meisten Personen mit einem Handicap, die dem Bogenprojekt beigetreten sind und eine Mitgliedskarte besitzen, sind zum ersten Mal einem Verein beigetreten und sehr stolz darüber.

Konzeption und Umsetzung

Zurzeit ist das Bogensportgelände jeden Donnerstag von 14.00 Uhr bis 19.00 Uhr und am Samstag von 14.00 Uhr bis 17.00 Uhr geöffnet. An diesen beiden Tagen ist während der Öffnungszeiten in der Regel ein Ansprechpartner vor Ort.

Mittwochs können Mitglieder mit einer eigenen Bogenausrüstung das Außengelände, von 15.00 Uhr bis 21.00 Uhr, selbständig nutzen.

Zurzeit besuchen wöchentlich ca. 25 bis 35 Personen das Bogengelände um diese Sportart auszuüben.

Donnerstags und samstags bieten wir, für Personen mit einem Handicap, insgesamt drei Fahrdienste zum Bogensportgelände an, darunter auch ein Nachmittagsfahrdienst, damit auch Berufstätige das Angebot nutzen können.

Bogenprojekt und Inklusion

Auf dem Bogensportgelände herrscht ein herzliches Miteinander. Die Stimmung ist während der Gruppenstunden ausgeglichen, einträglich, förderlich und durch die pädagogische Begleitung von hoher Toleranz geprägt.

Bis heute sind keine Berührungängste und keine Distanz zwischen nicht behinderten und behinderten Personen zu erkennen. Das Thema Behinderung spielt im Verein keine Rolle, hier sind alle einfach nur Mitglieder, die ihr Interesse am Bogensport ausleben und vollständig gleichberechtigt an allen Vereinsprozessen teilhaben und diese mitgestalten.

Als unser ältestes Mitglied zum ersten Mal auf dem Bogensportgelände kam, sagte er, dass, wenn unsere „alpha Leute“ jetzt hier wären, dann würde das jetzt hier bestimmt anders aussehen“. Was er nicht wusste, erst viel später zufällig mitbekam, dass alle anderen anwesenden Personen Klienten des Vereins alpha waren.

Ich weiß nicht was er für Vorstellungen von behinderten Menschen hatte, aber seine Vorurteile waren schon nach kurzer Zeit vollständig verschwunden.

Behinderte Menschen erfahren in unserem Bogenprojekt, dass sie ein Teil des „Teams“ sind, zu einer Gemeinschaft gehören. Dies fängt auf dem Bogensportgelände an und geht in der gemeindenahen Umgebung weiter. Man trifft Mitglieder des Bogenprojekts in der Stadt, grüßt sich, unterhält sich, erzählt später wen man beim Einkauf getroffen hat.

Wir merken, dass die Ängste unserer Klienten zurückgehen, die Kommunikation gefördert, die Leistungsfähigkeit gesteigert, das Selbstvertrauen unserer Klienten gestärkt wird und die Teilhabe an der Gemeinschaft erreicht werden kann.

Weitere Aktivitäten

Wir bieten Bogenbaukurse an, führen Bogeturniere und Vereinsfeste durch, geben Einführungskurse im traditionellen Bogenschießen, bieten anderen sozialen Projekten die Nutzung unseres Bogensportgeländes an und bilden „Kursleiter im therapeutischen Bogenschießen“ aus.

(weitere Informationen bei H.-J. Brehm – Tel.: 02196-721913 oder brehm@alphaev.de)