

Sonderausgabe

2022

SOVD *Magazin*

Herausgegeben vom Sozialverband Deutschland



Barrieren sportlich überwinden
SoVD-Inklusionslauf zeigt, wie es geht

Eine starke Gemeinschaft

Der Sozialverband Deutschland (SoVD) vertritt die Interessen der Rentner, der Patienten und gesetzlich Krankenversicherten sowie der pflegebedürftigen und behinderten Menschen. Wir setzen uns für Ihre Rechte ein und bieten unseren Mitgliedern Beratungsstellen in ganz Deutschland. Dort erhalten sie Hilfe bei Fragen zur gesetzlichen Kranken-, Renten- und Pflegeversicherung oder in behindertenrechtlichen Dingen. Soziale Gerechtigkeit steht im Mittelpunkt unserer Arbeit. Wir setzen uns für den Ausbau und den Erhalt der sozialen Sicherungssysteme ein. Der Sozialstaat ist ein wichtiges Auffangnetz für die Menschen – das zeigt sich gerade in Zeiten wirtschaftlicher Krisen. Uns geht es auch um Chancengleichheit, zum Beispiel um die Bildung und Ausbildung, die unsere Gesellschaft behinderten und benachteiligten Kindern und Jugendlichen bietet.



Der SoVD ist eine starke Gemeinschaft mit rund 600.000 Mitgliedern. Bei uns können Sie sich engagieren und mit anderen gemeinsam aktiv werden. Einer von über 2.000 Ortsverbänden befindet sich bestimmt auch in Ihrer Nähe.



Die starke Gemeinschaft des SoVD war beim Inklusionslauf in Berlin erneut zu spüren.

Zurück nach langer Pause

Der SoVD-Inklusionslauf konnte aufgrund der Pandemie die letzten zwei Jahre nicht stattfinden. Nun meldete sich die Veranstaltung endlich zurück.

Seite 4–27



So läuft Inklusion

Menschen mit und ohne Behinderung zeigten, wie man gemeinsam Spaß an Bewegung haben kann. Der Forderung nach Inklusion verliehen sie damit Nachdruck.

Seite 28–51

Foto Titelbild: Sascha Pfeiler; Fotos auf diesen Seiten: Denny Brückner, Sascha Pfeiler



Dieses Team der Bundesgeschäftsstelle des SoVD organisierte die Laufveranstaltung.

Gemeinsam Inklusion erleben

Inklusionslauf nach langer Pause zurück



Zwei Jahre musste die große, inklusive Laufveranstaltung des SoVD pausieren. Am 25. Juni 2022 war es dann endlich wieder so weit: Der Startschuss für den Inklusionslauf fiel. Über 600 Teilnehmende auf und neben der Strecke machten den Tag zu einem großen Erfolg. Dabei sind so viele tolle Fotos entstanden, dass wir gar nicht alle zeigen können.

Foto: Denny Brückner

Beim Start des diesjährigen Inklusionslaufes herrschte erneut ein großes Miteinander.



Hunderte Teilnehmende kamen am 25. Juni auf dem Tempelhofer Feld in Berlin zusammen, um Inklusion zu feiern und Spaß an Sport und Bewegung zu haben. Beim SoVD-Inklusionslauf steht der Gemeinschaftsgedanke im Mittelpunkt.

Foto: Denny Brückner

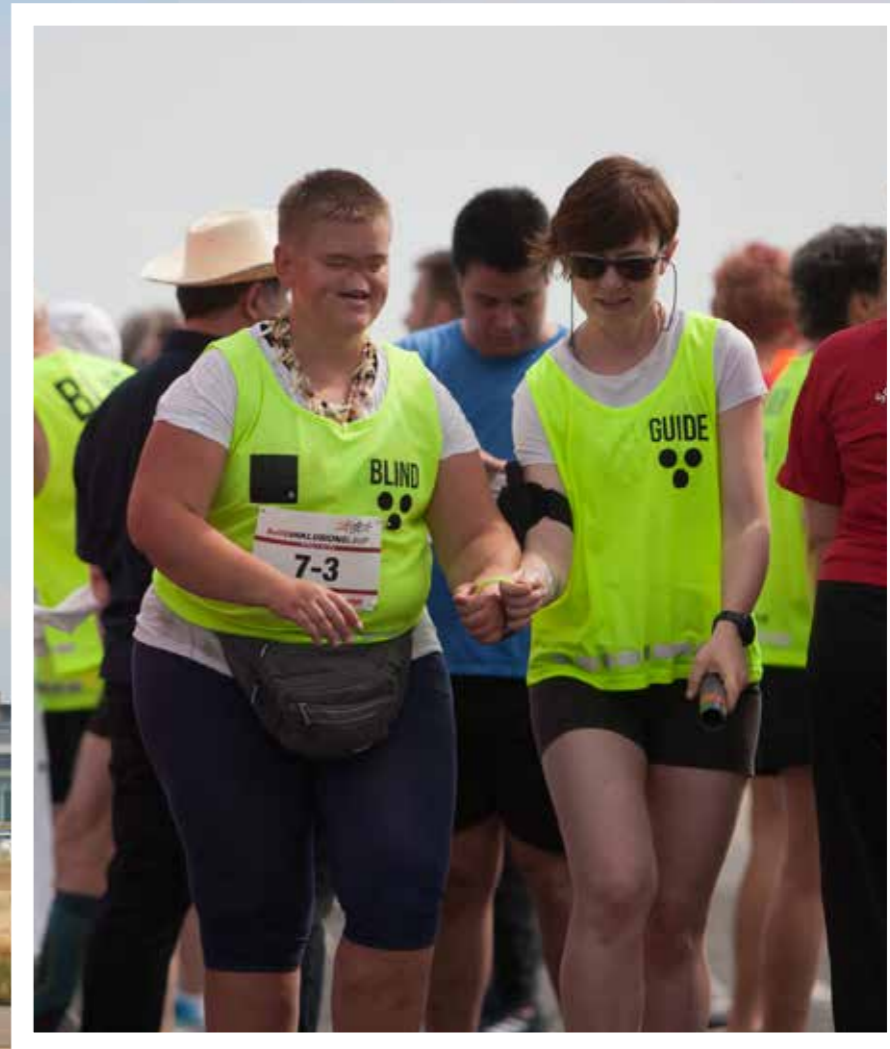
Der ehemalige Flughafen Tempelhof ist die ideale Kulisse für die SoVD-Laufveranstaltung.



Auch diesmal traf wieder ein bunte Mischung von Sportbegeisterten zusammen, die alle auf ihre Weise ins Ziel kamen. Ob Blinde mit Guide, Menschen mit Rollstuhl oder Handbike oder auch auf Skates und Rollschuhen: Hier war für jede*n Platz.

Fotos: Denny Brückner

Das Dabeisein stand im Mittelpunkt – ob zu Fuß oder mit technischen Hilfsmitteln.



SOVD



Fotos: Sascha Pfeiler, Denny Brückner

Ohne Barrieren: Auch bei der Staffel konnten uneingeschränkt alle mitmachen.

Lauf wird zur Tradition

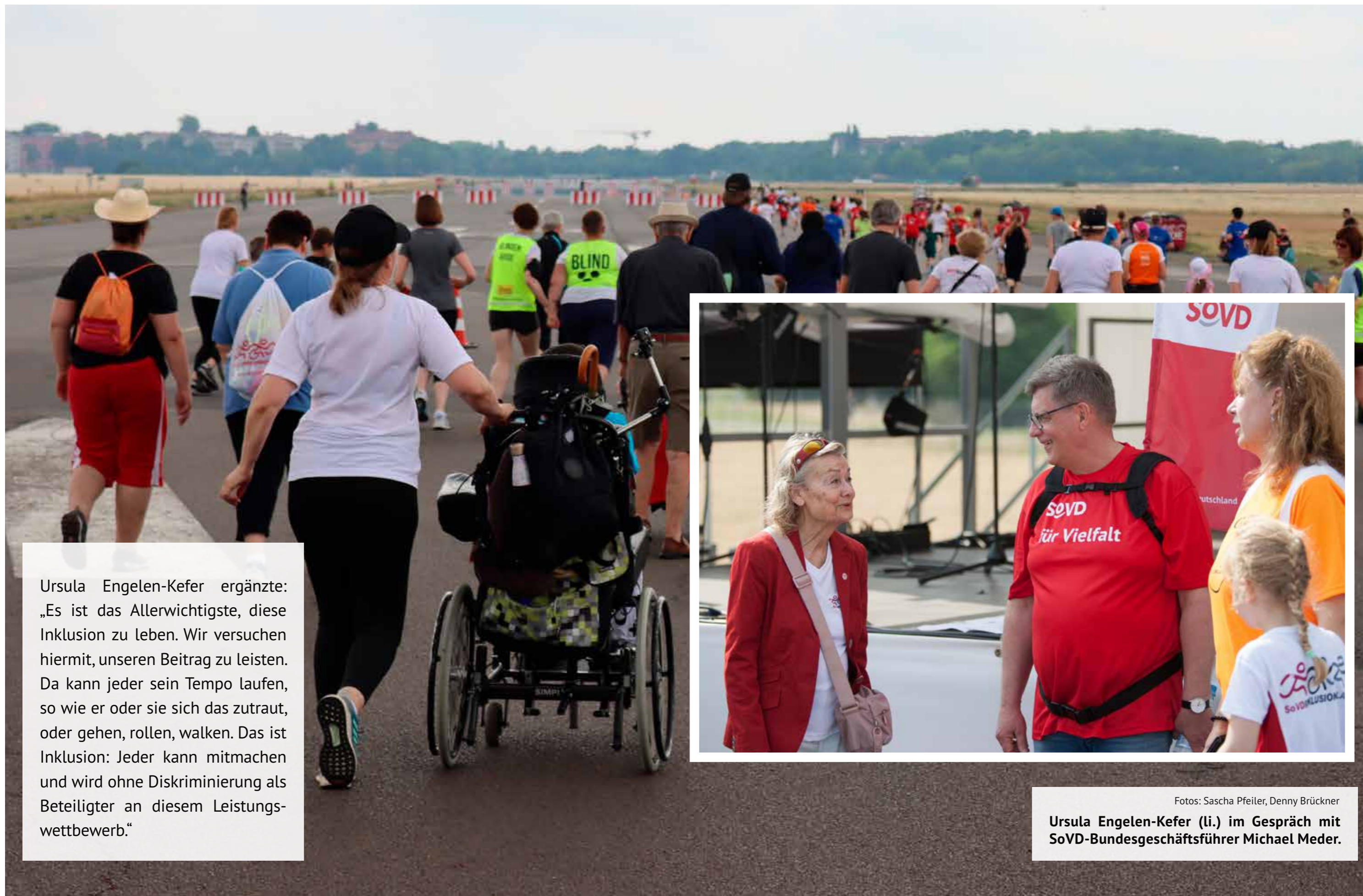
Vor den Wettbewerben erfolgte die Eröffnung durch den diesjährigen Schirmherrn Özcan Mutlu (Präsident des Behinderten- und Rehabilitations-Sportverbandes Berlin) und SoVD-Vizepräsidentin Ursula Engelen Kefer, die beide später auch selbst an den Start gehen sollten.

Mutlu lobte die Veranstaltung „Ich war vor sieben Jahren beim Startschuss dabei, als ich noch Bundestagsabgeordneter war, und da hab ich mich sehr gefreut und die Hoffnung gehabt, dass das eine Tradition wird. Und jetzt, trotz Corona-Pause und trotz Unterbrechung, sind wir hier auf dem Tempelhofer Feld. Wir werden gleich den Start haben und zusammen laufen. Ich kann nur sagen: SoVD, vielen Dank für diesen tollen Inklusionslauf für die Stadt Berlin!“



Fotos: Sascha Pfeiler, Denny Brückner

SoVD-Vizepräsidentin Ursula Engelen-Kefer mit dem Schirmherrn Özcan Mutlu.



Ursula Engelen-Kefer ergänzte: „Es ist das Allerwichtigste, diese Inklusion zu leben. Wir versuchen hiermit, unseren Beitrag zu leisten. Da kann jeder sein Tempo laufen, so wie er oder sie sich das zutraut, oder gehen, rollen, walken. Das ist Inklusion: Jeder kann mitmachen und wird ohne Diskriminierung als Beteiligter an diesem Leistungswettbewerb.“



Fotos: Sascha Pfeiler, Denny Brückner

Ursula Engelen-Kefer (li.) im Gespräch mit SoVD-Bundesgeschäftsführer Michael Meder.



Fotos: Sascha Pfeiler, Denny Brückner
 Den sportlichen Teil leitete die Kifrie-Musiketage mit der Live-Premiere des eigens komponierten Inklusionsongs ein.



Fotos: Sascha Pfeiler

Auftakt mit Bambini- und Staffellauf

Ein ausgelassenes Teilnehmerfeld ging dann im Bambinilauf über die 300-Meter-Strecke an den Start, anschließend standen die Staffelläufe über viermal 400 Meter auf dem Programm.





Fotos: Sascha Pfeiler,
Auch die Kleinsten hatten beim Inklusionlauf
in diesem Jahr wieder ihren Spaß.



Fotos: Sascha Pfeiler



Fotos: Sascha Pfeiler
Auf einer eigens hierfür eingerichteten Fläche konnten verschiedene Fortbewegungsmittel ausprobiert werden.



Teilhabe als Lebensgefühl

Das Thema Inklusion spielte während der gesamten Veranstaltung auf der Strecke wie auch auf der Bühne eine entscheidende Rolle. Im Anschluss an die Staffel etwa klärte der Künstler Jean-Marc Lorber über das Leben mit dem Tourette-Syndrom auf und stellte seine Musik vor.

Damit war alles bereit für den Einzelstart über 1 und 2,5 Kilometer. Mittlerweile verdeckten ein paar Wolken die Sonne, sodass die Bedingungen zum Laufen, Rollen und alle anderen Fortbewegungsarten noch besser waren.



Foto: Denny Brückner

Sänger Jean-Marc Lorber räumte mit einigen Vorurteilen zum Tourette-Syndrom auf.



Vor den Läufen über 5 und 10 Kilometer heizte die Band „Rockantrieb“ mit ihren Songs den Sportler*innen und allen Gästen ein. Dann war es so weit: Die Startenden setzten sich in Bewegung, um das historische Gelände auf den alten Start- und Landebahnen zu umrunden. Für zusätzliche Energie und Motivation sorgten neben der Wasserstelle nach der Hälfte der Strecke auch die antreibenden Rhythmen der Kifrie-Musiketa-ge in der letzten Kurve vor dem Zieleinlauf.



Fotos: Sascha Pfeiler

„Inklusion rockt“ – so lautete die musikalische Botschaft an diesem Tag.

Zum siebten Mal Spaß, Begegnung und sportliche Leistung bei SoVD-Veranstaltung für alle

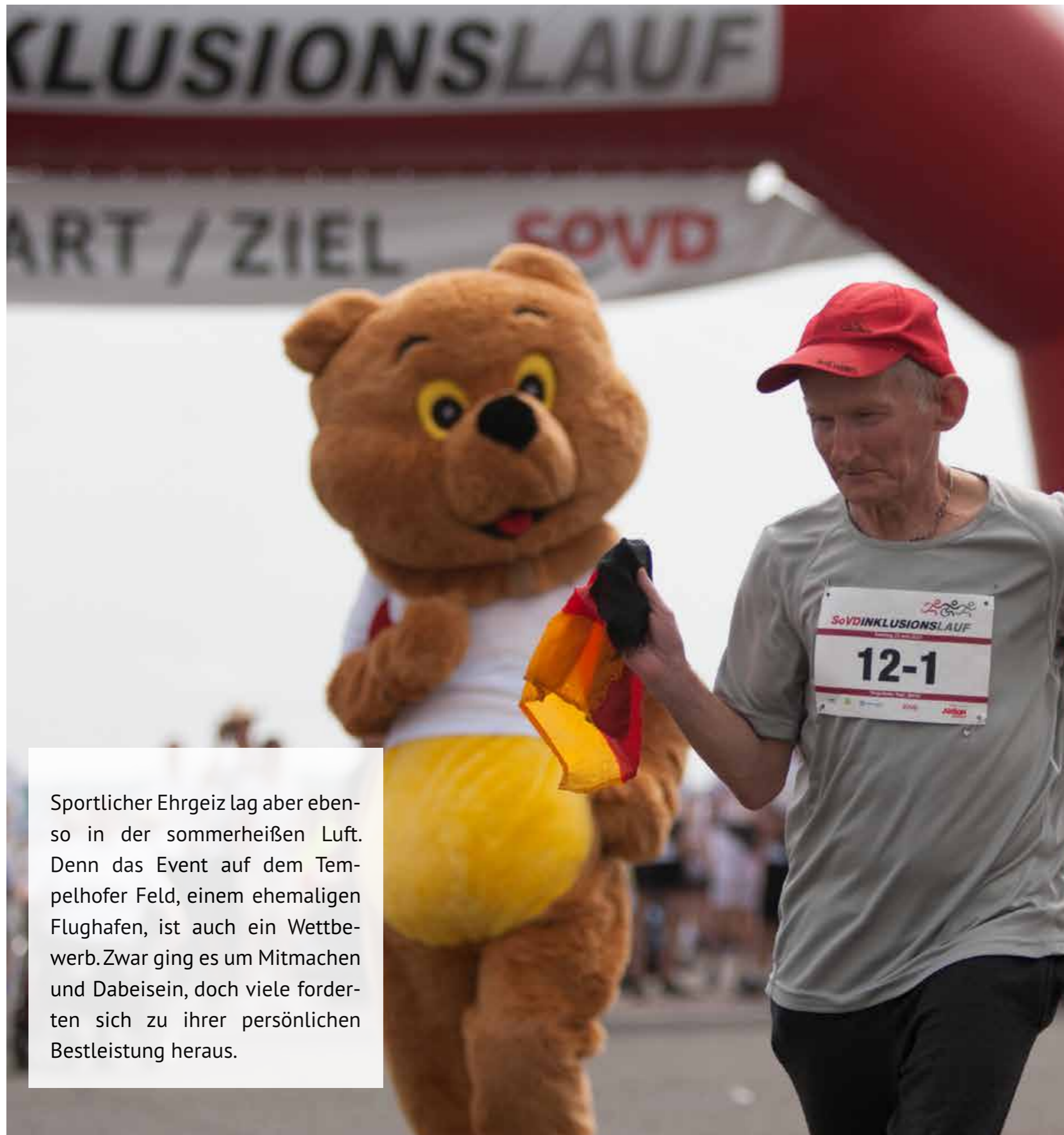
Inklusionslauf zeigt, wie es geht



Zeit, um Inklusion zu feiern – endlich wieder live vor Ort! Nach insgesamt zwei Jahren Corona-Pause konnte am 25. Juni in Berlin der siebte SoVD-Inklusionslauf stattfinden. Bei der großen Sportveranstaltung hatten alle zusammen Freude an Bewegung: Menschen mit und ohne Behinderungen, Alt und Jung. Unter dem Motto „Gemeinsam aktiv für die gute Sache“ zeigten Hunderte Beteiligte, dass das möglich ist – und Spaß macht. Denn der stand klar im Zentrum.

Foto: Sascha Pfeiler

V. li.: Schirmherr Özcan Mutlu bildete mit Keren Vogler, Michaela Engelmeier und Alexander Freier-Winterwerb die „SoVD-Rennschnecken“.



Sportlicher Ehrgeiz lag aber ebenso in der sommerheißen Luft. Denn das Event auf dem Tempelhofer Feld, einem ehemaligen Flughafen, ist auch ein Wettbewerb. Zwar ging es um Mitmachen und Dabeisein, doch viele forderten sich zu ihrer persönlichen Bestleistung heraus.



Fotos: Sascha Pfeiler
Mit Spaß und Durchhaltevermögen gelangten die Teilnehmer*innen ans Ziel.

Grundgedanke ist die Gemeinschaft. Dabei bewegen sich bei unterschiedlichen Disziplinen und Distanzen alle in ihrem Tempo und auf die ihnen mögliche Art: laufend, walkend, mit Stöcken, im Rollstuhl, per Handbike, begleitet oder auf Skates. Fahrräder waren jedoch nicht erlaubt, außer als Hilfsmittel bei einer Behinderung. SoVD-Vizepräsidentin Ursula Engelen-Kefer und der diesjährige Schirmherr, Özcan Mutlu, Ehrenpräsident des Behinderten- und Rehabilitationssportverbandes Berlin, eröffneten die Veranstaltung. Beide liefen auch mit. Denn sie wissen: Von Inklusion darf man nicht nur reden, man muss sie umsetzen, leben – und zeigen. Engelen-Kefer bedankte sich bei den Kooperationspartnern – Berliner Leichtathletikverband, Evangelische Bank, Lebenshilfe und DBSV – und bei der Aktion Mensch, die finanziell hilft. Zur Idee des Events zitierte sie Hermann Hesse: „Man muss das Unmögliche wollen, um das Mögliche zu erreichen!“ und verwies auf die UN-Behindertenrechtskonvention.



Fotos: Sascha Pfeiler

Eine Laufbegleitung ermöglichte blinden oder sehbehinderten Läufer*innen die Teilnahme.



Fotos: Sascha Pfeiler
 „Dabei sein ist alles“ – so lautete an diesem Tag uneingeschränkt die Devise.

Das Teilhaberecht gelte auch für Sportaktivitäten. „Inklusion erfordert ein erhebliches Umdenken: Die gesellschaftlichen Strukturen müssen Menschen mit Behinderungen die gleichberechtigte Teilnahme ermöglichen“, so Engelen-Kefer. Der Lauf wolle Berührungspunkte abbauen und ein vorurteilsfreies Miteinander fördern, angefangen bei den Kindern. Das sei Inklusion: „Jeder kann mitmachen und wird ohne Diskriminierung als Beteiligter gesehen.“

**Inklusion ist keine Kür,
sondern ein Menschenrecht**

Nun hat diese Idee auch die Pandemie-Lücke überdauert. Mutlu lobte die Veranstaltung: „Ich war vor sieben Jahren beim Startschuss dabei, als ich noch Bundestagsabgeordneter war, und da hab' ich mich sehr gefreut und die Hoffnung gehabt, dass das eine Tradition wird.“



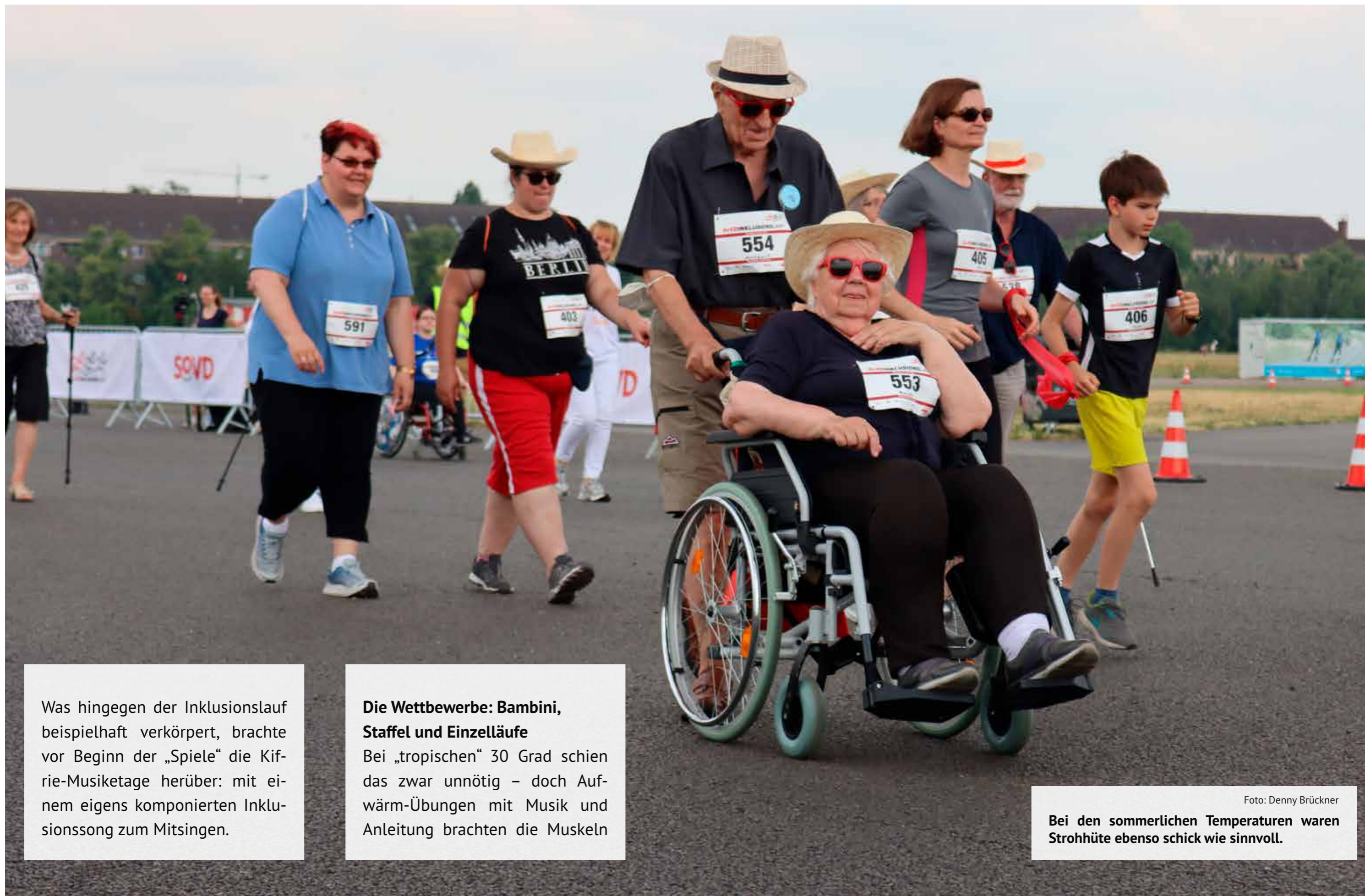
Fotos: Denny Brückner, Sascha Pfeiler

Über den Asphalt ging es entweder mithilfe der Beine oder durch die Kraft der Arme.

Doch Inklusion ist längst nicht überall so selbstverständlich. Dabei sei sie, betonte auch der Schirmherr, „kein Nice-to-have oder eine Kür, sondern grundsätzlich das Recht jedes Menschen.“ Es müsse aber täglich erkämpft werden.



Fotos: Denny Brückner, Sascha Pfeiler
Wer beim Inklusionslauf mitmachte, hatte in jedem Fall Spaß an der Bewegung.



Was hingegen der Inklusionslauf beispielhaft verkörpert, brachte vor Beginn der „Spiele“ die Kifrie-Musikstage herüber: mit einem eigens komponierten Inklusionssong zum Mitsingen.

Die Wettbewerbe: Bambini, Staffel und Einzelläufe

Bei „tropischen“ 30 Grad schien das zwar unnötig – doch Aufwärm-Übungen mit Musik und Anleitung brachten die Muskeln

Foto: Denny Brückner

Bei den sommerlichen Temperaturen waren Strohhüte ebenso schick wie sinnvoll.



auf Trab und gute Stimmung. Die sechs Disziplinen starteten dann mit den Kleinsten: im „Bambini-lauf“ über 300 Meter. Schon Zwei- und Dreijährige machten mit. Manchmal mussten die Erwachsenen etwas helfen.

Es folgten Staffeln über 4 mal 400 Meter. Auch hier liefen einige Kinder mit. 17 Teams waren angemeldet. Am schnellsten war die integrierte „Schule am Königs-tor“. Sie war in großer Gruppe da,



Foto: Denny Brückner

Wer Nordic Walking betreibt, konnte das auch beim Inklusionslauf tun.



ob bei Staffel- oder Einzelläufen oder als Begleitung, und in ihren roten Shirts weithin sichtbar. Er wolle „gleich weitertrainieren“, so ein Schüler nach seiner Staffel.

Später war Ausdauer im Einzellauf gefragt: über 1 oder 2,5 sowie 5 oder 10 Kilometer. Manche legten vor dem Ziel noch einen Sprint ein.



Fotos: Sascha Pfeiler

Individuell ins Ziel springen oder mit anderen gemeinsam ankommen – alles war möglich.



Fotos: Sascha Pfeiler
Die Freude, es geschafft zu haben, war vielen am Gesicht abzulesen.

Schnellster über 10 Kilometer war Tim Teubner mit nur 38 Minuten. Der erste „Rolli“ kam kaum später ins Ziel: Andreas Mücke mit einem der Handbikes.

Zu schaffen machte vielen die Hitze. Der Freude tat das keinen Abbruch. Motivation und Erfrischung gaben Wasserstationen, Applaus und die Rhythmusgruppe der Kifrie-Musik-

etage. Etwa 600 Leute waren auf und an der Strecke. Zwischen den Läufen gab es auf der Bühne Musik und Talk mit Rafael Treite, der auch wieder im Start und Ziel moderierte. So klärte

„Tourette-Botschafter“ Jean-Marc Lorber kurzweilig über „Tics“ auf und performte eigene Songs. Mit Gitarrenmusik heizte die inklusive Band „RockAntrieb“ ein.



Foto: Sascha Pfeiler

Ob Profi oder Amateur, gelaufen wurde bei diesem Event gemeinsam.

Auch sonst war etwas los. Es warteten Info-Zelte, ein Imbiss, eine Spielecke – sowie auch diesmal eine Fläche zum Ausprobieren: der Rollstuhl- und Blindenparcours sowie „psychomotorische Bewegungsgeräte für alle“. Das bietet Holger Kranz von der Deutschen Stiftung Querschnittslähmung aus Karlsruhe seit dem ersten Inklusionslauf an. Und zum

Abschluss gab es eine Tombola. Gespräche mit Teilnehmenden zeigten, wie sie sich freuten, wieder dabei zu sein. Wer angereist war, verband den Anlass mit einem Stadtbesuch. Viele waren schon „alte Bekannte“, andere kamen ins Gespräch – der Inklusionslauf ist auch Begegnung, Kontakt und Vernetzung. Doppelt leicht geht das, weil man sich beim Sport duzt.



Foto: Sascha Pfeiler

Keine Frage: Viele der Teilnehmenden werden auch im nächsten Jahr wieder dabei sein.

Dank an alle, die 2022 dabei waren

Inklusion – ein Volltreffer



Impressum

Das Online-Magazin erscheint monatlich in Ergänzung zur Mitgliederzeitung „Soziales im Blick“. Gelesen werden kann es ausschließlich online unter www.sovd.de sowie (mit Zusatzfunktionen) über die App „SoVD Magazin“. Herausgeber ist der Sozialverband Deutschland e.V. (SoVD), Stralauer Straße 63, 10179 Berlin, E-Mail: redaktion@sovde.de, Telefon: 030 / 72 62 22 – 0. Redaktion: Veronica Sina (verantwortlich), Joachim Schöne, Brigitte Grahl, Sebastian Triesch, Denny Brückner, Eva Lebenheim.