



## 10 Jahre Gesundheitsförderprogramm Healthy Athletes®

Special Olympics bietet als internationale Sportorganisation für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit geistiger Behinderung auch das Healthy Athletes® Programm zur Gesundheitsförderung und Prävention an.

Das Healthy Athletes® Programm umfasst Angebote für kostenlose und umfassende Beratungen und Kontrolluntersuchungen, die alle Athleten bei nationalen und internationalen Special Olympics Sportveranstaltungen in Anspruch nehmen können. In Deutschland wurde Healthy Athletes® bei den Nationalen Spielen 2004 in Hamburg eingeführt und feiert somit in diesem Jahr 10-jähriges Jubiläum.

Basierend auf wissenschaftlichen Erkenntnissen, dass Menschen mit geistiger und Lernbehinderung ein um 40 Prozent höheres Risiko für zusätzliche gesundheitliche Einschränkungen wie Übergewicht, mangelhafte Fitness, falsche Ernährung und Vitaminmangel tragen, setzt das Programm mit Untersuchungen und Weiterbehandlungsempfehlungen an. Auch nicht behandelte Seh- oder Hörminderungen und Fußschäden, aber auch mehr Karies und Parodontalerkrankungen finden sich bei Menschen mit geistiger Behinderung. Sie haben darüber hinaus oft Probleme, ihren gesundheitlichen Zustand selbstständig zu beurteilen und mitzuteilen, sind somit auf eine angemessene medizinische Betreuung angewiesen, die kompromisslos auf ihre Bedürfnisse eingeht.

Viele Mediziner, die sich freiwillig im Healthy Athletes® Programm engagieren, werden für die besonderen Belange der Sportler mit geistiger Behinderung sensibilisiert. Diese praktische Erfahrung steigert ihr Wissen und ihre Kompetenz und baut gleichzeitig Berührungsängste gegenüber Menschen mit geistiger Behinderung ab. Als Multiplikatoren tragen sie diese wertvollen Kenntnisse in ihre unterschiedlichen Bereiche weiter.

Seit 2004 wurden mit Unterstützung von ca. 2.000 ehrenamtlichen Helfern (Ärzte, Zahnärzte, Optometristen, Physiotherapeuten, Podologen, medizinisches Fachpersonal und Studenten) mehr als 20.000 Screenings bei Veranstaltungen von Special Olympics Deutschland durchgeführt. Das Gesundheitsprogramm kooperiert erfolgreich mit der Bundeszahnärztekammer und der Bundesärztekammer. Darüber hinaus bestehen Kooperationen mit dem Verband der Augenoptikerinnung.

Die Ergebnisse der Healthy Athletes® Untersuchungen zeigen, dass ein noch größeres Augenmerk auf die Gesundheit der Athleten gerichtet werden muss. Nahezu 40 Prozent von ihnen sind übergewichtig und mehr als 70 Prozent haben Nagel- oder Hauterkrankungen. Fast jeder dritte Teilnehmer am Gesundheitsprogramm benötigt eine Weiterbehandlung beim Hörspezialisten oder HNO-Arzt und sogar jeder zweite untersuchte Athlet eine zahnärztliche Behandlung.

### **Projekt „Selbstbestimmt gesünder“, gefördert durch das Bundesministerium für Gesundheit**

Das Special Olympics Projekt „Selbstbestimmt gesünder – Gesundheitskompetenzen für Menschen mit geistiger und Mehrfachbehinderung“ wurde im Oktober 2011 ins Leben gerufen und seitdem durch das Bundesministerium für Gesundheit (BMG) gefördert.

Anfang 2013 wurde ein Folgeprojekt für den Zeitraum Ende 2014 bewilligt, in das erneut die Special Olympics Landesverbände der fünf Pilotländer Berlin, Nordrhein-Westfalen, Thüringen, Bayern und Rheinland-Pfalz einbezogen sind. Ziel des Projektes „Selbstbestimmt gesünder II“ ist es, Prävention und Gesundheitsaufklärung für Menschen mit geistiger und Mehrfachbehinderung zu verbessern, um Selbstbestimmung und Teilhabe an der eigenen Gesundheitsvorsorge zu erreichen.



Premium Partner von Special Olympics Deutschland

## Angebote des Gesundheitsprogramms Healthy Athletes®:

- **Fit Feet – Fitte Füße**– *Fußdiagnostik*
- **FUNfitness – Bewegung mit Spaß** – *physiologisches Bewegungsverhalten*
- **Health Promotion – Gesünder Leben** – *Beratung zur gesunden Ernährung und Lebensweise*

Bei Health Promotion bekommen die Athleten und Athletinnen mit pädagogischen Hilfsmitteln Beratung zu gesunder Ernährung, Aufklärung zu den Risiken des Rauchens und der Sonneneinwirkung. Beispielsweise lernen die Athleten an einer Scheibe für den Body-Maß-Index ihr Gewicht einzuordnen. Mit kleinen Übungen, wie der Einsortierung von „Fitmacher und Fettmacher“ wird den Athleten Wissen über den Kalorien- und Vitamingehalt der Nahrungsmittel vermittelt. An anschaulichen Modellen können die Teilnehmer selber austesten, wie zum Beispiel Rauchen die Atmung behindert, wenn nur durch einen Strohhalm geatmet werden darf. Darüber hinaus werden Blutdruckkontrollen und einfache Hygieneberatungen angeboten. Bei allen Übungen steht die Freude an der gesunden Lebensweise im Vordergrund.

- **Healthy Hearing – Besser Hören** – *Untersuchungen des Hörvermögens*
- **Special Olympics-Lions Club International Opening Eyes® - Besser Sehen** – *Untersuchungen der Sehkraft*
- **Special Smiles - Gesund im Mund** in Deutschland gefördert durch WRIGLEY FOUNDATION – *Zahnärztliche Untersuchungen und Anleitung zur Zahnpflege*

## Healthy Athletes® Angebote während der Special Olympics Düsseldorf 2014

Während der Nationalen Spiele in Düsseldorf wird Healthy Athletes® unter Leitung der jeweiligen Clinical Directors in sechs Gesundheitsdisziplinen angeboten. Vom 20. – 23. Mai 2014 werden im Gesundheitszelt in Olympic Town mehr als 4.000 Untersuchungen und Beratungen von Athleten erwartet. Sie werden mit Unterstützung des Gesundheitsdezernats der Stadt Düsseldorf, der Ärzte- und Zahnärztekammer Nordrhein sowie der Lions durch mehr als 70 Mediziner ehrenamtlich durchgeführt. Darüber hinaus sind u.a. 80 Lernende der Schule für Physiotherapie am Universitätsklinikum Düsseldorf, Schüler der Kaiserswerther Diakonie, des Berufskollegs des Landschaftsverbandes Rheinland, Mitarbeiter der Firma Wrigley sowie Studenten der TU Dortmund, des Zentrums Zahnmedizin der Uni Witten-Herdecke, des Bereiches Logopädie der Hochschule für Gesundheit Bochum und der TU Dortmund involviert.

Erstmals werden zusätzlich das Zahn- und Mundgesundheitsprogramm im Rather Waldstadion (Mittwoch und Donnerstag) und das Programm Health Promotion in der Schwimmhalle in Wuppertal (Dienstag - Donnerstag) dezentral angeboten.

Die Eröffnung des Gesundheitsprogramms mit anschließendem Presserundgang findet am Dienstag, 20. Mai 2014, 10:00 Uhr, statt. Das Gesundheitszelt ist (Dienstag - Donnerstag 10 - 19; Freitag 10 – 14 Uhr) geöffnet.

### Informationen und Anfragen:

Dr. Imke Kaschke MPH, Managerin Healthy Athletes Special Olympics Deutschland e.V.  
imke.kaschke@specialolympics.de



Premium Partner von Special Olympics Deutschland