

HEALTHY ATHLETES®

Special Olympics bietet als internationale Sportorganisation für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit geistiger Behinderung auch das Healthy Athletes® Programm an. Ziele sind Prävention und Gesundheitsförderung, Verbesserung der Trainings- und Wettbewerbsfähigkeiten sowie ein besseres Gesundheitsbewusstsein im Alltag.

Das Healthy Athletes® Programm umfasst Angebote für kostenlose und umfassende Beratungen und Kontrolluntersuchungen. Diese können alle Athleten* bei regionalen, nationalen und internationalen Special Olympics Veranstaltungen, aber auch Menschen mit geistiger Behinderung in Wohneinrichtungen und Werkstätten, in Anspruch nehmen.

Gesund durchs Leben

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Die Angebote des Gesundheitsprogramms werden im Rahmen des Projekts „Gesund durchs Leben“ durch das Bundesministerium für Gesundheit (BMG) gefördert.

WIR SIND ERREICHBAR

Special Olympics Deutschland e.V.
Invalidenstraße 124 • 10115 Berlin
Tel.: +49 (0)30 / 24 62 52-0 • Fax: -19
info@specialolympics.de

specialolympics.de
facebook.com/specialolympicsdeutschland



Image-Film
Healthy Athletes®

SPENDEN SIE JETZT

Spenden Sie uns online auf:
spenden.specialolympics.de

oder direkt an unser Spendenkonto:
IBAN: DE28 1002 0500 0001 1621 01

BIC: BFSWDE33BER
Bank für Sozialwirtschaft

Für Ihre Spende erhalten Sie eine
Zuwendungsbescheinigung.



KONTAKT

Bundesweite fachliche Leitung

CD Dr. med. Margarethe Möllering

Mail: margarethe.moellering@specialolympics.de

Tel.: +49 (0) 201 / 44 27 04

CD Dr. med. Brigitte Wörner

Mail: brigitte.woerner@specialolympics.de

Tel.: +49 (0) 30 / 32 21 628

CD Marion Giesecke

Mail: marion.giesecke@specialolympics.de

Regionale Koordinatoren der SO- Landesverbände

Special Olympics Bayern

Katharina Schlammerl

Mail: gesundheit@specialolympics-bayern.de

Special Olympics Berlin/Brandenburg

Dr. med. Brigitte Wörner

Mail: brigitte.woerner@specialolympics.de

Special Olympics Nordrhein-Westfalen

Ellen Barrey

Mail: ellen.barrey@specialolympics.de

Special Olympics Rheinland-Pfalz

Britta Mies

Dr. H-O Neuberger

Mail: b.mies@so-rlp.de

Special Olympics Saarland

Dr. med. Kerstin Mörsdorf

Mail: info@saarland.specialolympics.de

Special Olympics Sachsen-Anhalt

Marion Giesecke

Mail: gesundheit@sachsen-anhalt.specialolympics.de

Special Olympics Schleswig-Holstein

Dr. Karin Plagemann

Mail: gesundheit@sh.specialolympics.de



* Zur besseren Lesbarkeit wird ausschließlich die männliche Form verwendet. Personen weiblichen wie männlichen Geschlechts sind darin gleichermaßen eingeschlossen.

Special
Olympics
Deutschland



Gesunde Lebensweise

Special Olympics Health Promotion



Gesund durchs Leben

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Premium Partner

WÜRTH

ABB

s.Oliver



HEALTH PROMOTION – GESUNDE LEBENSWEISE

Ziel ist es, Aufklärung und Beratung zu gesunder Ernährung, den Gefahren des Rauchens und zum Sonnenschutz anzubieten. Das Bewusstsein für einen gesunden Lebensstil soll gestärkt werden.

MACHEN SIE MIT!

Als Helfer können Sie Health Promotion – Gesunde Lebensweise bei unterschiedlichen Veranstaltungen unterstützen. Herzlich willkommen sind Ärzte und Personen mit Erfahrungen in sozialen Berufen, insbesondere in der Ernährungs- und Gesundheitsberatung.



PROGRAMMINHALTE

Gewichtskontrolle:

Maßnahme zur Feststellung des BMI.

Ernährungsberatung:

Veranschaulichende Aufklärung über Fit- und Fettmacher und Beratung zu gesunder Ernährung.

Blutdruckkontrolle:

Kontrolluntersuchung.

Raucherberatung:

Aufklärung über die Folgen des Rauchens.

Sonnenschutz:

Information über die Hautschäden durch Sonneneinwirkung und Hinweise zum richtigen Sonnenschutz.

Hygiene:

Auch Händewaschen will gelernt sein. Richtiges Händewaschen ist einer der wichtigsten Maßnahmen, um Krankheiten vorzubeugen.

Unterstützt durch:



AUSGEWÄHLTE UNTERSUCHUNGSERGEBNISSE 2008 – 2017

Ergebnisse 2008 - 2017

Anzahl untersuchter Teilnehmer	7.348
Tabakkonsum	16%
Erwachsene ab 20 Jahre	
Übergewicht	31%
Adipositas	30%
Kinder und Jugendliche unter 20 Jahre	
Übergewicht	16%
Adipositas	17%

Tab.: Durchschnittlicher Anteil der insgesamt 7.348 untersuchten Teilnehmer in Prozent. Daten aus nationalen und regionalen Veranstaltungen im Zeitraum von 2008 bis 2017.

Das Übergewicht bei Erwachsenen wird mit dem Body-Maß-Index (BMI) bestimmt. Bei Kindern und Jugendlichen werden alters- und geschlechtsspezifische Perzentile verwendet.

Anhand der Untersuchungsergebnisse wird deutlich, dass ein großer Bedarf an Aufklärung und Unterstützung zu einer selbstständig, verantwortungsbewussten und gesunden Lebensführung besteht.