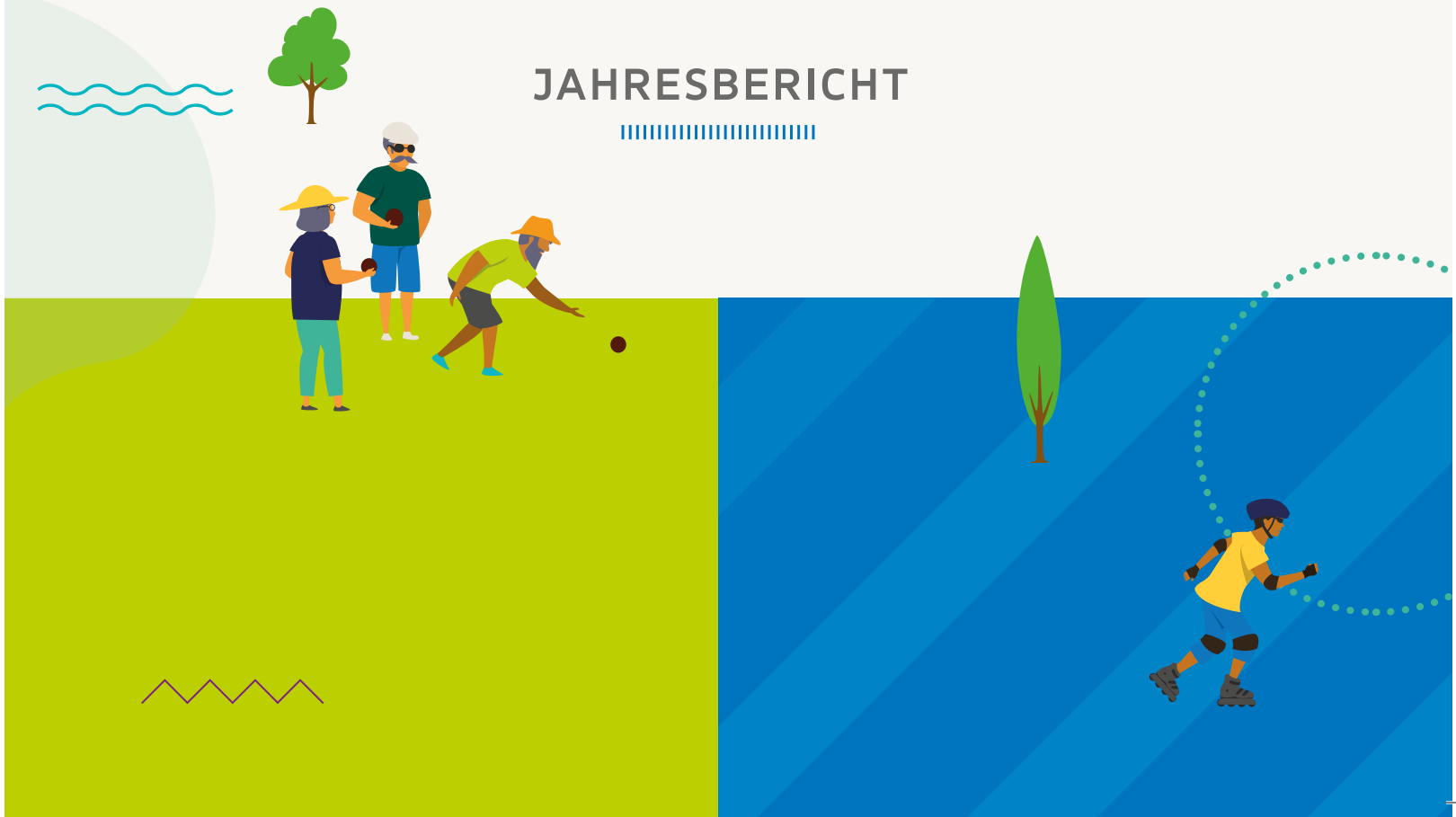




Mülheim macht Sport



JAHRESBERICHT





4

Übersicht der Schwerpunkte und zugehörigen Projekte

6

Kinder und Jugendsport

- Tagung: Bildung braucht Bewegung
- Kita
- Grundschule
- Weiterführende Schule

11

Sporträume

- Sport im Park
- Klettersteig an den Bahnbögen
- Laufstrecken
- Outdoor gym Kahlenberg
- Sportpark Styrum

14

Ehrenamt

- Portrait: Nanni Silbernagel
- Förderprogramme
- Gesichter im Ehrenamt
- Frauen in Führung

17

Chancengleichheit – Integration und Inklusion

- Stützpunktvereine
- Netzwerkarbeit
- Handlungskonzept Integration
- Ausblick 2019

18

Ausblick 2019: Sportveranstaltungen

- Ruhr Games
- FINAL FOUR 2019
- 100 Jahre Mülheimer Sportbund
- Neue Fahrzeuge

20

Local Hero: Damian Wierling

Übersicht der Schwerpunkte und zugehörigen Projekte

Den gemeinsamen Schwerpunkten für eine sportliche Stadt Mülheim an der Ruhr wurden in dieser Grafik laufende Projekte zugeordnet. Diese Liste wird ständig weiterentwickelt und nicht alle Themen werden aus der Sportentwicklung heraus betreut. Auf den folgenden Seiten werden einige Projekte daraus exemplarisch dargestellt.

1 Öffentlichkeitsarbeit (Schwerpunkt 2013/2014)

- Corporate Design
- Sporttalk
- Local Hero
- Jahresbericht

2 Netzwerkarbeit (Schwerpunkt 2013/2014)

- Sportforen
- Kooperationen z.B. HRW, Uni Bochum
- AG's zu Schwerpunktthemen
- Tagung: Bildung braucht Bewegung

3 Kinder- und Jugendsport (Schwerpunkt 2015)

Kita

- Prima Leben Zertifikat
- KiBaz Aktionstag
- Fahrradprojekt
- Kita-Sporttage

Grundschule

- OGS
- Check
- Sport vor Ort
- Flotte Flosse
- Ferienschwimmcamps
- Sportgutscheine
- Tag der Talente und Sportaktionstag

Weiterführende Schule

- TrendSport Mülheim (Kurse, Events, Orte)
- Neuer Soccercourt
- Schwimm mit!

4 Sporträume (Schwerpunkt 2016)

- Abschluss Perspektivkonzept Fußball
- Baden in der Ruhr
- Energetische Maßnahmen
- Sportstättenplanung:
 - Ersatz-Neubau Friedrich-Wennmann-Bad
 - Neubau Dreifachsporthalle
- Sportpark Styrum
- Sportschulhof
- Perspektivkonzept Leichtathletik
 - Kunststofflaufbahn
 - Laufstrecken
 - Fitnessstation





5 Ehrenamt (Schwerpunkt 2017)

- Club Support
- Förderung Übungsleiterausbildung
- Ausbildung ÜL-C sowie Sport- und Gruppenhelfer
- Vermittlung und Einsatz von Freiwilligendienstleistenden (FSJ/Bufdi)
- Gesichter im Ehrenamt

6 Chancengleichheit – Integration und Inklusion (Schwerpunkt 2018)

- Sport für Flüchtlinge
- Mädchen- und Frauenschwimmen
- Stützpunktvereine



7 Breitensport

- Sport im Park
- SportBildungswerk
- Onlinefinder Sportangebote und Sportorte
- Bewegt jung bleiben
- Bewegt älter werden

8 Sportveranstaltungen (Schwerpunkt 2019)

- Tag des Sports
- medl - Nacht der Sieger
- Neue Fahrzeuge

9 Leistungssport

- NRW-Sportschule
- Mülheimer Sport Förderkreis



Kinder- und Jugendsport



Tagung: Bildung braucht Bewegung

Rund 85 Vertreter von Kindertagesstätten (Kitas), Grundschulen, weiterführenden Schulen, Sportvereinen sowie Kooperationspartnern vom Mülheimer Sportbund und Mülheimer Sport-Service waren der Einladung des **Mülheim macht Sport**-Teams gefolgt und nahmen die Gelegenheit wahr, sich mit den entsprechenden Fachleuten umfassend über das Thema „Bildung und Bewegung“ auszutauschen. Wie Ulrich Ernst, der Dezernent für Bildung, Soziales, Jugend, Gesundheit, Sport und Kultur der Stadt Mülheim an der Ruhr, in seiner Begrüßung bemerkte, solle sich der Sport „wie ein ‚Roter Faden‘ durch die Entwicklungsstufen der Kinder ziehen“. Sport sei „Selbstzweck“ und steigere das Wohlbefinden, so der Beigeordnete weiter. Prof. Dr. Ulrike Ungerer-Röhrich von der Universität Bayreuth appellierte im Hauptvortrag an die Anwesenden, „bewegte Vorbilder“ zu sein, Kinder zu Bewegung zu ermutigen und sie in ihrer Aktivität zu unterstützen.

Kita

Prima Leben

6

Im Programm **NRW bewegt seine KINDER!** konnte das auslaufende **Prima Leben**-Projekt dank der medl GmbH in ein langfristiges Konzept überführt werden – das **Prima Leben Zertifikat**. In diesem Jahr konnten die ersten sechs Kitas zertifiziert werden, die die drei Schwerpunkte Ernährung, Entspannung und Bewegung in ihrer Einrichtung leben und vermitteln.

Kita-Bewegungsstunde

Neben einer Fußball-Bewegungsstunde mit dem SV Heißen und Heißener Kitas, konnte eine Tennis-Bewegungsstunde mit der PMTR Tennis Akademie (dem KHTC angeschlossen) und Saarer Kitas initiiert werden. Kita-Kinder konnten so auf dem Vereinsgelände oder in der Kita erste Erfahrungen mit dem Fußball bzw. dem Tennisschläger sammeln.

Kinderleicht vom Laufrad zum Fahrrad

Das Projekt **Kinderleicht – vom Laufrad zum Fahrrad** wurde in fünf Kitas in Kooperation mit dem RTC Mülheim und dem RC Sturmvogel durchgeführt. Zusätzlich haben im Rahmen des Projektes 93 Kinder zwischen drei und sechs Jahren beim „Radsportfest-Kinderleicht“ das rollende Kibaz (Kinderbewegungsabzeichen) abgelegt.

Grundschule

Check (ehemals KommSport)

Das Pilotprojekt KommSport wurde zum 31.12.2017 beendet, die kompensatorischen Maßnahmen aber wie gewohnt durchgeführt. Nach drei Jahren KommSport wurde der bisherige sportmotorische Test in einen ähnlichen Test mit dem Namen **Check** überführt. Aktuell werden rund 2500 Kinder in den 2. und 4. Klassen der Mülheimer Grundschulen getestet. Die Projektleiter erhoffen sich dadurch noch weitreichendere Testergebnisse, die mit passenden Maßnahmen aufgegriffen werden können.

Aktuell werden 19 Grundschulen durch das Programm **Check** gefördert. Der dritte Tag der Talente fand in der innogy Sporthalle statt, dazu folgte wenig später erstmalig der Tag der Talente im Schwimmen in Kooperation mit dem Schwimmverband NRW. Auch die kompensatorischen Maßnahmen fanden wieder großen Anklang in den Grundschulen:

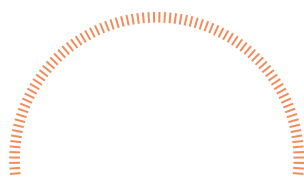
An vier Grundschulen gab Michelle Hatari, erste „Local Hero“ Mülheims, Einblicke in ihr Leben als Leistungssportlerin, um anschließend mit den Mädchen und Jungen eine Trainingseinheit durchzuführen – vom Seilchenspringen bis zum ersten Umgang mit den Boxandschuhen. Am „Big Day For Big Kids“ mit dem Fußballverein 1. AFC Mülheim Shamrocks lernten die Kinder die wesentlichen Spielregeln, verbesserten ihre Fähigkeiten im Umgang mit dem Football und erlernten einfache Spielzüge. Mit der besonderen Unterrichtsstunde war zugleich eine Einladung zum Probetraining bei den Shamrocks verbunden.

Vor den Sommerferien hieß es an elf Mülheimer Grundschulen „balancieren für Punkte“. In den Pausen konnte jedes Kind an der Slackline Challenge teilnehmen, egal ob Erst- oder Viertklässler. Das ein oder andere Mal stellte sich auch ein Lehrerinnen und Lehrer der Herausforderung.

Seit dem Herbst verbessern fünf Klassen ihre Ausdauer dank der Laufschule Bunert. Ob in der Sporthalle oder auf dem Schulhof lernen die Kinder nicht nur sich einen Lauf einzuteilen, sondern auch Sport und logisches Denken zu verknüpfen.

OGS

Im OGS-Bereich konnten Angebote und Sportstunden konstant gehalten werden. Ein Ausbau des Angebotes ist geplant, der Prozess ist durch eine hohe Fluktuation im Übungsleiterbereich aber nur in kleinen Schritten möglich. Durch den Input aus Fachtagungen und Verknüpfungen mit anderen Projekten (Übungsleiterpool, Sporthelferprogramm, etc.) wird eine Qualitätssteigerung des Sports im offenen Ganztags vorangetrieben. Der Einsatz von FSJlern im OGS-Bereich hat sich bewährt und bleibt ein Bestandteil der Planungen. Aktuell sind die Übungsleiterinnen und Übungsleiter an 18 Grundschulen, einer weiterführenden Schulen und einer Jugendeinrichtung im Einsatz.





Sportgutscheine

Im Programm **Integration durch Sport** konnte das Projekt **Sportgutscheine** dank der Förderung der Leonhard-Stinnes-Stiftung ausgeweitet und bis Mitte 2020 verlängert werden. Kinder, die noch nicht Mitglied in einem Sportverein sind, können ab sofort den Gutschein schon ab einem Alter von drei Jahren erhalten. Zudem erhalten Vereine als Gegenleistung nun 55 anstatt der bisherigen 50 Euro pro eingereichten Gutschein. Die sechs Kita-Sporttage im Projekt **Sportgutscheine** waren mit insgesamt fast 700 Vorschulkindern aus 38 Kitas, 330 verteilten Gutscheinen und 34 Stationen betreut von 22 Vereinen, ein voller Erfolg. Die Zahl der Sportvereine, die den Sportgutschein annehmen, ist von 42 auf 47 gestiegen.



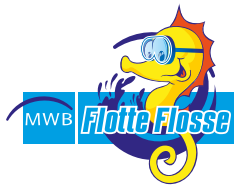
Sport vor Ort

Sport vor Ort

Das Programm **Sport vor Ort** wurde im zweiten Schulhalbjahr 2017/2018 von 10 auf 11 Grundschulen ausgeweitet. Über 400 Kinder konnten sich dank der Übungsleiterinnen und Übungsleiter aus verschiedenen Mülheimer Vereinen einmal in der Woche zusätzlich zum Sportunterricht bewegen und verschiedene Sportarten in der schuleigenen Turnhalle kennenlernen. Außerdem haben drei Schulen am **Sport vor Ort**-Cup teilgenommen und bei Kooperationsspielen ihre Teamfähigkeit unter Beweis gestellt.

Ferischwimmcamps

In den Oster- und Herbstferien 2018 nahmen wieder rund 200 Kinder der Grund- und weiterführenden Schulen am Intensiv-Schwimmtraining im Hallenbad Nord teil. Weit mehr als die Hälfte der Kinder erlangten das begehrte Seepferdchen-Abzeichen. Zudem erreichten sogar einige Schwimmanfängerinnen und Schwimmanfänger das Schwimmabzeichen in Bronze. Manche Schwimmanfängerinnen und Schwimmanfänger haben so viel Freude an dem kühlen Nass gefunden, dass sie sich bei den beiden ausrichtenden Schwimmvereinen (Amateur-Sport-Club und Wassersportfreunde) angemeldet haben.



Flotte Flosse

Mit ihrem Gemeinschaftsprojekt **Flotte Flosse** unterstützen Mülheimer Wohnungsbau und MSS seit vielen Jahren mit großem Erfolg den Schwimmunterricht an allen 22 Grundschulen. Die Sportlehrerinnen und Sportlehrer werden in ihrem Schwimmunterricht durch erfahrene Übungsleiterinnen und Übungsleiter der Schwimmsportvereine unterstützt, indem sie sich gezielt um die Nichtschwimmerausbildung kümmern.

Im Sommer 2018 wechselten 1.376 Kinder von der Grundschule auf die weiterführende Schule. Von diesen Kindern besaßen 1.257 Kinder die Schwimmfähigkeit (444 Kinder legten das Seepferdchen-Abzeichen ab und 813 Kinder erreichten das Schwimabzeichen Bronze, Silber oder Gold). Das entspricht einer Erfolgsquote von 91 %, die über den 89 % des Vorjahres liegt.



Schwimm mit!

Schwimm mit!

Dank der finanziellen Unterstützung der Bürgerstiftung Mülheim an der Ruhr, werden seit dem Frühjahr 2018 auch die weiterführenden Schulen im Schwimmunterricht von erfahrenen Übungsleiterinnen und Übungsleitern aus den Schwimmsportvereinen begleitet. Wie bei den Grundschulen auch kümmern sie sich gezielt um die Kinder ohne Schwimmfähigkeit und bringen ihnen das Schwimmen bei.

In den wenigen Schulwochen bis zu den Sommerferien betreuten die Übungsleiter 126 Nichtschwimmer. Davon legten 77 Mädchen und Jungen das Seepferdchen-Abzeichen ab, 30 Jugendliche erreichten das Schwimabzeichen in Bronze.

Die Sportverwaltung ist der Bürgerstiftung sehr dankbar für ihr Engagement. **Schwimm mit!** komplettiert perfekt die bisherigen Nichtschwimmerprojekte in Mülheim. Nun erhalten Kinder und Jugendliche aller Schulformen eine gezielte Unterstützung, ergänzt durch die Nichtschwimmercamps in den Oster- und Herbstferien.



10 Weiterführende Schule

TrendSport Mülheim (Kurse, Events, Orte)

Das gemeinnützige Jugendprogramm zielt darauf ab, Sport- und Freizeitmöglichkeiten für Kinder und Jugendliche in Mülheim zu verbessern und dadurch das Sporttreiben junger Menschen zu fördern. Der inhaltliche Schwerpunkt liegt dabei im Bereich der Trendsportarten. Sportkurse, Sportevents und Sportorte stellen die drei wesentlichen Handlungsfelder des Programms dar.

Ca. 800 Kinder und Jugendliche nahmen im Jahr 2018 an den TrendSportkursen teil. Kurse wurden in vielen verschiedenen Sportarten durchgeführt. Neben den eigenen Kursangeboten unterstützte das Programm **TrendSport** viele Kooperationspartner bei der Planung und Durchführung von Sportkursen und Veranstaltungen. Die größten Events waren wieder der Skate- und BMX-Contest sowie die durch den RVR geförderte Parkourveranstaltung Ruhrjam. Beide Veranstaltungen haben überregionalen Charakter und werden mit Beteiligung der hiesigen Szene umgesetzt.

Neuer Soccercourt

Der Mülheimer Sportbund hat zudem einen mobilen **Soccercourt** anschaffen können, den Vereine und Schulen kostenlos leihen können. Für die Anschaffungskosten konnten mit der Bürgerstiftung und der Stiftung Mülheimer Wohnungsbau zwei Sponsoren gefunden werden, die sich die 15.000 Euro für die Anschaffung geteilt haben. Der Court ist eine tolle Ergänzung für den Sportgeräteverleih und kann bei jedem Fest in der Stadt zum Einsatz kommen.



TrendSport



Sporträume

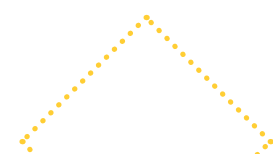
Sport im Park

Das Projekt **Sport im Park** kommt bei den Bürgerinnen und Bürgern sehr gut an und kann jährlich steigende Teilnehmerzahlen verzeichnen. In diesem Jahr haben ca. 3.600 Sportlerinnen und Sportler an den vielfältigen Angeboten teilgenommen. 2018 gab es 23 Sportangebote von 19 verschiedenen Vereinen mit insgesamt 276 Angebotsstunden, die von 35 engagierten Übungsleiterinnen und Übungsleiter angeleitet wurden. Die beliebtesten Angebote sind Fitness- und Yogastunden. Den Teilnehmerrekord hält das Yogaangebot sonntags morgens in der MüGa mit über 100 TeilnehmerInnen. Gefördert wurde das Projekt von innogy und dem Landessportbund Nordrhein-Westfalen.

Klettersteig

Das Programm **TrendSport** unterstützt den deutschen Alpenverein Sektion Mülheim bei der Planung und Umsetzung eines Klettersteigs an den Bahnbögen in der MüGa. Der Klettersteig wird außen an den Bahnbögen angebracht und verschiedene Klettersteigelemente wie Leitern und Trittstufen sind vorgesehen. Der Klettersteig soll für Trainingsgruppen des Alpenvereins genutzt werden. Eine Nutzung durch externe Kinder- und Jugendgruppen soll nach Voranmeldung beim Alpenverein möglich sein. Aktuell befindet sich das Vorhaben in der naturschutzrechtlichen Prüfung. Eine Realisierung wird für die erste Jahreshälfte 2019 angestrebt.

11



Laufstrecken

Falsch Abbiegen unmöglich: Gemeinsam mit der Laufsport Bunert wurden bereits fünf Laufstrecken kilometriert. Das bedeutet, dass die vollen Kilometer ausgeschildert sind und Pfeilschilder für die Abzweigungen sowie ein großes Übersichtsschild am Startpunkt der jeweiligen Laufstrecke stehen.

Eine Besonderheit an den **Mülheimer Laufstrecken**: In Kooperation mit der Feuerwehr Mülheim wurden Hinweisschilder namens MÜSIS (Mülheimer-Standort Informations-System) aufgehängt. Darauf ist eine vierstellige Nummer zu finden, die im Notfall an die Feuerwehr durchgegeben werden kann, damit diese den Standort der hilfebenötigenden Person schnellstmöglich ermitteln und Hilfe schicken kann. Finanziert wurde die Kilometrierung der Laufstrecken zum Teil aus Geldern, die beim Firmenlauf gespendet wurden.

Die wahrscheinlich attraktivste Laufstrecke im Ruhrgebiet führt entlang der Ruhr an vielen schönen Orten vorbei. Ziel ist es, diese tolle Strecke auch noch zu beleuchten.

Weitere Informationen zu den Laufstrecken und den vielfältigen Sportangeboten in unserer Stadt gibt es unter sport.muelheim-ruhr.de

Outdoorgym Kahlenberg

Seit Mai 2018 ist die Mülheimer Sportlandschaft um eine Sportmöglichkeit reicher. Auf der Sportanlage am Kahlenberg wurde eine Outdoor-Fitnessanlage errichtet. Das Edelstahlgerüst ist perfekt für ein intensives und funktionales Fitnessstraining geeignet und wurde im ersten Jahr sehr gut angenommen. Zusätzlich zu dem Stangengerüst steht den Sportlerinnen und Sportler weiteres Trainingsequipment wie Slings, Kettle Bells und Widerstandsbänder zur Verfügung. Von Mai bis Oktober fanden zweimal die Woche kostenlose Trainingseinheiten im Functional Training und Calisthenics statt. Das Angebot war Bestandteil von **Sport im Park** und half mit dabei, dass die Anlage so gut angenommen wird.

Sportpark Styrum

Der **Sportpark Styrum** ist aktuell eines der größten Projekte des Mülheimer SportService. Im Jahr 2018 konnte das Planungsbüro DTP aus Essen mit der Planung und dem Bau des 1. Bauabschnitts sowie der Planung des 2. Bauabschnitts beauftragt werden. Unter Beteiligung der verschiedenen Institutionen im Stadtteil wurde ein detailliertes Konzept erarbeitet, so dass im Mai 2018 erneut ein Förderantrag bei der Bezirksregierung eingereicht werden konnte.

Der 1. Bauabschnitt umfasst eine Freilufthalle, eine Fitnessanlage, eine elektronische Torwand, ein Streetball-Court sowie Möglichkeiten für Leichtathletik. Der Baubeginn für den 1. Bauabschnitt ist für das Jahr 2019 geplant. Im 2. Bauabschnitt werden u.a. zwei Beachvolleyballfelder, eine Parkouranlage, Bouleflächen, eine 100m-Tartanbahn sowie verschiedene Spiel- und Bewegungsbereiche für Kinder entstehen.

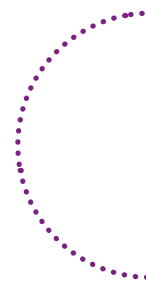
Seit Oktober 2018 steht fest, dass der zweite Bauabschnitt des Sportparks mit 2.610.000 Euro aus dem Investitionspakt **Soziale Integration im Quartier** gefördert wird. Die neunzigprozentige Förderung sichert somit die Umsetzung des 2. Bauabschnitts.



Start
3,0 km



km
8





OUTDOOR GYM
KAHLENBERG

KOORDINATION /
KRAFT /
AUSDAUER /
BEWEGLICHKEIT /

LEARNER
SPORT

TrenSport
füllen

OUTDOOR
KA

KOORDINATION / KRAFT /

13

Portrait: Nanni Silbernagel

Über 40 Jahre Ehrenamt und noch lange nicht müde.

Eine Sport-Stunde an der Hölterschule ist ohne Nanni Silbernagel nicht mehr denkbar

Sport von Kindesbeinen an

Seit sie denken kann, macht Nanni Sport. Schmunzelnd erzählt sie, wie ihre Mutter sie und ihre Schwester Lotti in den Turnverein geschickt hat, weil man dort zwei Mal die Woche duschen konnte für eine Mark im Monat. „Zuhause hatte man ja keine eigene Dusche.“ Im Gegensatz zu ihrer Schwester blieb sie dem Sport immer treu. Wenn man sie heute fragt, was dieser in ihrem Leben bedeutet, sagt sie „Sport ist mein Leben.“

Ihr Engagement an der Hölterschule begann sie, als dort Lehrermangel insbesondere für den Sportunterricht herrschte. „Da wurde Personal mit Übungsleiterschein gesucht und dann habe ich mich einfach beworben“, erzählt die ehemalige Leichtathletin. Seitdem ist sie an der Grundschule, beziehungsweise besser gesagt in der Turnhalle der Schule, nicht mehr wegzudenken. Seit etwa zwei Jahren trägt die Halle als Anerkennung für Nanni's Einsatz ihren Namen. Diese Auszeichnung rührt sie zwar sehr, ist ihr aber längst nicht das Wichtigste. „Ich bin einfach froh, dass ich noch hier sein darf und mit den Kindern arbeiten kann“, sagt sie.

Benachteiligte Kinder liegen ihr am Herzen

„Für uns ist Nanni natürlich eine große Unterstützung, insbesondere auch weil ihr die vielleicht etwas benachteiligten Kinder besonders am Herzen liegen“, sagt Renate Heuser, Leiterin der Hölterschule. „Sie versucht jedes einzelne Kind zu motivieren weiterzumachen und sich zu verbessern. Sie hat eben nicht nur ein Auge auf die Besten und Schnellsten. Wenn jemand viel Talent mitbringt, ist es für ihn nicht so schwierig, sich zu verbessern“, erklärt Nanni.

Die rüstige Seniorin erinnert sich aber auch an Zeiten, wo die Hölterschule noch keine eigene Sporthalle hatte: „Da sind wir immer mit dem Bus bis nach Styrum oder Saarn gefahren. Und im Sommer ging es immer auf den Sportplatz.“ Noch heute ist sie mit den Kindern gerne draußen an der frischen Luft. Denn auf ausreichende Bewegung der Schüler achtet die ehemalige Leistungssportlerin besonders. Schon in den Sommerferien schmiedet sie mit den SportlehrerInnen gemeinsam Pläne für das neue Schuljahr.

Lieblingsdisziplinen: Laufen und Weitsprung

Auch Geräteturnen hat Nanni früher gern gemacht. Ihre Lieblingsdisziplinen waren aber Laufen und Weitsprung. Ihre ehemalige Laufgruppe hat ihr im Mülheimer Witthausbusch sogar mal einen eigenen Streckenabschnitt gewidmet, die „Nanni-Kurve“. „Da hing viele Jahre ein Schild am Baum“, erzählt sie. Wie viel Freude Leichtathletik macht, möchte sie auch den Schülern weitervermitteln. Wenn sie nicht mit ihnen auf den Platz gehen kann, entwickelt sie einfach selbst Möglichkeiten, dies auch in der Halle zu trainieren. Da wird ein Zugluft-Stofftier kurzerhand zur Absprungmarke für den Weitsprung und Tennisbälle werden mit Flatterband präpariert, damit sie in der Halle nicht zu weit fliegen. Was Nanni an Zeit und Engagement investiert, geben ihr die Kinder gleich tausendfach zurück, betont sie. Die Arbeit hat ihr durch so manche schwere Zeit geholfen und auch persönliche Schicksalsschläge überwinden lassen. „Die Kinder haben mich immer aufgefangen“, erinnert sie sich nachdenklich. Zudem hält sie das Arbeiten mit jungen Menschen körperlich und geistig fit. „Ich kann das anderen nur empfehlen. In solchen Situationen mit Menschen zusammenzukommen und sich nicht zu verkriechen, ist wichtig.“ Deshalb will sie auch am Ball bleiben, so lange wie es eben geht und „man mich lässt“, sagt sie.

Marianne „Nanni“ Silbernagel, 92 Jahre alt

Im Mülheimer Sport gibt es sicherlich viele ehrenamtliche Helferinnen und Helfer, aber kaum jemand kann eine ähnlich lange Tätigkeit aufweisen wie Marianne „Nanni“ Silbernagel. Die 92-Jährige unterstützt seit mehr als 40 Jahren den Sportunterricht an der Grundschule Hölterstraße und ist zudem auch noch für ihren Sportverein, den TV Eppinghofen, im Bereich Kinder- und Fraueturnen aktiv. So verbringt sie täglich mindestens drei bis vier Stunden in der Sporthalle. „Eigentlich bin ich jeden Tag gut beschäftigt, nur sonntags ist es immer etwas langweilig“ sagt die gebürtige Emmericherin.

Text: Mareike Lickfeld, pottMEDIA

Foto: pottMEDIA



Ehrenamt

Förderprogramme

Es gibt viele Förderprogramme für Sportvereine und deren ehrenamtliche Helferinnen und Helfer, die in einer Handreichung zusammengefasst wurden. Zudem bieten MSB und MSS organisatorische Unterstützung mit der Beratung des MSB/MSS sowie Vereinsberatung durch den LSB NRW, dem Führungskräftetreffen des MSB, der Vereinssprechstunde MSB/MSS, den **KURZ UND GUT**-Seminaren des MSB und den Sportforen. Mülheimer Förderprogramme sind zum Beispiel:

Club Support

Freiwilligendienstleistende (FSJ/BFD) können den Verein bei vielen Aufgaben entlasten, die ohne sie vielleicht gar nicht übernommen werden könnten. Jede Einsatzstelle wird mit 150,- Euro monatlich gefördert, wenn der Verein noch nicht am Förderprogramm teilgenommen hat. Hat der Verein bereits teilgenommen, so beträgt die Förderung 100,- Euro monatlich. Es ist möglich, dass sich zwei Vereine oder ein Verein und eine Schule, einen Freiwilligendienstleistenden teilen. Im Jahr 2018/19 konnten 11 Freiwilligendienststellen gefördert werden.

16 Förderung der Übungsleiterausbildung

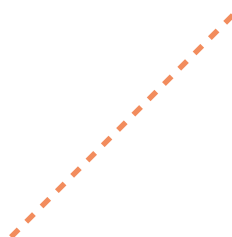
Vereine können für die Übungsleiterausbildung eine finanzielle Unterstützung erhalten. Die Förderung bezog sich bisher auf die Vorstufenqualifizierung bis hin zur ersten Qualifikationsstufe, das heißt die Ausbildung zum Übungsleiter oder Trainer-C. Seit 2018 ist die Förderung auf alle Qualifikationsstufen ausgeweitet worden. Zusätzlich werden auch Fort- und Weiterbildungen der Vereinsvorstände bezuschusst. Damit soll eine zunehmende Professionalisierung der Vereine unterstützt werden. Die Ausbildung kann aus dem Fond zur Hälfte, jedoch maximal mit 150,- Euro pro Person im Jahr, bezuschusst werden. Im Jahr 2018 wurden über 35 Anträge bewilligt.

Gesichter im Ehrenamt

Mit der Reihe **Gesichter im Ehrenamt** sollen engagierte Ehrenamtlerinnen und Ehrenamtler dargestellt werden. Ob Vorstandsvorsitzender oder Übungsleiter, ob jung oder alt, ob Mann oder Frau, ob seit Jahren dabei oder seit kurzem engagiert, alle steuern zum aktiven und harmonischen Vereinsleben bei. Mit den **Gesichtern im Ehrenamt** soll exemplarisch dargestellt werden, wie vielseitig Vereinsleben ist und wie wertvoll die Personen im Ehrenamt sind. Denn ohne Ehrenamtler würde es kein Vereinsleben geben. In diesem Jahr wurde Nanni Silbernagel als **Gesicht im Ehrenamt** porträtiert.

Frauen in Führung

Um Frauen, die in einem Sportverein oder -verband eine Führungsposition übernehmen möchten, auf ihrem Weg dorthin zu unterstützen bzw. um mehr Frauen zu motivieren, eine Führungsposition zu bekleiden, haben der MSB und der Stadtsportbund Oberhausen zusammen eine Workshop-Reihe aufgelegt. Unter der Überschrift **Macht Euch auf den Weg! Frauen führen gut!** erhalten Interessierte im Rahmen von mehreren Workshops Impulse zu verschiedenen frauenspezifischen Führungsthemen. Die jeweiligen Themen werden dabei gemeinsam sehr praxisorientiert erarbeitet. Die Workshop-Reihe ist eingebettet in das Projekt **Frauen in Führung** des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen. Im Jahr 2018 wurden drei Workshops zu verschiedenen Themen durchgeführt. Auch in 2019 soll die Reihe weitergeführt werden.



Chancengleichheit – Integration und Inklusion

Stützpunktvereine „Integration durch Sport“

Im Programm **Integration durch Sport** konnten zwei neue Stützpunktvereine ausgezeichnet werden, die sich in besonderer Weise in diesem Bereich einbringen:

Deutscher Alpenverein Sektion Mülheim und VfB Grün-Weiß 1980 Mülheim.

Stützpunktvereine engagieren sich in besonderem Maße für die Integration von Menschen mit Migrationshintergrund, geflüchteten Menschen und/oder sozial benachteiligten Menschen im und durch Sport. Integration wird nicht als Sonderaufgabe sondern als Querschnitt über alle Ebenen des Vereins verstanden.

Netzwerkarbeit

Fortbildung „Fit für die Vielfalt“

Für die bestehenden Stützpunktvereine (Marathon Mülheim, Verein für Bewegungsförderung und Gesundheitssport und Primero Club de Futsal) wurden in Kooperation mit vier anderen Stadtsportbünden im Umkreis zwei **Fit für die Vielfalt**-Schulungen angeboten.

Erfahrungsaustausch

Um sich über die jeweilige Integrationsarbeit auszutauschen und Integrationsnetzwerke in der Stadt weiterzuentwickeln und neu aufzubauen wurde nach 2017 ein weiterer Erfahrungsaustausch **Integration durch Sport** durchgeführt. Dabei wurden u.a. auch die Stützpunktvereine vorgestellt und ausgezeichnet. Der Erfahrungsaustausch wird weiterhin ein bis zwei Mal im Jahr stattfinden.

Integrations-/Handlungskonzept

Im Rahmen des Programms **Integration durch Sport** wurde ein Integrations- und Handlungskonzept entwickelt, welches den Sachstand in der Stadt Mülheim, das Integrationsverständnis des MSBs, die Rolle als Integrationsakteur, die Zielsetzung der Integrationsarbeit und die verschiedenen Handlungsfelder inklusive Maßnahmenbeschreibungen darstellt. Im November wurde das Konzept vom Vorstand des MSBs verabschiedet.

Ausblick 2019

In diesem Jahr wurden verschiedene Projekte im Bereich **Integration durch Sport** angeschoben, die im nächsten Jahr umgesetzt werden sollen: Wassergewöhnung mit Vorschulkindern in der Stadtmitte, Quartiersarbeit in Styrum und das **KURZ UND GUT**-Seminar „Achtsam statt neunmalklug“. Angestoßen durch ein Pilotprojekt von MSB/MSS ist es gelungen, eine finanzielle Förderung für eine halbe Stelle in der Jugendsozialarbeit beim Amt 45 für die Innenstadt zu erhalten. Der Kollege wird zum neuen Jahr Aktionen gemeinsam mit dem Sport in der Innenstadt umsetzen.





Ausblick 2019: Sportveranstaltungen

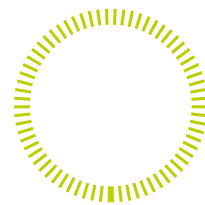
18

Ruhr Games

Das Jugendprogramm **TrendSport** des Mülheimer SportService beteiligt sich an den Ruhr Games 2019, die vom 20. – 23. Juni im Landschaftspark Duisburg-Nord stattfinden. Workshops und Mitmach-Aktionen in den Sportarten Parkour, Tricking, Calisthenics, Skateboard, BMX, Klettern und Slackline sollen bei den jungen Besuchern neue Sportinteressen wecken und zu langfristiger Aktivität anregen.

FINAL FOUR 2019

Das **FINAL FOUR**-Turnier der vier besten deutschen Damen- und der vier besten deutschen Herrenteamen im Hallenhockey findet am 26. und 27. Januar 2019 in der 2.300 Zuschauer fassenden inno-gy Sporthalle bei uns in Mülheim an der Ruhr statt. Nach 2017, mit dem vom HTC Uhlenhorst veranstalteten **MWB FINAL FOUR**, machen sich in diesem Jahr wieder die besten Teams auf die Jagd nach den begehrten dreieckigen Meister-Symbolen.



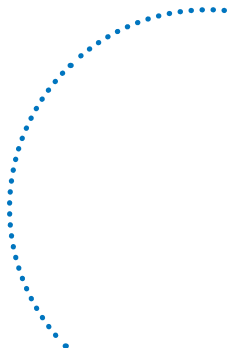


100 Jahre Mülheimer Sportbund

Der Mülheimer Sportbund freut sich im kommenden Jahr auf sein 100-jähriges Jubiläum. Dieses soll gemeinsam mit den Mülheimer Vereinen und Partnern in 2019 gefeiert werden. Es sind verschiedene Veranstaltungen geplant, wie zum Beispiel das Sportfest der Vereine am 15. September 2019.

Neue Fahrzeuge

Im letzten Jahr wurden dem Mülheimer Sportbund zwei Transporter gespendet. Diese sind ab sofort im Einsatz für den Kinder- und Jugendsport. Bei vielen Veranstaltungen wurden Materialien in privaten Fahrzeugen transportiert – das hat nun ein Ende. Unter anderem kommen sie bei Projekten, bei Großveranstaltungen oder für den Verleih von Materialien zum Einsatz. Zudem machen die neuen Fahrzeuge auch einiges her und bewerben die vielen Projekte der gemeinsamen Sportentwicklungsplanung.



Local Hero: Damian Wierling

Mit Disziplin und Härte gegen sich selbst zum Erfolg
Mülheimer Schwimmer Damian Wierling zwischen den Olympischen Spielen

Damian Wierling kann eigentlich nur Leistungsschwimmer sein: knappe zwei Meter groß, V-förmiger Oberkörper und nirgendwo ist ein Fettpölsterchen auch nur zu erahnen. Und richtig: Der 22-Jährige Mülheimer hält den aktuellen deutschen Rekord über die Königsdisziplin des Schwimmens. Vor zwei Jahren absolvierte er die 50 Meter Freistil in 21,81 Sekunden und wurde deutscher Meister über diese Distanz. Kein deutscher Schwimmer legte diese Strecke seitdem schneller zurück. In Ergänzung dazu wurde Damian 2016 auch deutscher Meister über die doppelte Distanz. Kurze Zeit nach dem Rekord und den beiden nationalen Titeln nahm Damian – ebenfalls über die 50 und die 100 Meter Freistil – an den Olympischen Spielen in Rio de Janeiro teil und war zudem auch noch Mitglied der 4x100 Meter Freistil-Staffel.

20

Erste Teilnahme an den Olympischen Spielen vor zwei Jahren in Rio

Wenn man Damian Wierling seinen Trainingsalltag beschreiben hört, wird schnell klar, dass das Schwimmen seinen Alltag stark strukturiert hält. Der Profi ist Mitglied einer Sportförder-Kompanie der Bundeswehr und somit derzeit – zumindest nominell – Soldat. Auf diese Weise ermöglicht ihm der deutsche Staat als Sportförderer neben Unterstützern aus der Wirtschaft eine Kombination aus professionellem Training und Studium. Damian studiert BWL an der Fern-Uni Hagen. Das Lernen spielt in seinem Leben aber nur die zweite Geige. Der Schwimmsport ist die klare Nummer Eins.

Frühes Aufstehen und bewusste Ernährung

Wenn andere Studenten noch tief in den Federn liegen oder noch nicht mal zuhause sind – also quasi mitten in der Nacht – steht Damian auf und absolviert eine erste Trainingseinheit, der im wöchentlichen Trainingsplan in der Regel eine weitere am Nachmittag folgt – und das zu Spitzenzeiten an bis zu sechs Tagen in der Woche. Dabei verbringt er nicht jedes Training im Wasser sondern geht auch regelmäßig in den Kraftraum. Außerdem spielen auch die Ernährung und Physiotherapie eine entscheidende Rolle. „Die Physiotherapie dient auch der Vorbeugung von Verletzungen“, erklärt der sympathische Hüne. Die extrem hohen Anforderungen des Leistungssports würden es unabdingbar machen, das Training auch mittels Physiotherapie optimal zu begleiten.

Vom kleinen Wasser-Angsthasen zum Schwimm-Olympioniken

Wenn man Damian Wierling heutzutage so sieht, kann man kaum glauben, wie er ans Schwimmen kam. „Als kleines Kind hatte ich panische Angst vor Wasser.“ Diese Angst sei so groß gewesen, dass ihn keine zehn Pferde ins Wasser bekamen. So beschloss seine Eltern, ihn innerhalb eines Schwimmvereins ganz behutsam und professionell an das nasse Element heranzuführen zu lassen, um sicher sein zu können, dass der Sohn irgendwann mal schwimmen kann. Die Startgemeinschaft Mülheim, bei der Damian Wierling lange trainierte, führt Kinder an das nasse Element heran und fördert das Leistungsschwimmen. Unterstützt wird die Startgemeinschaft dabei durch zahlreiche Unternehmen, wie beispielsweise durch die Sparkasse Mülheim an der Ruhr, die den Schwimmsport und damit auch Damian seit seiner Kindheit an fördert. Eine zehn Jahre alte Werbeanzeige der Sparkasse Mülheim zeigt den zwölfjährigen Damian (siehe Rückseite des Sportmagazins). Der Rest ist Geschichte – und zwar Olympia-Geschichte. Erklärtes Ziel ist die Teilnahme an den Olympischen Spielen in zwei Jahren in Tokio – und es sieht gut aus.

Pläne für die Zukunft? Nichts mit Schwimmen.

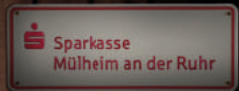
Weiß Damian Wierling schon, was er nach seiner Karriere als Schwimm-Profi mal beruflich machen möchte? Nein, weiß er nicht. Nur in einem Punkt ist er sich sicher: Obwohl Schwimmen sein Sport ist, schließt er aus, nach seiner Karriere beruflich damit zu tun zu haben. Seine Gesamt-Erscheinung lässt vermuten, dass er auch in anderen Bereichen erfolgreich sein wird.

Text: Alexander Waldhelm, pottMEDIA

Bild: Stephan Glagla, pottMEDIA



Mülheim macht Sport



Sparkasse
Mülheim an der Ruhr

Gestaltung: potnMEDIA

Damian Wierling

Schwimmer. Local Hero.

localheroes.muelheim-ruhr.de

Ein Projekt von: Mülheimer SportService - Mülheimer Sportbund e.V. - TrendSport Mülheim

Unsere Partner

Bürgerstiftung Mülheim an der Ruhr
innogy SE
Landessportbund Nordrhein-Westfalen
Leonhard-Stinnes-Stiftung
medl GmbH
Staatskanzlei Nordrhein-Westfalen
Mülheimer Sport Förderkreis
Mülheimer Wohnungsbau eG
MWB Stiftung
Rotary Club Mülheim Uhlenhorst
Sparkasse Mülheim
SportBildungswerk Mülheim
Sportjugend NRW
Stadt Mülheim an der Ruhr
Tengelmann

Alle Fotos von MSB und MSS, Dr. Claudia Pauli sowie Andrea Bowinkelmann
Foto und Text Damian Wierling sowie Nanni Silbernagel: pottMEDIA



**Mülheimer Sportbund an
der Ruhr e.V.**

Haus des Sports
Südstraße 25
45470 Mülheim an der Ruhr
T. +49. (0) 208. 308 50 30



**Stadt Mülheim an der Ruhr
Mülheimer SportService**

Haus des Sports
Südstraße 23
45470 Mülheim an der Ruhr
T. +49. (0) 208 .455 52 41





