

Verena Bentele zeigte das wahre blinde Vertrauen

BSJ-FORTBILDUNG Blinde Goldmedaillengewinnerin gestaltete beeindruckenden Vortrag und zeigte motivierende Übungsangebote für die Sportpraxis.

LANDKREIS. Einen Glücksgriff tat die Kreisjugendleitung mit der Verpflichtung von Verena Bentele als Referentin bei der Mitarbeiterbildungsmaßnahme in Spitzingsee. Die vielmalige Olympiasiegerin bei Paralympischen Winterspielen im Skilanglauf und Biathlon begeisterte die Lehrgangsteilnehmer restlos. Die blinde Spitzensportlerin beeindruckte durch ihre natürliche und absolut authentische Art.

Verena Bentele, geboren 1982 in Lindau am Bodensee, war 15 Jahre Mitglied der paralympischen Nationalmannschaft im Langlauf und Biathlon. Insgesamt gewann sie zwölf Mal Gold, zwei Mal Silber und zwei Mal Bronze bei Paralympics. Die sehbehinderte Athletin erreichte 2010 ihren Karrierehöhepunkt. Bei den Paralympischen Spielen in Vancouver, Canada, gewann sie in Biathlon und Skilanglauf fünf Goldmedaillen.

Vertrauen in ein Team haben

Für jeden Leistungssportler ist die Goldmedaille das große sportliche Ziel. Es ist jedoch nicht allein die Jagd nach Edelmetall, die im Alltag eines Sportlers zählt. Wichtig ist im Sport das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und in ein Team. Egal, ob im paralympischen Biathlon oder bei einer Fußballmannschaft, nur als Team kann die Meisterschaft gewonnen werden.

Das Fundament des sportlichen Erfolgs wird bei vielen Athleten in der Kindheit gelegt. Daher hat vor allem sportliche Vielfalt eine große Bedeutung für die Entwicklung der motorischen Fähigkeiten. Dies gilt ganz besonders für Kinder mit einer Behinderung. Wer viele Sportarten ausprobiert, kann auch die passende Sportart für sich finden. Der Weg behinderter Kinder in Sportvereine führt meist jedoch über spezielle Förderschulen. Wichtig ist die Förderung durch Eltern, Lehrer, Trainer und Begleitläufer.

Die Geschichte der Paralympics ist wesentlich jünger als die Olympischen Spiele. Olympische Sommerspiele fanden erstmals 1896, die Win-

terspiele 1924 statt. In seiner heutigen Form entstand der Behindertensport erst nach dem Zweiten Weltkrieg. 1948 wurden in Stocke Mandeville (England) die ersten Sportspiele für Rollstuhlfahrer gefeiert.

Jeder sehbehinderte Athlet hat im Wettkampf einen Begleitläufer. Der Begleitläufer, oder auch Guide, läuft im Abstand von ungefähr drei Metern vor dem Rennläufer und hat die Aufgabe, durch möglichst genaue Beschreibung der Strecke dem Läufer „das Auge zu ersetzen“. Je höher der Grad der Sehbehinderung ist, desto mehr muss der Guide sagen. Bei blinden Athleten sagt der Begleitläufer ständig ein Wort, wie z. B. hopp, diese Ansagen und das Geräusch der Ski ermöglichen dem Athleten die Orientierung im Training und im Wettkampf. Für blinde Athleten ist ein permanentes Geräusch die Voraussetzung um schnell und ohne Angst zu laufen. Angesagt werden vom Begleitläufer Bodenwellen, Anstiege, Abfahrten und Kurven so präzise wie möglich. Begleitläufer und Athlet müssen viele Trainingseinheiten gemeinsam absolvieren.

Das Feedback ist entscheidend

Funktionieren die Abläufe nicht, so ist eine gute Feedbackkultur wichtig, um mögliche Fehlerquellen schnell zu beseitigen. Zu einer Feedbackkultur gehört neben offener und ehrlicher Aussprache auch, dass Schwierigkeiten zum richtigen Zeitpunkt angesprochen werden. Im Biathlon muss der Sportler fünf Scheiben treffen. Dieses Bild steht exemplarisch für Ziele im Sport, weil ein genaues Bild eines Ziels wichtig ist, um es zu erreichen. Um als Trainer oder Übungsleiter die Sportler zu motivieren ist Feedback unersetzbar. Regelmäßige positive Rückmeldung zeigt dem Sportler, dass er wahrgenommen wird, kritische Rückmeldung zur richtigen Zeit kann eine Chance zur Veränderung sein.

Die wichtigste Motivation ist der Spaß am Sport und das Vertrauen in die Menschen, die für ein Team verantwortlich sind. Blindes Vertrauen ist im wahrsten Sinn des Wortes die Fähigkeit ohne Bedenken gemeinsam Geschwindigkeit aufzunehmen.

Mit standing ovations wurde Verena Bentele von den bsj-Übungsleitern verabschiedet. Noch lange stand sie anschließend für die vielen Fragen der Teilnehmer aus dem Landkreis Cham zur Verfügung.



So gewinnt man Vertrauen: Übungsleiter lernten, sich in den Arm eines anderen fallen zu lassen.



Die Teilnehmer des CSU-Kreisverbandes um Staatssekretär Markus Sackmann (Mitte) nach Abschluss des politischen Aschermittwochs in Passau.

Kreis-CSU bei Stoiber und Seehofer

POLITIK CSU-Kreisverband war mit Bus beim politischen Aschermittwoch in Passau

LANDKREIS/PASSAU. Einen wahrhaft „politischen“ Aschermittwoch erlebten etwa 50 Mitglieder und Freunde des CSU-Kreisverbandes Cham am Mittwoch in Passau. Auf Einladung des CSU-Kreisverbandes um den Kreisvorsitzenden Staatssekretär Markus Sackmann machte sich die Reisegruppe bereits morgens mit einem Bus Richtung Passau auf. Dort wartete mit dem 60. politischen Aschermittwoch das „Original“ der politischen Ver-

anstaltungen am Aschermittwoch auf die Vertreter aus dem Landkreis Cham. In der überfüllten Dreiländerhalle in Passau konnte die Gruppe eine ganze Reihe von politischen Schwergewichten erleben. Nach dem niederbayerischen CSU-Bezirksvorsitzenden Manfred Weber und dem Passauer Landrat Franz Meyer sprach der Bayerische Ministerpräsident und derzeit kommissarisch amtierende Bundespräsident Horst Seehofer.

Im Anschluss daran konnten sie dessen Vorgänger im Amt des Bayerischen Ministerpräsidenten, Edmund Stoiber, erleben, der sich „eindrucksvoll, engagiert und tatkräftig wie eh und je präsentierte“, so die einhellige Meinung der Besucher. Für die politische Würze mit Spitzen gegen die politischen Wettbewerber sorgte CSU-Generalsekretär Alexander Dobrindt, bevor die Gruppe des CSU-Kreisverbandes per Bus die Heimreise antrat.

Kurzweilig ans Konzil erinnern

RELIGION Workshop von Alexander Bayer ruft zu einem Frühling der Kirche auf

LANDKREIS. Einen Workshop unter dem Thema „Anders als die Unglückspropheten“ hält die Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Cham (KEB Cham) am Samstag, 21. April von 9 bis 17 Uhr im Apostolatshaus Hofstetten bei Falkenstein ab und will sich kurzweilig mit diesem „Frühling der Kirche“ beim Konzil vor 50 Jahren auseinandersetzen. Der Tag wird geleitet vom schwäbischen Liedermacher Alexander Bayer. Während

seines Theologiestudiums lernte er den Konzilsberichterstatler Pater Ludwig Kaufmann SJ kennen. Aus verschiedenen musikalischen und gottesdienstlichen Gelegenheiten erwuchs daraus das Ensemble „Entzücklika“. Die Lieder von Alexander Bayer eignen sich für die Gemeindeglieder, aber auch zum Vertiefen der eigenen Spiritualität. Über die Inhalte der Lieder erzählt er über Johannes XXIII. und den „Geist“ des Zweiten Vatikanischen

Konzils. Außerdem umreißt er die aktuellen Konfliktparteien und -linien der gegenwärtigen Kirchenkrise. An diesem Frühlingstag im Apostolatshaus Hofstetten will der Liedermacher an jenem „Frühling der Kirche“ erinnern, aber auch Mut zu einem neuen „Sprung nach vorn“ vermitteln. Die Teilnahmegebühr inklusive Verpflegung beträgt 45 Euro. Anmeldungen bei der KEB Cham unter Tel. (0 99 71) 71 38; info@keb-cham.de.

Pflege: Fünf bittere Wahrheiten

SERIE Unser Experte Karl Wutz erklärt, was man zum Thema Pflege wissen muss.

VON KARL WUTZ

Wahrheit 1: Pflegefallrisiko im Alter

LANDKREIS. Zuerst einmal die positive Nachricht. Wir leben von Generation zu Generation immer länger. Heute sind bereits 20 Prozent der Bevölkerung über 65 Jahre alt und immerhin fünf Prozent über 80. Im Jahr 2060 wird in Deutschland jeder Dritte 65 Jahre und älter sein und jeder Siebte mindestens 80. Dabei tritt aber leider ein Problem auf. Durchschnittlich jeder Dritte in der Altersgruppe ab 80 Jahre ist ein Pflegefall.

Wahrheit 2: Lange Pflegezeit

Nach neuesten statistischen Erkenntnissen verbringen rund 70 Prozent der pflegebedürftigen Männer und 80 Prozent der Frauen mehr als ein Jahr in Pflege. Bei den meisten zieht sich die Pflegezeit allerdings wesentlich länger hin als ein Jahr. So lebt etwa jeder dritte pflegebedürftige Mann mindestens fünf Jahre in Pflege. Bei den pflegebedürftigen Frauen beträgt die Pflegezeit in jedem achten Fall sogar zehn Jahre und länger. Somit summieren sich auch die monatlichen Kosten für ein Pflegeheim oder einen ambulanten Pflegedienst erheblich.

Wahrheit 3: Keineswegs sicher

Dass unsere derzeitigen Sozialsysteme große Probleme haben, wissen wir nicht erst seit der Diskussion um die Rente und den Zusammenbruch der ersten gesetzlichen Krankenkassen. Besonders dramatisch sieht es aber in der gesetzlichen Pflegeversicherung aus. Durch die rasante Abnahme der Bevölkerung und die gleichzeitige Zunahme der pflegebedürftigen sind alle politischen Kalkulationen und Hoffnungen bereits jetzt über den Haufen geworfen. Und der demografische Wandel steht noch am Anfang.

Wahrheit 4: Pflegereform notwendig

Neben den demografischen Veränderungen wirkt sich auch der eigentlich positive Effekt des medizinischen Fortschritts negativ auf die Finanzierbarkeit der Sozialversicherung aus. Denn jede zusätzliche Leistung kostet eben auch viel Geld. Und da die Zahl der pflegebedürftigen stark steigen wird, müssen auch immer mehr notwendige Leistungen bezahlt werden. Hierfür wird die gesetzliche Pflegeversicherung nicht mehr lange aufkommen können, sofern sie noch bezahlbar sein soll. Ohne eine umfassende Pflegereform lässt sich nicht einmal die heutige Grundsicherung durchhalten.

Wahrheit 5: Nicht finanzierbar

Nicht nur die Mittel der Sozialsysteme werden künftig überfordert sein,

ZUR PERSON: KARL WUTZ



Karl Wutz

➤ Karl Wutz ist selbstständiger Versicherungsmakler und Dozent der Gründeragentur Cham.

➤ **Abschlüsse:** Bürokaufmann, Finanzfachmann vbb, Fachberater im Außen-dienst (IHK), Fachberater für Finanzdienstleistungen (IHK), Fachwirt für Finanzberatung (IHK)

➤ **In loser Reihenfolge** schreibt Karl Wutz Experten-Beiträge für Bayerwald-Echo und Kötztlinger Umschau.

➤ **Kontakt:** SynergieFinanz Versicherungsmaklerbüro, Further Straße 18, Cham; Telefon (0 99 71) 3 92 99 00; E-Mail info@synergiefinanz.de; Internet-Adresse: www.synergiefinanz.de

auch die privaten Vermögen können eine lange Pflegezeit nicht finanzieren. Denn immer weniger junge Personen müssen für immer mehr Ältere aufkommen. Ihnen fehlen dadurch wiederum die Mittel für den eigenen Vermögensaufbau, sodass sich eine dramatische Abwärtsspirale entwickelt. Zudem ergibt sich eine hohe Abhängigkeit von Angehörigen, auf die jedoch immer weniger Menschen zurück greifen können. Somit werden selbst große Teile der Mittelschicht die letzten Jahre ihres Lebens als Sozialhilfeeinpfänger verbringen.