

Flensburg, 03.09.2026

An alle DLRG-Jugenden
des Kreises Schleswig-Flensburg
und der Stadt Flensburg

**Ausschreibung zur
Fortbildung „Schwimmen mit Handicap“**

Wann: Samstag, 10.10.2026
Uhrzeit: 17:00 – ca.20:00 Uhr
Ort: Schwimmhalle Jarplund
Zum Sportplatz
24976 Handewitt OT Jarplund
Kosten: keine
Zielgruppe: alle DLRG Mitglieder und Gäste, die sich für dieses Thema interessieren
Teilnehmerzahl: max. 20

Immer wieder berichten Menschen mit körperlichen Beeinträchtigungen von Hürden, die ihren Alltag begleiten – von Behinderungen über altersbedingte Einschränkungen bis hin zu spezifischen Barrieren im Freizeit- und Lernkontext. Ziel dieser Fortbildung ist es, Betreuer, Ausbilder, Beeinträchtigte und alle Interessierten durch eigenes Erleben nachzuvollziehen, welche Auswirkungen Beeinträchtigungen im praktischen Alltag haben.

Der Weg ins Schwimmbecken selbst birgt bereits eine Reihe von Herausforderungen: Der Zugang zum Bad, das Umziehen, Duschen und der Wechsel zwischen wechselnden Umfeldbedingungen erfordern Planung, Rückhalt und Sensibilität. Auch die Tiefe des Beckens sowie die unterschiedlichen Schwimmbewegungen können Barrieren darstellen, die im Training sichtbar gemacht werden. Durch bewusstes Erleben und praxisnahe Übungen sollen Teilnehmende ein tieferes Verständnis entwickeln – für Sicherheit, Barrieren im Alltag und mögliche Unterstützungs- und Begleitformen.

Als Kursleitung fungiert Friederike Bleßmann, die beruflich eng mit Menschen mit Behinderungen zusammenarbeitet und selbst regelmäßig mit ihnen schwimmt. Sie wird ihre Erfahrungen, Tipps und bewährte Praxis mit den Teilnehmenden teilen, um Kompetenzen im Betreuungs- und Ausbildungsbereich zu erweitern und ein reflektiertes, inklusives Lernumfeld zu fördern.

Wasser Lieben. Leben retten.

Inhalte:

- Einführung in das Thema Barrieren im Alltag von Menschen mit Beeinträchtigungen
- Bewusstes Erleben von typischen Hindernissen beim Gang ins Becken, Umziehen, Duschen, Beckenhöhe und Schwimmbewegungen
- Praxisnahe Übungen im sicheren Schwimmbadumfeld mit Fokus auf Sicherheit, Kommunikation und Unterstützung
- Erfahrungsaustausch und Reflexion zur Entwicklung von inklusiven Begleit- und Unterstützungsstrategien
- Tipps und praxisnahe Hinweise von Friederike Bleßmann aus der täglichen Arbeit mit beeinträchtigten Menschen

Zielsetzung:

- Empathie und Verständnis für die Bedürfnisse von Menschen mit Beeinträchtigungen stärken
- Handlungskompetenz im Betreuungs- und Ausbildungsalltag erweitern
- Wege zu sicherer, respektvoller und inklusiver Begleitung aufzeigen

Wir freuen uns auf eine engagierte, praxisorientierte Veranstaltung, die zu mehr Verständnis, Sicherheit und Teilhabe beiträgt.

Die Anmeldung erfolgt über die Internetseite der DLRG-Jugend Schleswig-Flensburg: <https://schleswig-flensburg.dlrg-jugend.de/>

Für Fragen stehe ich Euch gerne zur Verfügung.

Herzliche Grüße



Claas Thieme
Kreisjugendvorsitzender

Anlage:

- Plakat zur Veranstaltung

Wasser Lieben. Leben retten.