

2024

#BEACTIVE DAY

# LEITFADEN ZUM THEMA ZUGÄNG- LICHKEIT

Verbesserung der  
Barrierefreiheit und des  
Zugangs zu körperlichen  
Aktivitäten für Menschen  
mit Behinderungen

[beactiveday.eu](https://beactiveday.eu)



Co-funded by  
the European Union

europeactive  
MORE PEOPLE | MORE ACTIVE | MORE MOTIVATED

#BEACTIVE  
EUROPEAN WEEK OF SPORT

# INHALT

<b>01 EINLEITUNG</b>	<b>4</b>
<b>02 AN WEN RICHTET SICH DIESER LEITFADEN?</b>	<b>5</b>
<b>03 BEHINDERUNGEN VERSTEHEN</b>	<b>7</b>
3.1 Über Behinderungen in Europa	8
3.2 Arten von Behinderungen und ihre Herausforderungen in Bezug auf die körperliche Aktivität	11
<b>04 STRATEGIEN FÜR DIE INTEGRATION</b>	<b>13</b>
4.1 Physische Barrierefreiheit	14
4.2 Integrative Anlagen	16
4.3 Programme und Leistungen	21
<b>05 UMGANG UND KONTAKTAUFNAHME</b>	<b>22</b>
5.1 Wirksamer Umgang mit der Gemeinschaft von Menschen mit Behinderungen	23
5.2 Aufbau von Partnerschaften mit örtlichen Organisationen und Interessenvertretungen für Menschen mit Behinderungen	24
<b>06 SCHLUSSFOLGERUNG</b>	<b>26</b>
<b>07 RESSOURCEN UND WEITERFÜHRENDE LITERATUR</b>	<b>27</b>
<b>08 ÜBER DAS PROJEKT <i>#BEACTIVE DAY 2024</i></b>	<b>29</b>



# DANKSAGUNG

Dieser Leitfaden wurde im Rahmen des Projekts **#BEACTIVE DAY 2024**, das durch das Programm Erasmus+ der Europäischen Union kofinanziert wird, ausgearbeitet. Der Inhalt wurde von Gunta Anca von [SUSTENTO](#), der lettischen Dachorganisation für Behindertenverbände, mit der Unterstützung und mit Beiträgen vom Konsortium nach einem gemeinsamen Workshop zu dem Thema erstellt.

Wir möchten einer vielfältigen Expertengruppe, den Mitglieder der Gemeinschaft und den Organisationen unseren tiefsten Dank aussprechen, deren wertvolle Beiträge für die Erstellung dieses Leitfadens zur Integration unerlässlich waren. Ihr Fachwissen, ihre Einblicke und ihre praxisnahen Erfahrungen bereicherten den Inhalt und stellten sicher, dass er praxisbezogen ist und die Leser:innen befähigt.

Ein besonderes Dankeschön geht an die Anwaltschaft für Menschen mit Behinderungen, die ihre persönlichen Erlebnisse und Herausforderungen bei der Barrierefreiheit und dem Zugang zu körperlichen Aktivitäten mit uns geteilt hat. Ihre Geschichten unterstreichen den dringenden Bedarf an integrativeren Verfahren und dienten als Inspiration für die Empfehlungen in diesem Leitfaden.

Darüber hinaus sind wir den diversen Organisationen mit Schwerpunkt auf den Rechten und den Zugang von Menschen mit Behinderungen zu körperlichen Aktivitäten und Sport zum Dank verpflichtet. Ihre laufenden Bemühungen im Bereich der Forschung und Anwaltschaft bieten eine solide Grundlage für das Verständnis von Barrieren, denen sich Personen mit Behinderungen gegenübersehen, sowie für bewährte Verfahren zur Beseitigung dieser Hindernisse.

Ferner möchten wir den Fitnesstrainer:innen unsere Wertschätzung aussprechen, die integrative Programme umgesetzt und uns Feedback zu effektiven Strategien und Bereichen mit Verbesserungspotenzial gegeben haben. Ihre Praxiserfahrung war für die Gestaltung praktischer Lösungen wesentlich, die in verschiedenen Umgebungen angewendet werden können.

Zuletzt möchten wir den staatlichen und nicht staatlichen Fördergeber:innen danken, welche die Inklusivitätsprojekte unterstützen. Ihr Engagement zur Förderung von Gleichberechtigung im Bereich der körperlichen Aktivität, der Fitness und des Sports ermöglicht die Durchführung von Initiativen mit nachhaltiger Wirkung für die Gemeinde.

Dieser Leitfaden ist ein Zeugnis der Kraft der Zusammenarbeit und der gemeinsamen Verpflichtung, die Barrierefreiheit und den Zugang zu körperlichen Aktivitäten für alle Menschen und insbesondere jene mit Behinderungen zu verbessern.



Co-funded by  
the European Union



**morla**  
**moves**



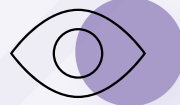


# 01 EINLEITUNG



## ZWECK

Dieser Leitfaden betont die zentrale Bedeutung von Integration bei körperlichen Aktivitäten insbesondere für Menschen mit Behinderungen. **Die körperliche Aktivität ist ein wesentlicher Aspekt der Gesundheit, des Wohlbefindens und der Sozialisierung aller Personen unabhängig ihrer körperlichen Fähigkeiten.** Allerdings **stoßen Menschen mit Behinderungen häufig auf erhebliche Hindernisse, die ihre Teilnahme an sportlichen, Fitness- und körperlichen Aktivitäten einschränken.** Dieser Leitfaden hat zum Ziel, diese Barrieren durch die Bereitstellung praktischer Lösungen und Strategien zu überwinden, welche die Barrierefreiheit, den Zugang und die Integration fördern. Der letztliche Zweck ist es, **sicherzustellen, dass körperliche Aktivitäten einladend und zugänglich sind, was Menschen mit Behinderungen erlaubt, in vollem Umfang daran teilzunehmen und in gleichem Maß davon zu profitieren.**



## VISION

**Dieser Leitfaden entstand durch die Vision, dass jede Person unabhängig ihres Geschlechts, ihres ethnischen, kulturellen oder wirtschaftlichen Hintergrunds, ihrer sexuellen Orientierung oder ihrer Geschlechtsidentität, ihrer Fähigkeiten oder ihrer Behinderungen ein Recht auf die Teilnahme an gesundheitsfördernder körperlicher Aktivität hat. Dieser Leitfaden fördert das Potenzial körperlicher Aktivitäten, Unterschiede zu überbrücken und Menschen zu vereinen, und soll neue Standards für die Integration in diesem Sektor inspirieren.**

Unsere Organisation hat sich dazu verpflichtet, ein integratives Umfeld zu fördern, in dem die Vorteile von Fitness und Gesundheit jedermann und jedefrau, einschließlich jenen mit Behinderungen, zugänglich sind. Indem wir integrative Maßnahmen umsetzen, erfüllen wir nicht nur die gesetzlichen und ethischen Standards, sondern schaffen wir auch eine Bereicherung für unsere Gemeinschaften durch die Förderung von Diversität und Gleichstellung.

Dieser Leitfaden entspricht unserem andauernden Engagement, Barrieren für alle Menschen zu beseitigen und Chancen zu schaffen, damit sie ein aktives und gesundes Leben führen können. Durch unseren engagierten Einsatz und fortwährendes Lernen sind wir bestrebt, neue Standards für die Integration und Barrierefreiheit in der Fitnessindustrie festzulegen, die sicherstellen, dass unsere Programme und Anlagen die Bedürfnisse von Menschen mit unterschiedlichen Fähigkeiten erfüllen.







## 02 AN WEN RICHTET SICH DIESER LEITFADEN?

***Dieser Leitfaden zum Thema Zugänglichkeit soll eine weit gefasste Zielgruppe ansprechen, die eine wichtige Rolle bei der Bereitstellung, dem Management und der Anwaltschaft für körperliche Aktivitäten spielt.***

Indem wir jede Gruppe konkret behandeln, zielt dieser Leitfaden darauf ab, eine ganzheitliche Herangehensweise an Inklusivität in den verschiedenen Sektoren und in unterschiedlichen Ausmaßen des Einflusses in der Fitnessindustrie und der Branche für körperliche Aktivitäten zu fördern.

### **Dienstleister:innen für Fitness und körperliche Aktivitäten**

Dieser Begriff schließt die Eigentümer:innen und die Geschäftsführer:innen von Fitnessstudios, Fitnessclubs sowie Freizeit- und Erholungszentren ein, die körperliche Aktivitäten anbieten. Für diese Personen und Unternehmen ist es unerlässlich, zu verstehen, wie sie ihre Anlagen, ihre Ausrüstung und ihre Programme ändern können, damit sie für Menschen mit Behinderungen einladend und zugänglich sind. Dieser Leitfaden bietet umsetzbare Empfehlungen, um diese Dienstleister:innen bei der Anpassung ihrer Dienstleistungen zur Erfüllung der Bedürfnisse aller Teilnehmer:innen zu unterstützen.



### **Personal Trainer und Fitnesstrainer:innen**

Personal Trainer und Fitnesstrainer:innen interagieren unmittelbar mit den Teilnehmer:innen und haben eine wesentliche Auswirkung auf deren sportliches Erlebnis. Dieser Leitfaden enthält besondere Trainingsmethoden und Kommunikationsstrategien, um sicherzustellen, dass die Trainer:innen für die wirksame Arbeit mit Einzelpersonen, die unterschiedliche Arten von Behinderungen haben, gut ausgerüstet sind.

### **Gemeindezentren und Sportvereine**

Diese Organisationen bilden traditionell das Herzstück lokaler Sport- und Freizeitaktivitäten, sodass es unerlässlich ist, dass Gemeindezentren und örtliche Sportvereine bei der Förderung von Inklusivität mit gutem Beispiel vorangehen. Dieser Leitfaden wird diesen Organisationen bei der Umsetzung von Richtlinien und Verfahren behilflich sein, die sicherstellen, dass jeder und jede in der Gemeinde die gleichen Möglichkeiten zur Teilnahme an und dem Genuss von körperlichen Aktivitäten hat.



## Entscheidungsträger:innen und andere Interessenvertreter:innen der Fitnessindustrie

Entscheidungsträger:innen besitzen die Autorität, auf öffentliche und private Initiativen Einfluss zu nehmen, welche die Barrierefreiheit und den Zugang zum Sport und im Fitnessbereich verbessern. Dieser Leitfaden bietet Einblicke in die notwendigen politischen Anpassungen und anwaltschaftlichen Strategien, die die Schaffung von integrativeren Umfeldern unterstützen können. Stakeholder:innen, darunter Sponsoren, Hersteller von Fitnessausrüstung und Berufsverbände, werden ebenfalls wertvolle Informationen zur wirksamen Unterstützung ihrer Integritätsbestrebungen darin finden.



## Menschen mit Behinderungen

Nicht zuletzt richtet sich dieser Leitfaden auch an Personen mit Behinderungen selbst und bietet ihnen Wissen und Ressourcen, um für ihre Rechte und Bedürfnisse im Fitness- und Sportsektor sowie im Bereich der körperlichen Aktivitäten einzutreten. Indem Menschen mit Behinderungen durch Informationen dazu befähigt werden, was sie von Fitnessdienstleister:innen und Sportprogrammen der Gemeinde verlangen und erwarten können, hilft ihnen dieser Leitfaden dabei, sich aktiv an der Gestaltung eines barrierefreien und integrativen Umfelds zu beteiligen.

Indem dieser Leitfaden auf diese Gruppen abzielt, soll ein Welleneffekt ausgelöst werden, der die Barrierefreiheit und Integration im gesamten Bereich der Fitnessindustrie und der körperlichen Aktivitäten verbessert.



Egal, ob durch die direkte Dienstleistungserbringung, die Umsetzung von Richtlinien, das Engagement der Gemeinden oder die persönliche Anwaltschaft kommt jeder Gruppe eine einzigartige Rolle bei der Förderung der Gesundheit und des Wohlbefindens aller Menschen unabhängig ihrer körperlichen Fähigkeit zu.







## 03 BEHINDERUNGEN VERSTEHEN

### Aktuelle Statistiken und Daten zur Teilnahme an körperlichen Aktivitäten durch Menschen mit Behinderungen

Das Übereinkommen der Vereinten Nationen über die Rechte von Menschen mit Behinderungen (CRPD), das von der Europäischen Union (EU) und ihren Mitgliedstaaten unterzeichnet ist, bleibt der gemeinsame Referenzrahmen für die Definition von Behinderung:

*„Zu den Menschen mit Behinderungen zählen Menschen, die langfristige körperliche, seelische, geistige oder Sinnesbeeinträchtigungen haben, welche sie in Wechselwirkung mit verschiedenen Barrieren an der vollen, wirksamen und gleichberechtigten Teilhabe an der Gesellschaft hindern können.“<sup>1</sup>*

<sup>1</sup>Convention on the Right of Persons with Disabilities, Article 1. United Nations (2006)



## 3.1 Über Behinderungen in Europa

**Wie im nächsten Abschnitt erklärt, existiert eine Vielzahl von Behinderungsmodellen, die jeweils ihr eigenes Verständnis und ihre eigene Definition von Behinderung liefern.**

Diese Diversität führt zu einer Reihe von komplexen Einschränkungen und notwendigen Erwägungen. Das Fehlen einer gemeinsamen Definition des Begriffs „Behinderung“ auf Ebene der EU führt zu mangelnder Kohärenz bei der Behindertenpolitik, während dies zugleich ermöglicht, dass sie bestmöglich ausgerichtet ist. Ferner hindert dies die EU an der Durchführung einer vollständigen statistischen Bewertung zum Thema Behinderung.

**Einige der jüngsten Daten zum Thema legen nahe, dass:**

**101 Millionen Menschen** oder 27 % der Bevölkerung der EU 2022 eine Form der Behinderung aufwiesen.

27%

Die Wahrscheinlichkeit von unerfüllten Anforderungen an die Gesundheitsversorgung für Menschen mit Behinderungen **4-mal höher** ist.

4X

**28,8 % von Armut oder sozialer Ausgrenzung gefährdet sind** (im Vergleich zu 18,3 % der Menschen ohne Behinderungen).<sup>2</sup>

28.8%

<sup>2</sup>Fakten und Zahlen zum Thema Behinderung in der EU. Europäischer Rat, Rat der Europäischen Union.

Es für Menschen mit Behinderungen 16 % bis 62 % unwahrscheinlicher ist, das von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfohlene Ausmaß an körperlicher Aktivität zu erreichen, was sie für Komplikationen ihres Gesundheitszustands anfälliger macht.<sup>4</sup>

62%

<sup>4</sup>Analysis of the Barriers and Motives for Practicing Physical Activity and Sport for People with a Disability: Differences According to Gender and Type of Disability, Ascondo et al.(2023)

Behinderungen der an dritter Stelle genannte Grund dafür sind, dass Personen **nicht regelmäßiger körperlich aktiv** sind (14 %), dies nach „Zeitmangel“ und „Fehlender Motivation oder fehlendem Interesse“.<sup>3</sup>

14%

<sup>3</sup> Eurobarometer-Sonderumfrage 525: Sport und körperliche Aktivität, 2022: <https://europa.eu/eurobarometer/surveys/detail/2668>

**Diese Zahlen sind für das Verständnis des Ausmaßes der Problematik und des Bedarfs an zielgerichteten Maßnahmen unerlässlich,** während sie auch Einblicke bieten, wie viele Menschen von einem besseren Zugang zu Fitness, körperlicher Aktivität und Sport sowie der Integration in diesen Bereichen profitieren würden.

Die EU und ihre Mitgliedstaaten unterzeichneten und bestätigten das CRPD im Jahr 2020. Artikel 30 bezieht sich ausdrücklich auf die „Teilhabe am kulturellen Leben sowie an Erholung, Freizeit und Sport“, „um Menschen mit Behinderungen zu ermutigen, so umfassend wie möglich an breiten-sportlichen Aktivitäten auf allen Ebenen teilzunehmen; um sicherzustellen, dass Menschen mit

Behinderungen die Möglichkeit haben, behinderungsspezifische Sport- und Erholungsaktivitäten zu organisieren, zu entwickeln und an solchen teilzunehmen; [und] um sicherzustellen, dass Menschen mit Behinderungen Zugang zu Sportstätten und entsprechenden Dienstleistungen haben“.

Wenngleich in den letzten 20 Jahren beachtenswerte Fortschritte gemacht wurden, durch die Sport und körperliche Aktivitäten für Menschen mit Behinderungen zugänglicher wurden, bleibt der Raum für Verbesserungen konstant und bedarf weiterer Erörterungen und Lösungen.





## Behinderungsmodelle

***Der Begriff „Behinderungsmodelle“ bezieht sich auf Rahmenbedingungen, die zum Verständnis und zur Definition von Behinderung verwendet werden, wobei sie jeweils beeinflussen, wie die Gesellschaft Menschen mit Behinderungen wahrnimmt und mit diesen umgeht.***

Diese Modelle fließen in die öffentliche Politik, die gesellschaftlichen Haltungen und die Dienstleistungserbringung ein, darunter auch wie Behinderungen in verschiedenen Bereichen, wie Gesundheitswesen, Bildung und Beschäftigung, gehandhabt und in diese aufgenommen werden.

Das Verständnis der verschiedenen Behinderungsmodelle ist für die Erarbeitung von integrativen Fitnessprogrammen und solchen für körperliche Aktivitäten unerlässlich:



### Das medizinische Modell:

versteht unter Behinderungen vorrangig Erkrankungen oder Anomalien, die behoben oder geheilt werden sollen. Bei diesem Modell liegt der Schwerpunkt häufig auf der Erkrankung und ihren Einschränkungen, wobei Lösungen darauf abzielen, die Person durch medizinische Interventionen zu verändern oder zu behandeln.

### Das Menschenrechtsmodell:

konzentriert sich auf die angeborenen Rechte aller Personen, einschließlich jener mit Behinderungen, und hebt gesellschaftliche Barrieren für die Integration hervor. Dieses Modell befürwortet Veränderungen in der Politik, bei den Gesetzen sowie den Verfahren, um diese Hindernisse zu beseitigen und gleiche Rechte und Chancen für Menschen mit Behinderungen zu garantieren.



### Das soziale Modell:

Entstanden aus dem Menschenrechtsmodell sieht diese Herangehensweise Behinderung als ein soziales Konstrukt an. Das Modell bringt vor, dass die Gesellschaft auf Arten und Weisen aufgebaut ist, die Menschen mit Beeinträchtigungen ausschließen. Es befürwortet Veränderungen der gesellschaftlichen Haltungen und des Umfelds, um Menschen mit Behinderungen umfassend zu integrieren.



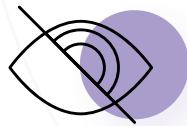
## 3.2 Arten von Behinderungen und ihre Herausforderungen in Bezug auf die körperliche Aktivität

Das Verständnis über die verschiedenen Arten von Behinderungen hilft dabei, geeignete Lösungen für das Fitness- und Sportumfeld zu finden sowie unterstützende Strukturen zu schaffen und ist somit wesentlich für die Steigerung der Verfügbarkeit und Zugänglichkeit von körperlichen Aktivitäten für Menschen mit Behinderungen.



### Körperliche Behinderungen

Erkrankungen, welche die Mobilität oder die motorischen Funktionen beeinträchtigen, wie Rückenmarkverletzung, Gehirnlähmung oder multiple Sklerose. Diese Behinderungen machen anpassungsfähige Ausrüstungsgegenstände oder modifizierte Programme für körperliche Aktivitäten erforderlich, um sicherzustellen, dass die Teilnahme möglich ist und Spaß macht.



### Sehbehinderungen

Diese schließen eine teilweise Sehkraft und Blindheit ein, welche die Fähigkeit einer Person einschränken kann, an körperlichen Aktivitäten teilzunehmen, die ein gutes Sehvermögen erforderlich machen. Anpassungen sind unter anderem akustische Hinweise, taktile Markierungen und der Einsatz von Blindenführer:innen oder Helfer:innen mit Sehkraft.



### Hörbehinderungen

Taubheit oder Hörschäden können die Kommunikation in einer Gruppe sowie die Fähigkeit, akustische Informationen zu erhalten, beeinträchtigen. Die Bereitstellung von optischen Signalen, der Einsatz von Dolmetscher:innen für Gebärdensprache und die Sicherstellung des optischen Zugangs zu Anweisungen können die Teilnahme erleichtern.

#### Typische Barrieren bei der Teilnahme an körperlichen Aktivitäten:

**Barrierefreiheit:** Ein Mangel an barrierefreien Anlagen, wie Rampen, Lifts oder anpassungsfähiger Ausstattung, kann die Teilnahme verhindern.

**Ausstattung:** Die Standardausstattung für Sport ist häufig nicht für Menschen mit eingeschränkter Mobilität oder Rollstuhl geeignet.

**Gestaltung von Programmen:** Viele Programme für körperliche Aktivitäten besitzen keine Anpassungsmöglichkeiten für unterschiedliche Grade körperlicher Fähigkeiten.

#### Typische Barrieren bei der Teilnahme an körperlichen Aktivitäten:

**Herausforderungen an die Navigation:** Schwierigkeiten bei der sicheren Bewegung durch physische Räume ohne taktile oder akustische Hinweise.

**Kommunikation:** Standardmäßige optische Hilfen in Klassen oder Trainingseinheiten (z. B. Vorzeigen) sind nicht wirksam.

**Verwendung von Ausrüstung:** Schwierigkeiten bei der sicheren Verwendung von Ausrüstungsgegenständen ohne Modifikationen oder Unterstützung.

#### Typische Barrieren bei der Teilnahme an körperlichen Aktivitäten:

**Akustische Informationen:** • Die standardmäßigen akustischen Hinweise in Klassen oder bei Einweisungen werden vernachlässigt, was zu Sicherheitsproblemen oder einer mangelhaften Synchronisation bei Gruppenaktivitäten führen kann.

**Kommunikation:** Das Fehlen von Dolmetscher:innen für Gebärdensprache oder schriftlichen Anweisungen kann verhindern, dass Teilnehmer:innen in vollem Umfang an Aktivitäten teilnehmen können.



## Geistige Behinderungen:

Beeinträchtigen die kognitiven Funktionen und können die Fähigkeit einer Person, komplexe Anweisungen zu befolgen, die Regeln von Spielen zu verstehen oder mit wettbewerbsorientierten Umgebungen umzugehen, beeinflussen. Vereinfachte Anweisungen, längere Lernphasen und unterstützendes Coaching sind von Vorteil.

### Typische Barrieren bei der Teilnahme an körperlichen Aktivitäten:

#### Komplexe Anweisungen:

Schwierigkeiten beim Verständnis und bei der Befolgung von komplexen Regeln oder Anweisungen in traditionellen Fitnessklassen.

**Soziale Integration:** Herausforderungen bei der sozialen Interaktion können Gefühle der Isolation oder der Ausgrenzung aus einer Gruppe hervorrufen.

**Kognitive Überforderung:** Schnelllebige Umgebungen oder Aktivitäten mit hoher Geschwindigkeit, welche das rasche Treffen von Entscheidungen erforderlich machen, können zu Überforderung führen.



## Psychosoziale Behinderungen

Psychische Störungen, wie Depression, Angstzustände und bipolare Störung, können die Motivation, die Energieniveaus und die soziale Interaktion von Personen beeinträchtigen. Flexible Teilnahmeoptionen, ein unterstützendes Umfeld und Personal, das über die psychische Gesundheit aufgeklärt wurde, können dabei helfen, das Engagement und den Spaßfaktor zu steigern.

### Typische Barrieren bei der Teilnahme an körperlichen Aktivitäten:

**Motivation:** Schwankende Energieniveaus und Motivation können die regelmäßige Teilnahme erschweren.

**Soziale Angst:** Gruppen können einschüchternd wirken und Hindernisse für die Teilnahme darstellen.

**Stigma:** Missverständnisse und Stigmatisierungen rund um die psychische Gesundheit können zur Ausgrenzung oder mangelhaften Unterstützung im Fitnessbereich führen.

Die verschiedenen Behinderungsarten sehen sich jeweils einer Vielzahl von Herausforderungen gegenüber, wobei einige von ihnen unter mehreren Behinderungsarten zu finden sind. Daher könnte grundsätzlich vorgeschlagen werden, dass es drei Kategorien von Herausforderungen gibt, die bedacht werden müssen:

1

**Physische Barrieren:** Unangemessene Anlagen, nicht anpassungsfähige Ausstattung, nicht barrierefreie Transportmöglichkeiten.

2

**Soziale und psychologische Barrieren:** Stigmatisierung, Vorurteile und Mangel an sozialer Unterstützung.

3

**Kommunikationsbarrieren:** Unwirksame Kommunikationsmethoden, Fehlen von Dolmetscher:innen für Gebärdensprache oder von Materialien in Brailleschrift.







## 04 STRATEGIEN FÜR DIE INTEGRATION



*Die Schaffung von barrierefreien physischen Räumen ist wesentlich, um die Inklusion in Fitnessstudios, Einrichtungen für körperliche Aktivitäten und Sportanlagen zu fördern. Diese Anpassungen entsprechen nicht nur den gesetzlichen Anforderungen, sondern stellen auch sicher, dass Menschen mit Behinderungen komfortabel und sicher teilnehmen können. Dieses Kapitel bietet einen Überblick über Elemente, die in Bezug auf die Infrastruktur, die Ausstattung und die Dienstleistungen zu beachten sind.*







## 4.1 PHYSISCHE BARRIEREFREIHEIT

### Eingang und Navigation

#### Barrierefreie Eingänge

- Sicherstellung, dass alle Eingänge, Korridore und Durchgänge für Rollstuhlfahrer:innen barrierefrei sind.
- Installation von Rampen an Stellen, an denen es Stufen gibt, mit einer Neigung von 5-8 % sowie von Geländern an beiden Seiten.
- Bereitstellung eines Bereichs für Manöver am oberen und unteren Ende der Rampen von nicht weniger als 1,5 Metern.
- Die Türöffnungen müssen mindestens 0,9 Meter breit sein, wobei die Türen in Richtung der Rampe geöffnet werden können.

Der Gebäudeeingang muss frei von Hindernissen, wie Schwellen und Stufen, sein.

Markierung von Glastüren mit einer Kontrastlinie auf einer Höhe von 1,4 Metern und 0,3 Metern über dem Niveau des Fußbodens, um die Sichtbarkeit zu verbessern.



#### Korridore und Fußböden:

- Korridore in Räumen und Hallen sollten mindestens 1,5 Meter breit sein, damit Rollstuhlfahrer:innen diese problemlos durchqueren können.
- Sichere Befestigung aller Teppiche, um ein Rutschen zu verhindern.
- Verwendung eines glatten, rutschfesten Bodenbelags, um die Sicherheit zu garantieren.
- Kennzeichnung der Kanten von Durchgängen zwischen Geräten mit einer Kontrastlinie, um Menschen mit Sehbehinderungen zu unterstützen.

## Anordnung von Ausrüstungsgegenständen

- Anordnung der Ausrüstung des Fitnessstudios auf eine Weise, sodass es um jedes Gerät ausreichend Platz für die leichte Navigation im Rollstuhl gibt. Dies schließt die Bereitstellung von Geräteoptionen mit einer geringeren Höhe ein, wie Gewichts- und Cardio-Geräte.



## Barrierefreie Geräte

- Aufnahme von Geräten, die speziell für Menschen mit Behinderungen gestaltet wurden, wie Ellipsentrainer mit halbliegender Position, für Rollstuhlfahrer:innen barrierefreie Gewichtsmaschinen und Handfahräder.
- Ausstattung von Fitnessgeräten mit Benutzeroberflächen, die für Personen mit Sehbehinderungen oder einer beschränkten Fingerfertigkeit einfach zu benutzen sind. Dies kann durch Touchscreens mit großen Tasten, Sprachbefehlen oder Etiketten in Brailleschrift erreicht werden.
- Ausstattung von gewöhnlichen Fitnessgeräten mit Gurten, Befestigungselementen für Rollstühle und anderer notwendiger Ausrüstung für eine rollstuhlfreundliche Umgebung.







## 4.2 INTEGRATIVE ANLAGEN

*Sicherstellung, dass es barrierefreie Umkleiden und Duschen mit Griffen sowie barrierefreie Toiletten und Duschen gibt.*

### Umkleide

1

#### Für Rollstuhlfahrer:innen barrierefreie Umkleidekabinen

- Es ist sicherzustellen, dass die Umkleidekabine mindestens 1,5 x 2,2 Meter misst.
- Ausstattung der Kabine mit Griffen in einer Höhe von 0,9 Metern und einer Bank.

2

#### Spezifikationen für Türen

- Die Türen sollten mindestens 0,9 Meter breit sein und in einem Winkel von mindestens 90 Grad leicht geöffnet werden können.
- Die Türgriffe sollten auf einer Höhe von 0,9 Metern positioniert sein. Die Schlösser müssen im Notfall von außen geöffnet werden können.

3

#### Privatsphäre und Hilfe

- Die Umkleide sollte vorzugsweise ein gesonderter Raum sein, damit bei Bedarf eine Person des anderen Geschlechts helfen kann.



# Toilette

1

## Barrierefreie Toiletten

- Es ist sicherzustellen, dass jedes öffentliche Gebäude über barrierefreie Toiletten in einer von der Anzahl von Besucher:innen abhängigen Zahl verfügt.
- Es sind aufeinanderfolgende Schilder anzubringen, die den Weg zu barrierefreien Toiletten anzeigen.
- Bereitstellung mindestens einer separaten Toilette für Personen, die Unterstützung von einer Person des anderen Geschlechts benötigen.

3

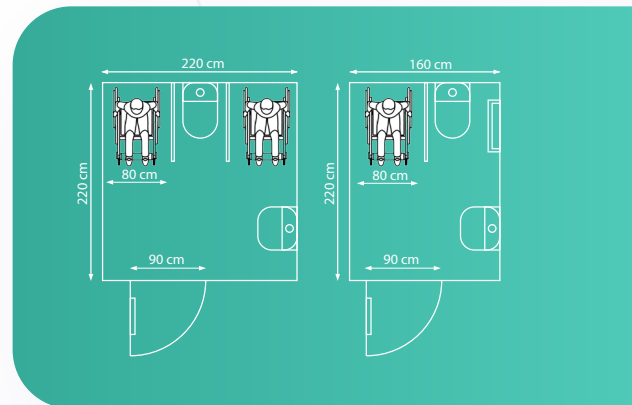
## Parameter für Toiletten

- Der Bereich für das Manövrieren innerhalb der Kabine sollte einen Durchmesser von 1,5 Metern aufweisen.
- Die Türen sollten mindestens 0,9 Meter breit sein und in einem Winkel von mindestens 90 Grad geöffnet werden können.
- Ausstattung der Tür mit einem Innengriff entlang der Breite der Tür und einem Schloss, dass von außen geöffnet werden kann.
- Die Fußböden sollten glatt und rutschfest sein.
- Es ist sicherzustellen, dass die Toilettenschüssel von vorne erreichbar ist, wobei ein Bereich mit einem Durchmesser von 1,4 Metern zur Verfügung stehen muss. Außerdem ist Sorge zu tragen, dass sie mindestens von einer Seite aus mit einer Breite von 0,75-0,90 Metern zum Geländer barrierefrei ist.
- Die Höhe der Toilettenschüssel sollte 0,45-0,47 Meter (ohne Deckel) betragen.
- Installation von Armlehnen zum Abstützen und Anheben auf einer Höhe von maximal 1,20 Metern vom Fußboden.
- Es ist sicherzustellen, dass der Toilettenpapierhalter von der Toilette aus erreichbar ist.

2

## Spezifikationen für Toilettentüren

- Kennzeichnung von Türen für Rollstuhlfahrer:innen mit einer besonderen Markierung auf einer Höhe von 1,60 Metern.
- Sicherstellung, dass ein Bereich für Manöver mit einem Durchmesser von 1,5 Metern vor der Toilette gegeben ist.



- Verwendung von kontrastierenden Farben für den Toilettendeckel und den umgebenden Raum.
- Platzierung von elektrischen Schaltern in einer kontrastierenden Farbe auf einer Höhe von 0,9 Metern vom Fußboden.
- Das Waschbecken sollte auf einer Höhe von 0,80-0,85 Metern montiert werden. Es dürfen sich keine Hindernisse unterhalb des Waschbeckens befinden und es sollte einen Einhandmischer aufweisen, der von Rollstuhlfahrer:innen erreicht werden kann.
- Es ist sicherzustellen, dass die Seifenhalter auf einer Höhe von 0,90-1,10 Metern montiert werden und sich die untere Kante von Spiegeln auf einer Höhe von maximal 1 Meter befindet oder anpassbar ist.
- Die untere Kante von Händetrocknern und Handtuchhaltern ist auf einer Höhe von 1,1 Metern zu platzieren.
- Die Toiletten sind mit Sicherheitsknöpfen auf einer Höhe von 0,15 Metern und 0,9 Metern oder mit einer Taste mit Schnur für Notfälle auszustatten.

# Dusche

1

## Barrierefreie Duschen

- Es ist sicherzustellen, dass mindestens eine Dusche für Menschen mit Mobilitätseinschränkungen barrierefrei ist.
- Die Türen der Duschkabine sollten 0,90 Meter breit sein, wobei die Schwellen nicht höher als 1,5 cm ausfallen dürfen.

2

## Ausstattung von Duschkabinen

- Die Duschkabine ist mit einem herunterklappbaren Sitz auf einer Höhe von 0,50 Metern vom Fußboden sowie vorzugsweise mit Armlehnen zum Anheben und Abstützen auszustatten (Tiefe des Sitzes: 0,30-0,40 Meter, Breite des Sitzes: 0,40-0,50 Meter, Tragfähigkeit: mindestens 120 kg).
- Die Türen von Duschkabinen sollten von außen geöffnet werden können.

3

## Manövrierbereich und Sicherheit

- Es ist sicherzustellen, dass ein Bereich für Manöver mit einem Durchmesser von 1,5 Metern gegeben ist.
- Installation von Hilfe-Tasten auf einer Höhe von 0,15 Metern und 0,9 Metern.
- Verwendung von rutschfesten Fußböden oder Matten in der Dusche und der Kabine.
- Ausstattung der Duschkabine mit horizontalen Griffen auf einer Höhe von 0,9 Metern sowie einem vertikalen Griff auf einer Höhe von 0,9-1,6 Metern.

4

## Spezifikationen von Duschen

- Die Höhe des Duschkopfes sollte von 0,9 Metern bis 2,0 Metern anpassbar sein.
- Die Durschmatur sollte auf einer Höhe von 0,9 Metern angebracht sein und mit einem Wärmeregler ausgestattet sein.

5

## Barrierefreie Vorrichtungen

- Es ist sicherzustellen, dass die Handtuchhalter auf einer Höhe von 1,0-1,2 Metern montiert werden.
- Platzierung von Kleiderhaken in der Duschkabine auf einer Höhe von 1,2 Metern vom Fußboden.





# Beschilderung

*Eine effektive Beschilderung in Fitnessstudios oder Gebäuden für Menschen mit Behinderungen ist wesentlich für den Zugang die Barrierefreiheit und die leichte Navigation. Im Folgenden finden Sie einige zentrale Aspekte, die es bei der Gestaltung und Umsetzung solcher Schilder zu beachten gilt:*

1

## Sichtbarkeit

- Die Schilder sollten groß genug sein, sodass sie aus angemessener Entfernung leicht zu lesen sind. Ihre Höhe muss sowohl für stehende Personen als auch Personen im Rollstuhl angemessen sein.
- Ein starker Kontrast zwischen dem Text und dem Hintergrund verbessert die Lesbarkeit. In der Regel wird schwarzer Text auf einem weißen Hintergrund oder ein weißer Text auf einem dunklen Hintergrund verwendet, um die Sichtbarkeit zu optimieren.

2

## Symbole und Piktogramme

- Verwendung von allgemein anerkannten Symbolen, wie dem internationalen Symbol für den barrierefreien Zugang für Rollstuhlfahrer:innen. Diese Symbole sind für Personen von verschiedenen Hintergründen schnell zu erkennen und zu verstehen.
- Einschluss von Symbolen für Hörschleifen, visuelle Alarmsysteme und andere unterstützende Technologien. Diese Piktogramme sind genormt und leicht voneinander zu unterscheiden.



International  
Symbol of Access



Sign Language  
Interpretation Symbol



International Symbol  
for Braille



International Symbol  
for Hearing Loops



International Symbol for  
Intellectual Disability

3

## Text und Schriftart

- Verwendung einer klaren und präzisen Sprache für die wirksame Kommunikation von Informationen. Vermeidung eines Jargons oder von Fachbegriffen, die zu Verwirrung führen könnten.
- Die Schriftarten sollten einfach, serifenlos und groß genug sein, damit sie von Menschen mit Sehbehinderungen einfach zu lesen sind. Beispiele für leserliche Schriftarten sind Arial und Hel-

4

## Brailleschrift und taktile Schilder

- Brailleschrift: Die Aufnahme der Brailleschrift auf Schilder kann sehbehinderte Benutzer:innen bei der eigenständigen Navigation durch Anlagen unterstützen.
- Taktile Eigenschaften: Reliefbuchstaben sowie Piktogramme können für Personen hilfreich sein, die durch Berührung lesen.

## 5

### Platzierung und Konsistenz

- Die Schilder sollten an wichtigen Stellen, wie Eingängen, Toiletten, Lifts und Servicebereichen, platziert werden, um sicherzustellen, dass sie von allen Personen gesehen werden, unabhängig des von ihnen gewählten Wegs durch ein Fitnessstudio oder Gebäude.
- Die konsistente Verwendung von Begriffen auf den Schildern in Ihrem Fitnessstudio hilft dabei, ein kohäsi- ves Navigationserlebnis zu schaf- fen. Dies schließt die Beibehaltung der gleichen Farbgebung, Piktogra- phie und Installationshöhen in der gesamten Anlage ein.

## 6

### Digitale und interaktive Beschil- derung

- Die Verwendung von digitalen Schil- dern sollte erwogen werden. Sie können leicht aktualisiert werden, um Änderungen bei der Anordnung des Fitnessstudios oder den ver- fügbaren Geräten widerzuspiegeln. Digitale Schilder können auch inter- aktive Elemente integrieren, wie Touchscreens. Diese sollten auf je- den Fall derart gestaltet sein, dass sie barrierefrei sind.
- Die Aufnahme von akustischen Hin- weisen oder die Verfügbarkeit einer App für mobile Geräte, welche die Informationen auf Schildern akus- tisch wiedergibt, kann für sehbehin- derte Mitglieder extrem hilfreich sein.

*Die Umsetzung dieser Besonderheiten entspricht nicht nur den Vorschriften zur Barrierefreiheit, sondern verbessert auch die allgemeine Dienstleistungsqualität und die Sicherheit in Fitnessstudios erheblich. Diese integrative Strategie kommt nicht nur jenen mit besonderen Anforderungen zugute, sondern verbessert auch das Erlebnis im Fitnessstudio für alle Mitglieder. Es wird eine einladende und unterstützende Atmosphäre geschaffen. Durch die Umsetzung dieser Maßnahmen können Fit- nessstudios ein Umfeld schaffen, das für Personen aller Fähigkeiten einladend ist, wodurch die kör- perliche Fitness und das soziale Wohlbefinden gefördert werden.*





## 4.3 PROGRAMME UND LEISTUNGEN

### Spezielle Klassen

Anpassung des Angebots von Fitnessklassen an Einzelpersonen mit bestimmten Arten von Behinderungen. Damit ist beispielsweise die Aufnahme von Klassen gemeint, die sich auf ein schonendes Yoga konzentrieren, das für Personen mit Gelenkproblemen ideal ist. Es könnten auch Krafttrainingseinheiten für Rollstuhlfahrer:innen erstellt werden.



### Personal Trainer

Employ or train staff who specialise in working with clients with disabilities. These trainers should understand the unique needs and best practices for a diverse range of clients.

### Integrative Politik

Ausarbeitung von Richtlinien in Fitnessstudios, welche die Integration ausdrücklich fördern, wie Buddy-Systeme oder Rabatte für Betreuer:innen, die Kunden mit Behinderungen begleiten.



### Schulung des Personals

Regelmäßige Schulung des gesamten Personals im Umgang mit Menschen mit Behinderungen sowie in geeigneten Kommunikationstechniken, um eine einladende Umgebung für jedermann und jedefrau sicherzustellen. Fortbildung des Personals über die verschiedenen Arten von Behinderungen, einschließlich körperlicher, sensorischer, kognitiver und emotionaler Behinderungen. Bereitstellung von Einblicken in die täglichen Herausforderungen, denen sich Menschen mit Behinderungen gegenübersehen, und wie das Personal sie wirksam unterstützen kann. Organisation von besonderen Schulungen zur Anpassung von Fitnessroutinen und Geräten für Menschen mit unterschiedlichen Arten von Behinderungen.



# 05 UMGANG UND KONTAKTAUFNAHME





# 5.1 WIRKSAMER UMGANG MIT DER GEMEINSCHAFT VON MENSCHEN MIT BEHINDERUNGEN



## Integrative Kommunikation

- Verwendung verschiedener Kommunikationskanäle, wie soziale Medien, Newsletter und Gemeinschafts-Bulletins, zur Erreichung einer breiteren Zielgruppe.
- Es ist sicherzustellen, dass alle Mitteilungen zugänglich sind, in einfacher Sprache verfasst sind sowie Untertitel und alternativen Text für Bilder verwenden.
- Bereitstellung von Informationen in mehreren Formaten, darunter Brailleschrift, Großdruck oder Audioaufnahme.



## Veranstaltungen und Workshops der Gemeinde

- Durchführung von Veranstaltungen und Workshops mit Schwerpunkt auf angepassten körperlichen Aktivitäten, Fitness und Wohlbefinden für Menschen mit Behinderungen.
- Angebot von anpassungsfähigen Programmen für verschiedene Arten von Behinderungen.
- Erstellung von Feedbackschleifen, damit die Mitglieder der Gemeinschaft ihre Bedürfnisse und Vorschläge teilen können.



## Online-Präsenz

- Entwicklung einer barrierefreien Website, die detaillierte Informationen zur barrierefreien Ausstattung und entsprechenden Programmen enthält.
- Verwendung der sozialen Medien, um Erfolgsgeschichten hervorzuheben, künftige Veranstaltungen zu bewerben und über die verfügbaren Ressourcen für Menschen mit Behinderungen zu informieren.



## Feedback und ständige Verbesserung

- Regelmäßiger Erhalt von Feedback von den Mitgliedern von Behinderungen, um ihre Erlebnisse besser zu verstehen und Bereiche mit Verbesserungspotenzial zu identifizieren.
- Durchführung von Umfragen und Fokusgruppen, um detaillierte Einblicke zu erhalten.

## 5.2 AUFBAU VON PARTNERSCHAFTEN MIT ÖRTLICHEN ORGANISATIONEN UND INTERESSENVERTRETUNGEN FÜR MENSCHEN MIT BEHINDERUNGEN

1

### Identifikation möglicher Partner:innen

- Nachforschungen zu örtlichen Organisationen und Interessenvertretungen anstellen, die Menschen mit Behinderungen unterstützen.
- Eine Liste der möglichen Partner:innen erstellen, darunter gemeinnützige Organisationen, Gemeinschaftsinitiativen und staatliche Stellen.

2

### Kontaktaufnahme

- Kontaktaufnahme durch förmliche Schreiben, E-Mails oder Telefonanrufe, um Ihr Fitnessstudio vorzustellen und eine mögliche Zusammenarbeit vorzuschlagen.
- Teilnahme an örtlichen Treffen, Konferenzen und Veranstaltungen, um sich mit Vertreter:innen von diesen Organisationen zu vernetzen.

3

### Gemeinsame Programme und Veranstaltungen

- Erarbeitung von gemeinsamen Programmen und Organisation von Veranstaltungen, die dem Fitnessstudio und der Partnerorganisation zugutekommen.
- Workshops, Fitnessklassen und Informationssitzungen zu Gesundheit und Wohlbefinden für Menschen mit Behinderungen gemeinsam ausrichten.
- Gemeinsame Organisation von Aufklärungskampagnen zur Förderung der Inklusion, der Barrierefreiheit und des Zugangs.

4

### Gemeinsame Nutzung von Ressourcen

- Gemeinsame Nutzung von Ressourcen, wie Örtlichkeiten, Ausstattung und Fachwissen, zur Unterstützung gemeinsamer Initiativen.
- Bereitstellung der Anlagen Ihres Fitnessstudios für von Partnerorganisationen durchgeführte Treffen oder Veranstaltungen.

# 5

## Ehrenamtliches Engagement und Unterstützung

- Ermutigung von Mitgliedern und Personal des Fitnessstudios, sich freiwillig zu den von Partnerorganisationen durchgeführten Aktivitäten zu melden.
- Bereitstellung von Unterstützung für Initiativen und Veranstaltungen, die von diesen Gruppen organisiert werden, um die Zugehörigkeit zur Gemeinschaft zu stärken.

# 6

## Gegenseitige Förderung

- Förderung der Veranstaltungen und Initiativen von Partnerorganisationen durch die Kommunikationskanäle Ihres Fitnessstudios.
- Ersuchen, dass die Partnerorganisationen Informationen über die barrierefreien Dienstleistungen und Programme Ihres Fitnessstudios mit ihren Mitgliedern teilen.

# 7

## Ständiges Engagement

- Aufrechterhaltung eines regelmäßigen Austausches mit den Partnerorganisationen zur Besprechung laufender und künftiger Möglichkeiten zur Zusammenarbeit.
- Regelmäßige Überprüfung und Bewertung der Ergebnisse von Partnerschaften, um sicherzustellen, dass sie die Bedürfnisse beider Parteien und der Gemeinschaft erfüllen.



Durch die Umsetzung dieser Strategien können Fitnessstudios effektiver mit der Gemeinschaft von Menschen mit Behinderungen interagieren, wodurch integrativere Fitnessmöglichkeiten sichergestellt und starke Beziehungen innerhalb der Gemeinschaft gefördert werden. Vergessen Sie nicht, die Geschichten, Initiativen und Programme wirksam zu teilen, dank der Menschen mit Behinderungen erfolgreich integriert werden konnten.





# 06 SCHLUSSFOLGERUNG

- Das Projekt und die Kampagne **#BEACTIVE DAY 2024** bieten die **Möglichkeit**, integrative Politiken zu schaffen, zu erweitern, zu verbessern oder zu untermauern, indem Menschen mit Behinderungen qualitativ hochwertige und barrierefreie körperliche Aktivitäten geboten werden.
- Die Sicherstellung der Barrierefreiheit, des Zugangs und der Integration in Fitnessstudios sind für die **Schaffung eines einladenden und unterstützenden Umfelds** für Menschen mit Behinderungen unerlässlich. Dieses Engagement verbessert nicht nur das Erlebnis der Benutzer:innen, sondern fördert auch das **Gemeinschafts- und Zugehörigkeitsgefühl**.
- Der Einsatz von **integrativen Kommunikationsstrategien** und die **Interaktion mit der Gemeinschaft von Menschen mit Behinderungen** durch die verschiedenen Kanäle helfen dabei, starke Beziehungen aufzubauen und ihre Bedürfnisse zu verstehen.
- Die Bereitstellung von **barrierefreien Anlagen**, darunter Eingänge, Umkleiden, Toiletten und Duschen, ist wesentlich, um den Bedürfnissen von Menschen mit Behinderungen gerecht zu werden. Die Anpassung von Fitnessgeräten sowie das Angebot von speziellen Programmen, die auf die verschiedensten Fähigkeiten abgestimmt sind, dienen der Förderung von Inklusivität in der Fitnessindustrie.
- Die regelmäßige und ganzheitliche **Schulung von Personal zum Umgang mit Menschen mit Behinderungen** sowie geeignete Kommunikationstechniken sind von zentraler Bedeutung, um ein einladendes Umfeld für alle Mitglieder eines Fitnessstudios sicherzustellen. Die Schulungsprogramme sollten durchgängig angeboten werden und praktische, realitätsnahe Erfahrungen einbeziehen.
- Der **Aufbau von Partnerschaften** mit örtlichen Organisationen und Interessengruppen verbessert die Fähigkeit des Fitnessstudios, einen positiven Beitrag zur Gemeinschaft der Menschen mit Behinderungen zu leisten. Gemeinsame Programme, die gemeinsame Nutzung von Ressourcen sowie gegenseitige Unterstützung stärken die Beziehungen unter den Gemeinschaften und fördern integrative Fitnessmöglichkeiten.
- Die Einholung von **Feedback** von Mitgliedern mit Behinderungen sowie die ständige Verbesserung der Dienstleistungen auf Grundlage dieses Feedbacks stellen sicher, dass das Fitnessstudio weiterhin auf ihre Bedürfnisse eingeht. **Regelmäßige Überprüfungen und Updates** der barrierefreien Anlagen und Programme sind wesentlich für die Aufrechterhaltung von hohen Integrationsstandards.
- Es ist wichtig, die Bedeutung der Integration und des Respekts bei allen Interaktionen hervorzuheben. Dies fördert eine **positive und unterstützende Kultur in den Fitnessstudios**. Die Ermutigung des Personals, proaktiv, geduldig und empathisch zu sein, hilft dabei, eine Umgebung zu schaffen, in der sich jedermann und jede(r) wertgeschätzt und integriert fühlt.



# 07

## RESSOURCEN UND WEITERFÜHRENDE LITERATUR

***Eine Fülle von Informationen, Ressourcen und Instrumenten ist online verfügbar. Dort können Sie weitere vertiefende Informationen zu integrativen Verfahren für diese Zielgruppe nachlesen.***

### ***Europäische Verordnungen, Standards und relevante Regelungsrahmen***

*EN 17210:2020 - Barrierefreiheit und Nutzbarkeit der gebauten Umgebung - Funktionale Anforderungen (2021).* Hierbei handelt es sich um eine europäische Norm, die Kriterien und Empfehlungen für die Barrierefreiheit und Nutzbarkeit von gebauten Umgebungen festlegt, darunter öffentliche Räume und Freizeitanlagen, wie Fitnessstudios.

[https://accessible-eu-centre.ec.europa.eu/content-corner/digital-library/en-172102021-accessibility-and-usability-built-environment-functional-requirements\\_en](https://accessible-eu-centre.ec.europa.eu/content-corner/digital-library/en-172102021-accessibility-and-usability-built-environment-functional-requirements_en)

*Der Europäische Rechtsakt zur Barrierefreiheit (EAA) (2019) der Europäischen Union - Dieser Rechtsakt zielt darauf ab, das Funktionieren des Binnenmarktes für barrierefreie Produkte und Dienstleistungen durch die Abschaffung unterschiedlicher Vorschriften in den Mitgliedstaaten zu verbessern.*

<https://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=1202>

*Das Übereinkommen der Vereinten Nationen über die Rechte von Menschen mit Behinderungen (2006)*

<https://www.ohchr.org/en/instruments-mechanisms/instruments/convention-rights-persons-disabilities>

*Briefing des Recherchediensts des Europäischen Parlaments zum Verständnis der EU-Politik für Menschen mit Behinderungen (2023)*

[https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/BRIE/2021/698811/EPRS\\_BRI\(2021\)698811\\_EN.pdf](https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/BRIE/2021/698811/EPRS_BRI(2021)698811_EN.pdf)

*Strategie der Europäischen Union für Rechte von Menschen mit Behinderungen 2021-2023 (2021)*

<https://op.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/3e1e2228-7c97-11eb-9ac9-01aa75ed71a1>

*Schlussfolgerungen des Rates der Europäischen Union und der im Rat vereinigten Vertreter der Regierungen der Mitgliedstaaten über den Zugang von Menschen mit Behinderungen zum Sport (2019)*

<https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=CELEX%3A52019XG0607%2803%29&qid=1649841830547>

### **Organisationen und Websites**

Europäisches Behindertenforum (European Disability Forum, EDF) - Ein Dachverband für Menschen mit Behinderungen, der Vertretungsorganisationen für Menschen mit Behinderungen aus ganz Europa zusammenbringt. Die Organisation setzt sich maßgeblich für die Rechte von behinderten Menschen ein und bietet Ressourcen, wie verschiedene Umgebungen barrierefrei gestaltet werden können.

<https://www.edf-feph.org/publications/>

Sie können auch die Mitgliederliste des EDF einsehen, um inländische Vertretungsorganisationen für Menschen mit Behinderungen ausfindig zu machen.

<https://www.edf-feph.org/our-members/>

Inclusion Europe - eine durch Mitglieder gestützte Organisation, welche Menschen mit geistigen Behinderungen und ihre Familien vertritt und sich für sie einsetzt.

<https://www.inclusion.eu/>

Special Olympics - ein globaler Sportverband für Kinder und Erwachsene mit geistigen Behinderungen, der das ganze Jahr über Aktivitäten und Trainingseinheiten anbietet.

<https://www.specialolympics.org/>

Fakten und Zahlen zum Thema Behinderung in der EU, Europäischer Rat, Rat der Europäischen Union.

<https://www.consilium.europa.eu/en/infographics/disability-eu-facts-figures/>

## Publikationen und Artikel

Die Initiative „Barrierefreie EU“ besitzt eine Online-Bibliothek mit einer Fülle von Ressourcen über Standards, Leitfäden und bewährte Verfahren für Barrierefreiheit in Europa. Diese digitale Bibliothek zielt darauf ab, die Akteur:innen bei der wirksameren Umsetzung der Gesetze und Verordnungen zur Barrierefreiheit in der EU zu unterstützen, und dient als Drehscheibe für den Informationsaustausch. Interessierte Personen, die die Materialien zur Barrierefreiheit gerne in der Bibliothek nachlesen möchten, können weitere Informationen im Zentrum für eine barrierefreie EU finden.

[https://accessible-eu-centre.ec.europa.eu/content-corner/digital-library\\_en](https://accessible-eu-centre.ec.europa.eu/content-corner/digital-library_en)

Eurostat-Daten und Publikationen zum Thema Behinderung der Europäischen Kommission

<https://ec.europa.eu/eurostat/web/disability>

Ascondo, Josu, Andrea Martín-López, Aitor Iturricastillo, Cristina Granados, Iker Garate, Estibaliz Romaratezabala, Inmaculada Martínez-Aldama, Sheila Romero und Javier Yanci: „Analysis of the Barriers and Motives for Practicing Physical Activity and Sport for People with a Disability: Differences According to Gender and Type of Disability“ *International Journal of Environmental Research and Public Health* 20, Nr. 2: 1320 (2023).

<https://doi.org/10.3390/ijerph20021320>

Ukactive's Everyone Can report reviewing disability and physical activity in the UK (2023)

<https://everyonecan.ukactive.com/>

Active disability ireland's xcessible club toolkit (2022)

<https://activedisability.ie/xcessible-club-toolkit/>

Briefing des Recherchediensts des Europäischen Parlaments zur *Schaffung von Möglichkeiten im Sport für Menschen mit Behinderungen* (2021)

[https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/BRIE/2021/679096/EPRS\\_BRI\(2021\)679096\\_EN.pdf](https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/BRIE/2021/679096/EPRS_BRI(2021)679096_EN.pdf)

*Kartierung des Zugangs zu Sport für Menschen mit Behinderungen*, Europäische Kommission (2018)

[https://sport.ec.europa.eu/sites/default/files/mapping\\_access\\_to\\_sport\\_for\\_people\\_with\\_disabiliites\\_final.pdf](https://sport.ec.europa.eu/sites/default/files/mapping_access_to_sport_for_people_with_disabiliites_final.pdf)

Handbuch des Europarats zu bewährten Verfahren im *Behindertensport in Europa* (2016)

<https://edoc.coe.int/en/people-with-disabilities/6958-disability-sport-in-europe.html>



# 2024 #BEACTIVE DAY

## ÜBER DAS PROJEKT #BEACTIVE DAY 2024

*Das Projekt #BEACTIVE DAY 2024 ist eine einjährige Initiative, die von EuropeActive koordiniert und durch das Programm Erasmus+ der Europäischen Union kofinanziert wird.*

An diesem Gemeinschaftsprojekt sind 8 Partner beteiligt, darunter die nationalen Fitnessverbände von Österreich, Bulgarien, der Tschechischen Republik, Irland, Lettland, Rumänien, Slowenien und den Niederlanden.

Der **#BEACTIVE DAY** verkörpert die Vision von mehr Menschen, die aktiver sind und sich öfter bewegen, und ist eine proaktive Antwort auf das eskalierende Problem der zunehmenden körperlichen Inaktivität. Die europaweite Kampagne **#BEACTIVE DAY** ist eine Initiative der europäischen Branche für Fitness und körperliche Aktivität, die den Spaß an körperlicher Aktivität durch die Organisation von kostenlosen Veranstaltungen und Aktivitäten für alle feiert.

Der **#BEACTIVE DAY** findet jedes Jahr am 23. September und in der letzten Woche des Monats statt und bietet eine Reihe von dynamischen Veranstaltungen, die von Fitnessstudios unter freiem Himmel, belebten Parks und im Freien bis hin zu Schulen und virtuellen Herausforderungen reichen. Damit leistet die Kampagne einen direkten Beitrag zu Europas größter Kampagne zur Förderung von Sport und körperlicher Aktivität, der Europäischen Woche des Sports (EWoS) der Europäischen Kommission. Die Ausrichtung des **#BEACTIVE DAY** auf das EWoS ermöglicht solide Verbindungen auf europäischer, nationaler und regionaler Ebene, was wesentlich zu seinem Erfolg beiträgt.

Erfahren Sie mehr über die Aktivitäten des **#BEACTIVE DAY** Projekts 2024 hier:

[europeactive.eu/projects/beactiveday2024](https://europeactive.eu/projects/beactiveday2024)

und über die breitere **#BEACTIVE DAY** Kampagne hier:

[beactiveday.eu](https://beactiveday.eu)



Co-funded by  
the European Union

**HAFTUNGSAUSSCHLUSS:** Kofinanziert durch die Europäische Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) oder des Fachverbandes Freizeit- und Sportbetriebe wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA und der Fachverband Freizeit- und Sportbetriebe können für sie haftbar gemacht werden.