

## Projektbericht

### SportCamp 2024

#### • Träger/Einrichtung/Angebot/Titel/Anzahl der Teilnehmer/Teilnehmerinnen sowie Start/Ende

Der Blaues Kreuz in Deutschland e. V. Verbands- und Selbsthilfearbeit hat das SportCamp 2024 - Sport statt Sucht mit 22 Teilnehmenden vom 08.08. – 11.08.2024 planmäßig durchgeführt

#### • Projektziele/Leitung/Aktivitäten/Programmablauf mit Bildern/Resonanz

Folgende Projektziele wurden verfolgt:

1. Teilnehmende reflektieren sich in der sportlichen Aktivität auf psychischer und physischer Ebene.
2. Achtsamkeit und Selbst- und Fremdreiflexion sind gefördert.
3. Teilnehmende erleben guttunende und gelingende Aktivität.
4. Die Sportangebote im Blauen Kreuz sind über Bochum hinaus vernetzt.
5. Sportangebote werden an neuen Standorten initiiert.

Das SportCamp 2024 wurde von Markus Velten und Frank Meier geleitet. Das Programm befindet sich im Anhang.

Die Teilnehmenden haben nach ihren individuellen Möglichkeiten intensiv an den Programmeinheiten teilgenommen. Sie fühlten sich herausgefordert aber nicht überfordert. In den täglichen Tagesimpulsen wurde das Thema „sich selbst und anderen Vertrauen“ aufgegriffen. In den täglichen Reflektionseinheiten wurde das persönliche Ergehen reflektiert. Insbesondere wurde die achtsame, empathische, fürsorgliche, neue Teilnehmende integrierende und überaus fröhliche Atmosphäre der Tage hervorgehoben.

Das Programm konnte weitgehend planmäßig durchgeführt werden. Am Freitag wurde aufgrund der Fülle der Erlebnisse die Einheit „Vertrauensspiele“ auf den Samstagvormittag verschoben. Mit den Vertrauensspielen konnten gute Transfers zur Selbsthilfearbeit und Suchterkrankung nachvollzogen werden. Am Sonntag wurde das Sportprogramm aufgrund körperlicher Erschöpfung zugunsten der intensiveren Reflektion geändert. Der Film „One vor the Road“ regte intensiv zu persönlichen Gesprächen an.

#### • Erreichte Ergebnisse/Besondere Vorkommnisse/Kritisches/Probleme.

Besonders hervorzuheben ist: Ängste konnten überwunden werden, Unwohlsein angesprochen werden und Freude angemessen ausgedrückt werden. Zwei Familien haben teilgenommen und diese gemeinsamen Erlebnisse als Familie sehr positiv erlebt. In der Reflektion wurde der Dank für die eigene Familie mehrfach ausgesprochen. Auf dem Hintergrund von zurückliegendem Suchtgeschehen ist das aus meiner Sicht außerordentlich erfolgreich zu bewerten und wird zur Stabilisierung der Abstinenz und der individuellen Lebenssituation beitragen.

#### • Potentialentfaltung/Ausblick

Ein Teilnehmer war interessiert, ein regelmäßiges Sportprogramm an seinem Heimatort aufzubauen. Ihm wurde Unterstützung angeboten. Der Termin für das nächste SportCamp 2025 steht bereits fest: 21.08. – 24.08.2025 in Holzhausen.

Der Bericht und die Bilder dürfen auf Ihrer Webseite veröffentlicht werden.

Die Teilnehmenden und die Leitung des SportCamp 2024 bedanken sich sehr herzlich für die großartige Unterstützung der Boesken-Stiftung.

Anlagen

Nachweis Personalkosten, Einwilligung Bilderverwendung

06. Sep. 2024









