

Gemeinsam laufen, Barrieren überwinden, Inklusion kennt keine Grenzen



Sport macht Gemeinsam am meisten Spaß!

Beim **Dohnaer Adventslauf, gleichzeitig Inklusionslauf** gibt es am **09.12.2023**

dazu erstmals die Gelegenheit in Sachsen.

Sächsische Staatsministerin für Soziales und Gesellschaftlichen Zusammenhalt, Petra Köpping begrüßt diese Initiative und hat sich bereit erklärt als Schirmherrin zu fungieren.

Die Bedeutung der Inklusion:

Inklusion heißt, dass Menschen mit Behinderung ihr Leben nicht mehr an vorhandene Strukturen anpassen müssen. Vielmehr ist die Gesellschaft aufgerufen, Strukturen zu schaffen, die es jedem Menschen – auch den Menschen mit Behinderung – ermöglichen, von Anfang an, ein wertvoller Teil der Gesellschaft zu sein.

Der Gedanken des Inklusionslaufes beinhaltet:

Es ist eine Sportveranstaltung für Menschen mit und ohne Behinderung. Jeder ist willkommen und kann auf seine individuelle Weise teilnehmen. Nicht die Bestzeit zählt, sondern gemeinsam und gesund das Ziel zu erreichen. Neben dem olympischen Gedanken sollte mit diesem Lauf ein Zeichen für Inklusion in unserer Gesellschaft gesetzt werden. Inklusionssport fördert die sozial-emotionale Entwicklung, das Gemeinschaftsdenken und damit den gesellschaftlichen Zusammenhang und trägt zur Persönlichkeitsentwicklung bei.

„Man muss das Unmögliche versuchen“

Entstehung der Idee

Seit vielen Jahren fand in der Stadt Dohna am Samstag vor dem 2. Advent der Dohnaer Adventslauf statt. Er war immer Bestandteil des Dohnaer Weihnachtsmarktes mit Start und Ziel auf dem historischen Markt in Dohna. Auf Grund der neuen Gegebenheiten nach der Corona Pandemie (Hygienekonzept) und der Minimierung von Kosten (Straßensperrung) ist seit 2022 keine Möglichkeit mehr vorhanden, den Lauf in der ursprünglichen Form stattfinden zu lassen.

Kurzfristig wurde durch den Verein MSV Meusegast e.V. ein neuer Start-/Zielort gesucht und im Gut Gamig gefunden. Der Lauf wurde am 03.12.2022 auf der neuen Strecke durchgeführt und fand sehr guten Anklang bei den Beteiligten. Die Sportler zeigten sehr viel Interesse für das Gut Gamig und die Aktivitäten des Vereines. Es wurde sehr bedauert, dass am Wettkampftag keine Bewohner und Rehabilitanden des Gutes anwesend waren.



Start des Kinderlaufes zum Adventslauf Dohna 2022



Laufgruppe des Gut Gamig



11 Teams der Stadt Dohna zur Rewe Teamchallenge 2023

Im Rahmen der Auswertung wurde der Sachverhalt mit dem Gut Gamig e.V. angesprochen. Dabei wurde berichtet, dass Sport eine große Rolle im täglichen Leben der Rehabilitanden spielt. Es gibt auch eine Laufgruppe. In diesem Gespräch wurde die Idee des Inklusionslaufes entwickelt.

Eine erste gemeinsame Aktion war die Teilnahme von Rehabilitanden beim Firmenlauf Rewe Teamchallenge am 06.06.2023 in Dresden. Auf Einladung der Stadt Dohna waren 4 Rehabilitanden mit 2 Betreuern Mitwirkende in den 11 Staffeln der Stadt Dohna und haben die 5 km Strecke erfolgreich gemeistert.

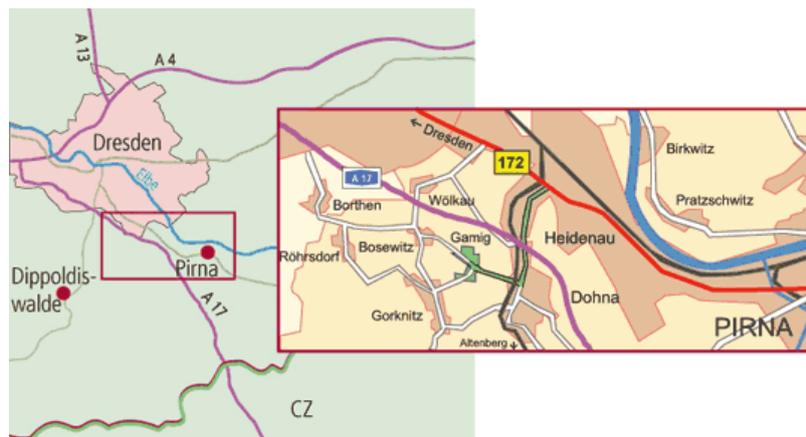
Informationen zum 1. Sächsischen Inklusionslauf in Dohna

Veranstalter

MSV Meusegast e.V. in Zusammenarbeit mit der Stadt Dohna und dem Gut Gamig e.V.

Wann und wo findet der Advents- Inklusionslauf Dohna statt?

Der Inklusionslauf findet am Samstag, den 09.12.2023 auf dem Gut Gamig, Ortsteil, Gamig Nr. 2, 01809 Dohna statt.



Gastgeber

Gamig - Das Juwel eines sächsischen Landgutes

Der Verein Gut Gamig ist ein freier, gemeinnütziger Träger einer Einrichtung zur Förderung chronisch psychisch kranker und seelisch behinderter Menschen.

Die Zielstellung des Vereins ist es, einen Platz zu schaffen, an dem diese Menschen, die den Anforderungen des Alltags nicht mehr allein gewachsen sind, die aber in der Geborgenheit einer Gemeinschaft ihr Leben wieder in den Griff bekommen können, in ihrer Würde geachtet und in ihren Entfaltungsmöglichkeiten gestützt und gestärkt werden.

Die Nähe zur Landeshauptstadt Dresden, eine gute Verkehrsanbindung und ausgedehnte zusammenhängende landwirtschaftliche Flächen sprechen für das alte denkmalgeschützte Rittergut Gamig mit seiner wechselvollen Geschichte.

Gegenwärtig arbeiten ca. 120 psychisch kranke und seelisch behinderte Menschen auf dem Gut Gamig und nutzen die vielfältigen Leistungsangebote der Einrichtung. Neben einer sozialtherapeutischen Wohnstätte betreibt der Verein u. a. die Gamiger Werkstätten mit handwerklich-technischen und landwirtschaftlichen Arbeitsangeboten.

Die ökologische Landwirtschaft hat für den Verein eine besondere Bedeutung, denn gerade sie bietet den Rahmen und das Umfeld für die eigentlichen Ziele und Aufgaben des Vereins. Der behutsame und achtsame Umgang mit Menschen und Natur ist einer der wichtigsten Ansprüche des Vereins und seiner Mitarbeiter.



Wer kann mitmachen?

Die Veranstaltung steht allen Interessierten, insbesondere behindertensportlich Aktiven aus Verbänden und Initiativen, offen. Der Spaß am sportlichen Miteinander steht immer im Fokus der Veranstaltung.

Welche Strecken gibt es?

- 1,6 km Schüler-Lauf mit Wertung
- 4,8 km Lauf mit Wertung
- 9,6 km Lauf mit Wertung
- Inklusionslauf 2 km ohne Wertung (jeder Teilnehmer ist ein Gewinner)

Neben den Sächsischen Inklusionslauf finden an diesem Tag die Siegerehrungen der Bezirksrangliste Dresden und der Dohnaer Adventslauf statt.

Wie kann ich mich anmelden?

Die Anmeldung läuft über die Website www.triathlon-service.de. Dort können sich die Teilnehmenden für die Einzelwettbewerbe anmelden.

Abholung der Startnummern

Die Startunterlagen werden am Veranstaltungstag ab 11:00 Uhr ausgegeben.

Kann ich spontan mitlaufen?

Ja, sofern noch Startplätze verfügbar sind, ist die Anmeldung direkt auf dem Veranstaltungsgelände möglich.

Helfer

Nur durch die Unterstützung engagierter Helfer können wir dieses Lafevent reibungslos durchführen und eine gute Betreuung der Teilnehmer gewährleisten. Ob an der Strecke, an dem Versorgungspunkt, oder bei der Startnummernausgabe, jede helfende Hand führt zum Erfolg unseres Inklusionslaufes. Natürlich werden auch die Rehabilitanden des Gut Gamig aktiv im Helferteam mitwirken.

Was wird geboten

- **Verpflegung am Start / Ziel für alle Teilnehmer mit Produkten aus eigenem Anbau des Gutes Gamig (Läuferbuffet)**
- **leckere Säfte aus eigener Produktion des Gut Gamig**
- **prickelnde Getränke aus der Angebotspalette von MARGON**
- **musikalische Unterhaltung am Start / Ziel**
- **Moderation**
- **Medaillen für die Teilnehmer des Jedermanns-Laufes, hergestellt durch die Rehabilitanden in der Keramik- Werkstatt des Gutes Gamig e.V.**
- **Übergabe der Medaillen im Zielbereich durch Rehabilitanden**
- **stimmungsvolle Anfeuerung durch die Trommelgruppe des Gut Gamig an der Strecke**
- **Besichtigungsangebot des Gutes vor dem Lauf (Führung)**
- **Einkaufsmöglichkeit im Hofladen des Gutes Gamig e.V.**
- **Vorweihnachtliches Flair in historischem Ambiente**
- **Shuttle- Service zwischen Bahnhof Heidenau und Gut Gamig**
- **Vorstellung unseres Partners Bodystreet Pirna (EMS-Training)**

Medaillen vom Gut Gamig

In Anlage 1 finden sie eine genaue Beschreibung über die Medaillenherstellung für den Inklusionslauf 2023



Präsentation

Im Rahmen der Laufmesse zum Dresden Marathon (20. – 22.10.2023) werden wir den 1. Inklusionslauf im Freistaat Sachsen einer breiten Öffentlichkeit vorstellen.

Bereits gewonnene Unterstützer:

- Kreissportbund Sächsische Schweiz-Osterzgebirge
- Landratsamt Sächsische Schweiz-Osterzgebirge
- Sandra Gockel, Mitglied des Sächsischen Landtages (CDU)
- SachsenEnergie AG

Folgende Unterstützung ist angefragt:

- Aktion Mensch e.V., Lotterie und Kundenmanagement, Heinemannstraße 36
53175 Bonn



Anlage 1

Medaillenherstellung Inklusionslauf 2023

Der Inklusionslauf 2023 findet diesmal auf dem Gelände des Gut Gamig e.V., Rehabilitations – und Begegnungsstätte statt. Es lag nahe, die Herstellung der Teilnehmermedaillen der Gamiger Keramik – Werkstatt, Werkstatt für Menschen mit Behinderung/ WfbM, zu übertragen. Hier arbeiten im geschützten Rahmen Menschen mit chronischen psychischen Erkrankungen, die den Auftrag gern übernahmen, der aber auch eine große Herausforderung darstellte. Einerseits die Anzahl der Medaillen, andererseits ein hoher Qualitätsanspruch; schließlich soll ja auch jeder Teilnehmer des Laufes eine schöne Medaille erhalten.

Neben dem Schriftzug „Inklusionslauf 2023 Gut Gamig“ wurde als Motiv das altherwürdige Gamiger Schloss, ein Wahrzeichen und gerade in umfangreicher Sanierung, ausgewählt. Die aktuellen Bauarbeiten (Dach, Fassade, Innenausbau), finanziert durch Fördergelder, viele Spenden und Eigenleistung des Gut Gamig e.V., stehen derzeit natürlich im Mittelpunkt des täglichen Gamiger „Hoflebens“ und alle freuen sich schon auf die Fertigstellung...doch Geduld ist gefragt. Diese Tugend ist auch im Töpferhandwerk stets erforderlich, so auch bei den komplexen Arbeitsschritten der Medaillenherstellung.

Zunächst mussten neben zeichnerischen Entwürfen der Schrift und des Motives mehrere Negativ – Formen und Stempel hergestellt werden, damit auch alle Medaillen letztlich die gleiche Größe, Form und Gestaltung aufweisen. Danach beginnt die eigentliche Medaillen – „Produktion“: Es werden durch unsere Rehabilitanden Tonplatten aus weißbrennendem Ton in einer vorgegebenen Stärke ausgerollt und anschließend mithilfe von runden Schablonen kreisförmig ausgeschnitten. Dabei ist darauf zu achten, dass der Ton nicht austrocknet, denn anschließend werden die runden Tonplatten in die beschriebenen Keramikformen gedrückt und mit dem Schriftstempel versehen. Nach einiger Zeit können die Tonplatten der Form wieder entnommen und weiterbearbeitet werden. Nun müssen die entstandenen Außenkanten noch „verputzt“ und die Medaillen noch mit einem Loch für die Bänder versehen werden. Für alle Arbeitsschritte gibt es geeignete Werkzeuge, mit denen die Rehabilitanden der Töpferei geübt umgehen.

Die Medaillen sind jetzt „roh“ fertig, müssen aber noch getrocknet und im Brennofen gebrannt werden. Der Trocknungsprozess in einem dafür vorgesehenen Regal dauert einige Zeit und muss überwacht werden, damit keine Risse entstehen oder die Medaillen sich „verziehen“. Bei über 1000 Grad werden die Medaillen gebrannt, dieser Prozess dauert mit Brennen, Abkühlen und Ausnehmen des Ofens mehrere Tage, auch hier ist wieder Geduld gefragt...umso größer die Freude, wenn alles gut gelungen ist!

Zum Schluss brauchen die Medaillen noch eine Versiegelung bzw. Veredelung. Wir verwenden in diesem Fall keine Glasur, sondern „bräuneln“ mit Braunstein eine antik wirkende Oberfläche, die z.B. den Schriftzug noch deutlicher zur Geltung bringt. Als letzter Arbeitsgang ist das Versiegeln der Medaillen mit einem transparentem Acryllack auf Wasserbasis in zwei Arbeitsgängen zu nennen. Die Medaillen bekommen nun ein wenig Glanz und greifen sich gut an. Nach erneuter Trocknungszeit kann es für die Medaillen nun endlich losgehen; ab zum Inklusionslauf 2023!