



Gemeinsam für mehr Gesundheit: Lebenshilfe und Projekt BeuGe stärken kommunale Gesundheitsförderung

Das Gesundheitsprojekts **#ZusammenInklusiv** – Teilhabe vor Ort, Bewegung und Gesundheit im Alltag stärken (**BeuGe**) setzt sich seit 2019 für die Gesundheitsförderung von Menschen mit geistiger Beeinträchtigung ein – direkt dort, wo sie leben: in ihren Wohn- und Freizeitwelten. Ziel ist es, barrierefreie Angebote zu schaffen, die eine gesunde Lebensweise ermöglichen und die persönliche Gesundheitskompetenz stärken. Gefördert vom GKV-Bündnis für Gesundheit wird das Projekt **von Special Olympics Deutschland (SOD)** geleitet und in mittlerweile acht Special Olympics Landesverbänden umgesetzt.

Ein zentrales Element des Projekts ist die Schulung von Menschen mit geistiger Beeinträchtigung zu **Bewegungs- und Gesundheitsexpert*innen (BGE)**. In einem viertägigen Kurs lernen sie alles rund um Bewegung, Ernährung und Gesundheit – und wie sie selbst **Gesundheitsangebote für ihre Mitmenschen planen sowie durchführen** können. Bei der Organisation und Durchführung der Angebote werden die BGE durch ehrenamtlich engagierte Unterstützungspersonen begleitet.

Besonders hervorzuheben ist die **erfolgreiche Zusammenarbeit mit der Lebenshilfe**, sowohl auf Bundes- als auch auf Landesebene. Diese Kooperation ist ein Gewinn für alle Beteiligten und zeigt, wie Inklusion im Bereich Gesundheitsförderung gelebt werden kann. Gemeinsam werden vor Ort Strukturen entwickelt, die Menschen mit geistiger Beeinträchtigung nachhaltig dabei unterstützen, einen **gesunden Lebensstil** zu führen – und das **direkt in ihrem Alltag**.