

---

## **Über das Projekt**

Regelmäßige Bewegung und Sport sind gut für die Gesundheit und für das Wohlbefinden.

Jeder Mensch kann davon profitieren, egal wie alt er ist.

Auch das Geschlecht, die Herkunft oder eine Beeinträchtigung spielen keine Rolle.

Menschen mit Lernschwierigkeiten bewegen sich aber oft weniger als andere.

Sie machen seltener bei Sportangeboten mit.

Das liegt an verschiedenen Hindernissen und Problemen.

Deswegen ist es wichtig, dass Menschen mit Lernschwierigkeiten mehr Bewegung machen.

Sie sollen Sport treiben können.

Es müssen passende Sport-Angebote für sie entstehen.

In Graz (das ist eine Stadt in Österreich) und in Bielefeld (das ist eine Stadt in Deutschland) gibt es dafür erste Empfehlungen.

Diese wurden gemeinsam mit Menschen mit Lernschwierigkeiten erarbeitet.

Sie zeigen, wie man Bewegung für Menschen mit Lernschwierigkeiten fördern kann.

Das Projekt PASpo-ID sammelt die Empfehlungen aus beiden Ländern.

Im Projekt sprechen Menschen mit und ohne Lernschwierigkeiten darüber.

Alle machen gemeinsam bei dem Projekt mit.

So entstehen neue Ideen für mehr Bewegung und einen gesunden Lebensstil.