

handicap.life

N° 11.2025



SELBSTBESTIMMT
UNTERWEGS - PARAVAN

Digitale Medizin für
Menschen mit Mobilitäts-
einschränkungen

E-Bikes im Winter

Das Anwendermagazin

SELBSTBESTIMMT UNTERWEGS



JOSIA TOPF ZIEHT POSITIVE BILANZ NACH VIER JAHREN MIT SEINEM PARAVAN-FAHRZEUG

Vor vier Jahren bekam Josia Topf sein individuell angepasstes Fahrzeug – und damit ein großes Stück Selbstständigkeit. Seitdem hat der heute 22-Jährige mehr als 30.000 Kilometer unfallfrei zurückgelegt. Jetzt war der Para-Schwimmer, Jurastudent und ehemalige Paravan-Fahrschüler wieder zum Servicetermin im Mobilitätspark Aichelau und berichtete, wie sehr das Auto sein Leben verändert hat. *„Ich bin viel flexibler und kann selbstbestimmt leben“, sagt Josia. „Ich kann so lange bleiben, wie ich will – das war schon im Gymnasium ein Thema. Mobilität ist essenziell für das Erwachsenwerden.“*

DER WEG ZUR MOBILEN UNABHÄNGIGKEIT

Begonnen hat alles in der Paravan-Fahrschule in Aichelau. Dort absolvierte Josia seine Fahrausbildung, bevor sein BMW 116i individuell auf seine Bedürfnisse angepasst wurde. Gesteuert wird das Fahrzeug über das digitale Fahr- und Lenksystem Space Drive – mit zwei Joysticks: rechts für die Lenkung, links für Gas und Bremse. Die Bedienelemente sind so positioniert, dass sie ergonomisch optimal und ermüdungsfrei nutzbar sind.

Sekundärfunktionen wie Blinker, Hupe oder Sonnenblende steuert er über Paravan Touch oder die Sprachsteuerung. Auch die Heckklappe wurde so angepasst, dass er sie eigenständig bedienen kann, ebenso die Fahrertür beim Einsteigen.

Der Para-Sportler nutzt sein Auto nicht nur für den Weg zur Universität oder zum Training, sondern auch, um selbstständig Besorgungen zu erledigen oder Therapietermine wahrzunehmen. *„Vor allem im Winter gibt mir das Auto Sicherheit – deutlich mehr als die öffentlichen Verkehrsmittel“, sagt er. „Wenn ich im Auto sitze, fühle ich mich sicherer als zu Fuß.“ Und: „In den letzten vier Jahren war nie etwas mit dem Auto. Es ist zu einem verlässlichen Partner geworden.“*



Vier Jahre mobile Freiheit: Para-Schwimmer und Jurastudent Josia Topf blickt auf 30.000 unfallfreie Kilometer mit seinem individuell angepassten Paravan-Fahrzeug zurück – begleitet von sportlichen Erfolgen, Selbstständigkeit und gelebter Inklusion.

SPORTLICHE ERFOLGE UND PERSÖNLICHE FREIHEIT

Seit er mobil ist, ging es für Josia auch sportlich steil bergauf. Bei den Paralympics 2024 in Paris gewann er Gold, Silber und Bronze, bei der Weltmeisterschaft in Singapur in diesem Jahr zwei Mal Gold, einmal Silber und einmal Bronze. Seine Medaillen hatte er stolz zum Servicetermin im Gepäck.

Trotz seiner Erfolge bleibt der Jurastudent bodenständig: *„Mein Auto ist für mich Freiheit – und eine große Erleichterung im Alltag. Ich kann mich selbst verpflegen, einkaufen, einfach Dinge erledigen, wenn meine Eltern nicht da sind. Diese Selbstständigkeit steht in direktem Zusammenhang mit meiner Mobilität.“* Doch auch er kennt Herausforderungen: *„Der größte Mobilitätskiller sind fehlende Behindertenparkplätze in der Stadt. Das bedeutet oft lange Wege.“*

Um sein Fahrzeug noch besser kennenzulernen, absolvierte Josia ein Fahrsicherheitstraining: *„Ich wollte wissen, wie sich das Auto anfühlt, wenn es an die Grenzen kommt – und sehen, dass mein Auto mit jedem anderen mithalten kann.“* Sein Fazit: *„Ich habe mich nicht unsicher wegen des Autos gefühlt, sondern wegen der Umstände. Man kann alles machen.“*



Ein starkes Team: Paravan-Techniker Daniel und Para-Schwimmer Josia Topf teilen nicht nur die Leidenschaft für Technik, sondern auch die Freude über Erfolge – sportlich und auf der Straße.

EIN BEISPIEL DAFÜR, WIE SELBST-BESTIMMTE MOBILITÄT WIRKT

Für die Paravan GmbH ist Josia Topf ein eindrucksvolles Beispiel dafür, wie innovative Mobilitätslösungen Lebensqualität schaffen. *„Josias Geschichte zeigt, was möglich ist, wenn Technik, Wille und Leidenschaft zusammenkommen“*, sagt Roland Arnold, Gründer und Geschäftsführer der Paravan GmbH.

KONTAKT

Anke Leuschke
Pressesprecherin
PARAVAN GmbH

Tel.: +49 7388 / 99 95 81
E-Mail: anke.leuschke@paravan.de

JETZT WIEDER
VERFÜGBAR
ALS VERBRENNER
UND FACELIFT!



UNSER ANTRIEB: DEINE MOBILITÄT

Wieder verfügbar: Der PARAVAN Peugeot Traveller (Facelift 2024) mit Verbrennerantrieb ist zurück – besser und schicker denn je. Mit durchgehend tiefergelegtem Boden und großzügiger Kopffreiheit bietet er maximalen Raum und Komfort. Der leistungsstarke Kassettenlift sorgt für einen sicheren und komfortablen Einstieg – auch mit großen oder schweren Elektrorollstühlen. Ob als Fahrer, Beifahrer oder Mitfahrer – dieser Umbau passt sich flexibel an Deine Bedürfnisse an. Für noch mehr Unabhängigkeit: Space Drive und Voice Control – intelligente Bedienlösungen, speziell für Menschen mit Behinderung entwickelt. Barrierefrei. Flexibel. Zukunftsweisend.

TAUCHEN mit Handicap



Eine ganz neue Erfahrung für Menschen, die ein Handicap haben: Raus aus dem Rollstuhl, rein in die Schwerelosigkeit! Das klingt einfach – und ist es auch. Wir haben das Tauchen für Menschen mit Handicap perfektioniert. Mit eigens entwickeltem Equipment ist es in der Regel möglich, sich autark unter Wasser zu bewegen. Hier habt ihr die Möglichkeit, eine Menge positiver Erfahrungen zu sammeln. Als Fachexperte der Stiftung MyHandicap beantworte ich eure Fragen und gemeinsam finden wir individuelle Lösungen. Außerdem bieten wir Schnuppertauchen für die ganze Familie an. So kann die Zeit unter Wasser zu einem gemeinsamen Erlebnis werden. All dies findet in unserem haus-eigenen Schwimmbad statt, ganz ohne neugierige Blicke. Auch eine Ausbildung vom Sporttaucher bis hin zum Tauchlehrer kann bei uns absolviert werden. Das Highlight ist dann das Tauchen in der Ostsee, mit den Fischen auf Du und Du.



... mit Sicherheit mehr Spaß!



CMAS
GERMANY

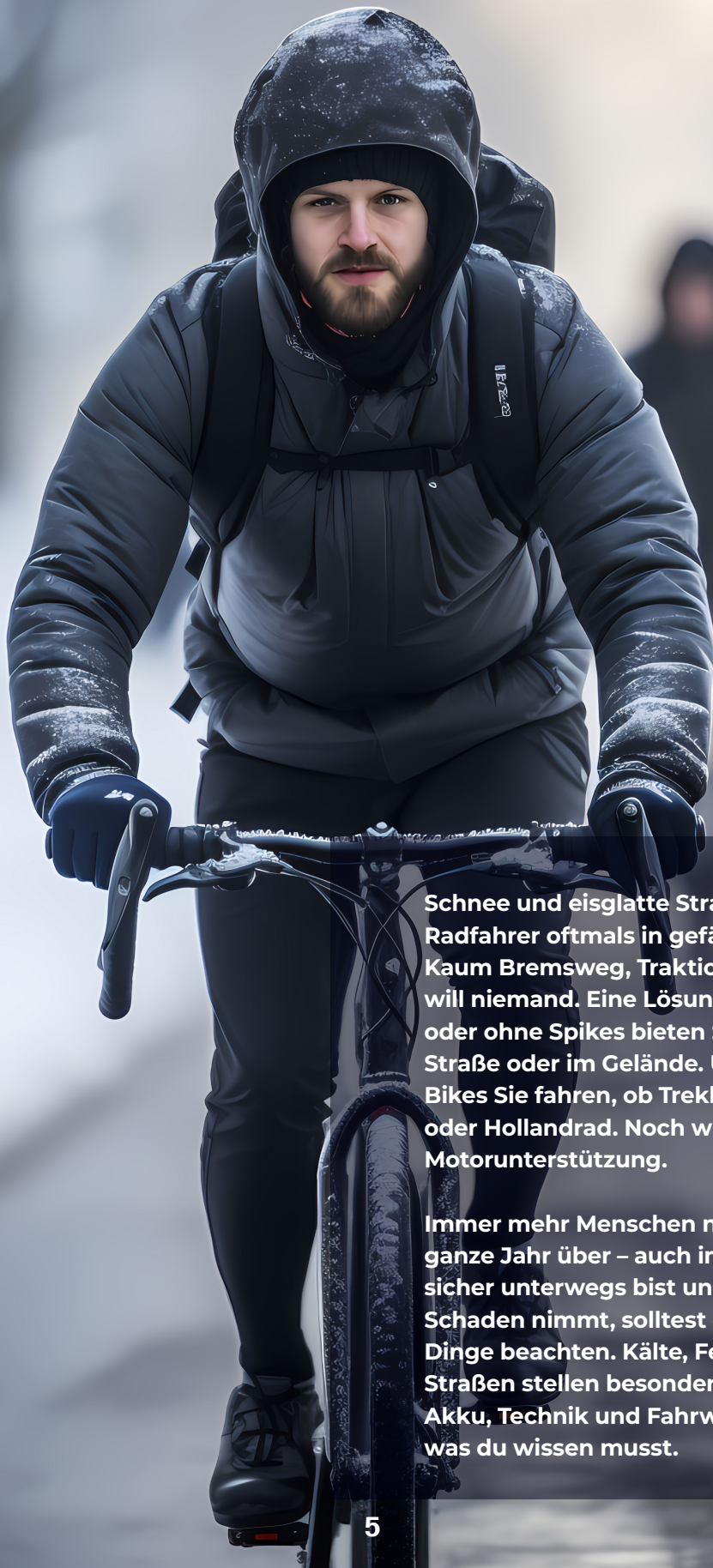


WEITERE INFOS UND ANMELDUNG:

PETER LANGE Tel.: 0162 4305856 Handicap-Instructor, Tauchlehrer info@ostsee-tauchschule-waabs.de www.ostsee-tauchschule-waabs.de

E-BIKE IM WINTER

WORAUF DU
ACHTEN SOLLTEST



Schnee und eisglatte Straßen bringen Radfahrer oftmals in gefährliche Situationen. Kaum Bremsweg, Traktionsverlust, Sturz, das will niemand. Eine Lösung, Winterreifen mit oder ohne Spikes bieten Sicherheit, ob auf der Straße oder im Gelände. Unwichtig welches Bikes Sie fahren, ob Trekking – Mountain, Fat – oder Hollandrad. Noch wichtiger für Bikes mit Motorunterstützung.

Immer mehr Menschen nutzen ihr E-Bike das ganze Jahr über – auch im Winter. Damit du sicher unterwegs bist und dein Rad keinen Schaden nimmt, solltest du einige wichtige Dinge beachten. Kälte, Feuchtigkeit und glatte Straßen stellen besondere Anforderungen an Akku, Technik und Fahrweise. Hier erfährst du, was du wissen musst.

VERHALTEN DES AKKUS IM WINTER

Der Akku ist das Herzstück deines E-Bikes – und besonders empfindlich gegenüber Kälte. Bei Temperaturen unter 10 °C verliert der Akku spürbar an Leistung. Das liegt daran, dass chemische Reaktionen im Inneren langsamer ablaufen.

TIPPS FÜR DEN AKKU IM WINTER



Lagere den Akku immer bei Raumtemperatur, also in der Wohnung oder im beheizten Keller.



Lade den Akku nur bei Zimmertemperatur – niemals direkt nach der Fahrt im Kalten.



Setze den Akku erst kurz vor der Fahrt ins Rad ein. So bleibt er länger warm.



Nutze eine isolierende Akku-Schutzhülle (z. B. aus Neopren), um ihn während der Fahrt vor Kälte zu schützen.

PFLEGE DES E-BIKES IM WINTER

Schnee, Salz und Feuchtigkeit setzen deinem E-Bike zu. Ohne Pflege kann das zu Korrosion und vorzeitigem Verschleiß führen.

WICHTIGE PFLEGETIPPS



Wasche dein E-Bike regelmäßig mit warmem Wasser und einem milden Fahrradreiniger.

Vermeide Hochdruckreiniger, sie können Lager und Elektronik beschädigen.



Trockne das Rad nach der Reinigung gründlich ab, besonders die Kontakte von Akku und Display.



Achte darauf, Kette und bewegliche Teile regelmäßig zu ölen – vor allem nach Fahrten bei Nässe oder auf gestreuten Straßen.



Pflege die Akku-Kontakte mit speziellem Kontaktfett oder einem geeigneten Pflegespray.









Wenn du das E-Bike im Winter nicht fährst, lagere es trocken und frostfrei.



FAHRWEISE BEI GLÄTTE UND SCHNEE

Bei Schnee und Glätte ändern sich die Fahrbedingungen deutlich. E-Bikes sind schwerer als normale Fahrräder und haben durch den Motor zusätzliche Schubkraft – das kann bei rutschigem Untergrund schnell gefährlich werden.

-  Fahre langsamer und vorsichtiger. Vermeide abrupte Lenk- oder Bremsmanöver.
-  Ein etwas geringerer Luftdruck erhöht die Auflagefläche und damit die Bodenhaftung.
-  Es gibt spezielle E-Bike-Winterreifen mit Lamellenprofil oder sogar Spikes für bessere Traktion.
-  Neige das Rad weniger stark in Kurven und bremsen vor der Kurve ab – nicht mitten drin.
-  Nutz vermehrt die Hinterradbremse, um ein Wegrutschen des Vorderrads zu vermeiden.
-  Die Tage sind kürzer – eine gute Beleuchtung ist im Winter unerlässlich.

Quelle: 'busgeldkatalog.org und Journalistische Recherche, KI unterstützt
Fotos: pexels.com, freepik.com, Kekyayaynen-shutterstock.com





DIE RICHTIGE KLEIDUNG IM WINTER FÜR ALLE BIKER



Warme Funktionsunterwäsche, ob Synthetik oder besser, Merinowolle



Gut sitzendes Radtrikot und Thermoradhose, gern nach dem „Zwiebelprinzip“ anzuwenden



Wind – Regenfeste Fahrradjacke und Hose



Ganz wichtig, Fahrradhandschuhe, Überschuhe, wetterfeste Mütze, Stirnband



Mehr Sichtbarkeit in der dunklen Jahreszeit, bieten Reflektoren an der Kleidung und am Fahrrad.

INFO¹:

**RÜCKSTRAHLER, SPEICHENREFLEKTOREN UND
KATZENAUEN – SIND AM FAHRRAD PFLICHT**

FAZIT

Auch im Winter kannst du dein E-Bike problemlos nutzen – wenn du ein paar Dinge beachtest. Schütze deinen Akku vor der Kälte, halte dein Rad sauber und passe deine Fahrweise den winterlichen Bedingungen an. So kommst du sicher und zuverlässig durch die kalte Jahreszeit.

DIGITALE MEDIZIN und MENSCHEN MIT MOBILITÄTS- EINSCHRÄNKUNGEN



Digitale Medizin – auch unter den Begriffen wie E Health, Telemedizin, mHealth, DiGA (digitale Gesundheitsanwendungen) zu finden, bezeichnet den Einsatz digitaler Technologien, um Gesundheitserhaltung, Prävention, Diagnose, Therapie und Nachsorge zu verbessern.

Für Menschen mit Mobilitätseinschränkungen bedeutet dieser Wandel große Chancen, aber auch Herausforderungen. Mobilitätseinschränkungen können vielfältig sein: dauerhaft (z. B. Querschnittslähmung, Multiple Sklerose, schwere Gelenkerkrankungen oder nach Verletzungen) oder temporär (z. B. nach Operationen), lokal oder generalisiert. Häufig verbunden mit Anstrengung, Schmerzen, Aufwand und logistischer Organisation schon allein für den einfachen Arztbesuch oder die Therapie.



CHANCEN

- Reduzierte Anfahrts- und Organisationskosten: Menschen, die mobilitätseingeschränkt sind, sparen durch Videosprechstunden, Telekonsile oder Tele-Hausbesuche enorme Wege-, Zeit- und Kraftaufwendungen.
- Kleinere Belastung durch Transfer und Wartezeiten: Der Transport in Klinik oder Praxis kann Schmerzen verschärfen, erfordert oft Hilfestellung, physische Kräfte und Mobilität. Digitale Angebote können das Risiko von Verschlechterungen durch solche Belastungen verringern. Telemedizin ermöglicht Beratung, Verlaufskontrollen, teilweise auch Diagnostik ohne dass der Patient das Haus oder seine Pflegeeinrichtung verlassen muss.
- Kontinuität der Versorgung: Regelmäßige Arztkontakte oder Therapien sind wichtig, z. B. bei chronischen Erkrankungen oder bei Rehabilitationsbedarf. Digitale Anwendungen wie Apps, Wearables und Telemonitoring können helfen, Zustände zu überwachen und frühzeitig Reaktionen einzuleiten. Dadurch entstehen in der Versorgung keine Lücken.
- Personalisierte Unterstützung und Selbstmanagement: Gesundheits Apps und digitale Plattformen bieten Funktionen wie Symptومتagebuch, medikamentöse Erinnerung, physiotherapeutische Übungsprogramme, Ergotherapie oder Ergonomie Hinweise. Für mobil eingeschränkte Menschen, deren Bewegung eingeschränkt ist oder ressourcenintensiv ist, kann dies eine wichtige Ergänzung sein.
- Verbesserter Zugang in strukturschwachen Regionen: Gerade in ländlichen Räumen gibt es oft wenige Fachärzte, Fahrtwege sind lang. Für mobilitätseingeschränkte Menschen sind solche Wege doppelt belastend. Telemedizin kann diese Lücken schließen.

HERAUSFORDERUNGEN UND HÜRDEN

Natürlich gibt es auch Grenzen:


- Technische Ausstattung und digitale Kompetenzen: Ein Smartphone, Tablet oder PC mit Kamera, gutes Internet und Bedienkenntnisse sind Voraussetzung. Nicht alle Betroffenen haben diese Ausstattung oder sind technisch geschult.
- Barrierefreiheit: Geräte, Apps und Plattformen müssen barrierefrei gestaltet sein – z. B. große Buttons, Sprachausgabe, klare Nutzeroberflächen, Untertitel, eventuell Nutzung mit alternativen Eingabegeräten. Viele Angebote sind aber nicht ideal auf Menschen mit Einschränkungen angepasst.
- Datenschutz, Datensicherheit, Regulierung: Wenn Gesundheitsdaten über Apps oder Telemonitoring erhoben werden, müssen Datenschutz, sichere Übertragung und klare Verantwortlichkeiten geregelt sein.
- Begrenzte diagnostische Möglichkeiten: Manche Untersuchungen brauchen physischen Kontakt – z.B. Abtasten, spezielle Messgeräte, bildgebende Verfahren. Digitale Angebote können nicht alles ersetzen. Hybridmodelle sind oft sinnvoller.
- Finanzierung und Erstattung: Welche digitalen Angebote werden von Krankenkassen übernommen, wie sieht die Vergütung aus, wer trägt die Kosten, was gilt als Leistung? Einige Apps sind als DiGA gelistet, aber nicht alle. Die klare Einbindung in Versorgungssysteme und Erstattungsmodelle ist nicht immer gegeben.





APPS UND DIGITALE THERAPIEPLATTFORMEN

Ein konkretes Beispiel ist die RELIEV Therapieplattform an der Medizinischen Hochschule Hannover (MHH). Dieses Projekt richtet sich an Menschen mit entzündlich rheumatischen Erkrankungen. Viele dieser Betroffenen haben schon Mobilitätseinschränkungen, sei es durch schmerzhafte Gelenke, Gehverlust, Entzündungen oder durch die Notwendigkeit von Bewegung und Physiotherapie, die regelmäßig erfolgen muss. Die RELIEV Plattform soll helfen, Therapieformen digital zu ergänzen (z. B. Bewegungstherapie, Physiotherapie, Ergotherapie).

- 
- Ziel ist, dass Betroffene weniger oft in Praxen erscheinen müssen, oder nicht so weite Strecken zurücklegen müssen, was besonders für mobil eingeschränkte Menschen eine große Erleichterung darstellen kann.
 - Es werden u.a. Inhalte bereitgestellt, die man zuhause nutzen kann: Übungen, Anleitung, evtl. Überwachung, Informationen. So bleibt ein kontinuierlicher Kontakt möglich, auch wenn die physische Therapieeinheit nicht durchgeführt werden kann.
 - Ein weiteres Beispiel ist die Mida Rheuma App (Midaia). Diese App bündelt verschiedene Funktionen: Tagebuch, Erinnerung an Medikamente, Beratung, physiotherapeutische Übungen etc. Für Menschen, die morgens durch Gelenksteifigkeit stark eingeschränkt sind, kann eine digitale Übungsanleitung helfen, selbständig zu beginnen, bevor die Beweglichkeit besser wird. Die Barriere, das Haus zu verlassen bzw. zur Praxis zu fahren, wird so teilweise reduziert.

FAZIT

Digitale Medizin bietet Menschen mit Mobilitätseinschränkungen große Chancen: bessere Zugänglichkeit, geringere Belastungen, mehr Selbstbestimmung. Damit das volle Potenzial ausgeschöpft werden kann, müssen aber Gestaltung, Regulierung und Finanzierung mitgedacht sein:

- Barrierefreiheit in der Technik und in der Nutzerführung
- Ausreichende digitale Infrastruktur und Unterstützung bei der Anwendung
- Einbettung in das Gesundheitssystem mit klarer Vergütung
- Hybridmodelle, die digitale und physische Leistungen verbinden



OTTOBOCK UNTERSTÜTZT DAS GRÖSSTE PARA- SPORTEREIGNIS INDIENS

**AthletInnen kämpfen um Medaillen / Ottobock bietet Technischen Service und
Wheelchair Experience World / Exklusives Interview zu Para-Sport in Indien**



Vom 27. September bis zum 5. Oktober fand im Jawaharlal Nehru Stadion die 12. Weltmeisterschaft der Para-Leichtathletik statt, dort war Ottobock als offizieller technischer Servicepartner vor Ort. Über 1.000 AthletInnen aus aller Welt werden in 186 Medaillenwettbewerben antreten – damit sind die IndianOil New Delhi 2025 World Para Athletics Championships das größte Para-Sportereignis, das jemals in Indien stattgefunden hat.

Für die Para-AthletInnen ist dabei die einwandfreie Funktion ihrer technischen Hilfsmittel, wie Prothesen, Orthesen oder Rollstühle, entscheidend, um im Wettkampf antreten zu können. Deshalb stellte Ottobock ein 58-köpfiges Team vor Ort, darunter rund 20 TechnikerInnen, die den AthletInnen kostenlosen Support anbieten. Ob lockere Schrauben, defekte Gurte oder der Austausch einzelner Teile: Rollstuhl-, Prothesen- und OrthesenspezialistInnen sorgen dafür, dass die AthletInnen jederzeit auf ihre Hilfsmittel vertrauen können.

OTTOBOCK ROLLSTUHL-ERLEBNISWELT

Neben dem technischen Service bot Ottobock in Neu-Delhi auch eine Wheelchair Experience World. Hier lud das Unternehmen BesucherInnen ein, in die Welt des Rollstuhlsports einzutauchen und Rollstuhlbasketball, Rollstuhltischtennis oder einen Rollstuhlparcours selbst auszuprobieren. Mit dem Angebot will Ottobock Hemmschwellen abbauen und zeigen, wie der Rollstuhl Mobilität bringt und gleichzeitig auf die Bedeutung barrierefreier Infrastruktur aufmerksam machen.



ottobock.

OFFICIAL SUPPLIER



Heinrich Popow, Director Performance Solutions bei Ottobock



Santosh Rout, Principal Marketing Manager Prosthetics bei Ottobock India

PARA-SPORT IN INDIEN IM AUFWIND

Wie sich Para-Sport in Indien entwickelt und welche Rolle die Weltmeisterschaften in Neu-Delhi dabei spielen, darüber sprachen wir mit Santosh Rout, Principal Marketing Manager Prosthetics bei Ottobock India, und Heinrich Popow, Director Performance Solutions bei Ottobock und ehemaliger Para-Leichtathlet sowie mehrfacher Paralympics-Medaillengewinner.

Worauf freut ihr euch mit Blick auf die Weltmeisterschaft am meisten?

Santosh: „Ich freue mich besonders darauf, die AthletInnen in Aktion zu sehen. In unseren Versorgungszentren geht es am Anfang immer erstmal darum, Menschen überhaupt die Möglichkeit zu geben, wieder gehen und ein unabhängiges Leben führen zu können. Sport steht dabei ganz oben auf dieser Pyramide – und Rennen ist sozusagen die Spitze. Es ist die anspruchsvollste und zugleich beeindruckendste Form von Mobilität.“

Heinrich: „Für mich ist diese Weltmeisterschaft etwas Besonderes, weil ich in Indien 2009 meinen ersten WM-Titel gewonnen habe – ein prägender Moment meiner Karriere. Es fühlt sich manchmal an, als wäre es gestern gewesen, deshalb freue ich mich zurückzukommen. Gleichzeitig werden in Neu-Delhi die Karten neu gemischt: Mit Hitze und hoher Luftfeuchtigkeit herrschen Bedingungen, die vieles verändern können. Ich bin gespannt, welche Athleten damit am besten zurechtkommen und dadurch vielleicht ganz neue Chancen haben. Und natürlich freue ich mich auch auf die Menschen in Indien.“

Die Weltmeisterschaften werden das größte Para-Sportereignis sein, das jemals in Indien stattgefunden hat. Welche Auswirkungen könnte dies auf den Para-Sport in diesem Land haben?

Santosh: „2025 ist ein echtes Jahr des Para-Sports in Indien – mit dem ersten Para-Leichtathletik Grand Prix, unserer Running Clinic und nun den Para-Leichtathletik-Weltmeisterschaften. Damit steht der Para-Sport hier so sehr im Fokus wie noch nie. Besonders spannend ist die Entwicklung im Vergleich: Während Indiens Erfolge bei Olympischen Spielen eher begrenzt waren, hat sich das Land bei den Paralympics enorm gesteigert – von einer Medaille 2012 auf 29 im Jahr 2024. Diese Leistungen haben große Aufmerksamkeit erzeugt und Para-Athleten zu Helden gemacht. Für Indien ist das eine sehr besondere Entwicklung.“

Indien ist ein Land mit großer kultureller Vielfalt. Wie werden Menschen mit Behinderungen derzeit in der Gesellschaft wahrgenommen?

Santosh: „Indien ist mit 1,4 Milliarden Einwohnern ein riesiges und vielfältiges Land, daher lässt sich das nicht pauschalisieren. Was sich aber sagen lässt, ist, dass Sport die Menschen zusammenbringt, und durch den wachsenden Para-Sport in den letzten Jahren ist die Wahrnehmung von Menschen mit Behinderungen positiver und präsenter in der Gesellschaft.“

Heinrich du bist Initiator und Trainer der Running Clinics. Im Frühjahr fand eine davon in Indien statt. Kannst du kurz erklären, was genau eine Running Clinic ist?

Heinrich: Die Running Clinics sind Trainingswochenenden für Menschen mit Beinamputationen oder -dysmelien, bei denen sie den Umgang mit Sportprothesen erlernen oder verbessern können. Ziel ist es, Selbstvertrauen, Freude an Bewegung und sportliche Fähigkeiten zu fördern. Diese Wochenenden finden weltweit statt.

2015 fand schon einmal eine Running Clinic in Indien statt. Habt ihr bei der diesjährigen Veranstaltung Unterschiede oder Entwicklungen im Vergleich zu damals festgestellt?

Santosh: „Die diesjährige Running Clinic hatte andere Ziele als 2015. Damals ging es vor allem darum, die Teilnehmer für Bewegung zu begeistern und zu einem aktiven Leben zu motivieren. 2025 lag der Fokus stärker auf Leistungssport. Gemeinsam mit Partnern wie dem Paralympischen Komitee Indiens konnten wir ein fortgeschrittenes Niveau anbieten. Heinrich ist ein großartiger Motivator, von dem die Teilnehmer viel lernen können, und er schafft es, auf jeden einzelnen einzugehen.“

Heinrich: „Damals kannten viele Teilnehmer die Running Clinic und Sportprothesen noch nicht, es gab noch viel Unsicherheit und man musste alles erst erklären. Dieses Jahr war die Stimmung komplett anders: Die Teilnehmer waren Feuer und Flamme. Man merkt deutlich, dass sich auf hier in Indien einiges verändert hat. Aus der Erfahrung der Vergangenheit und der Arbeit in der Gegenwart entsteht etwas Neues – und es ist spannend zu sehen, dass wir Teil dieses Prozesses sein können.“

Wie sieht die Versorgungssituation in Indien aus? Wie erhalten Menschen eine Sportprothese oder andere technische Hilfsmittel für den Sport?

Santosh: „Indien ist nach wie vor ein Selbstzahlermarkt, doch Wirtschaftswachstum und verbesserte Versicherungsstrukturen könnten künftig den Zugang zu Sportprothesen erleichtern. Die Alltagsversorgung hat dabei oberste Priorität: Für die meisten Menschen geht es zuerst darum, wieder aktiv am Leben teilzunehmen, arbeiten zu können und ihre Familien zu versorgen. Erst wenn diese Basis gesichert ist, rückt der Fokus auf Sport. Wir arbeiten daran, Wege zu schaffen, damit mehr Menschen die Möglichkeit bekommen, aktiv Sport zu treiben.“

Heinrich: „Man merkt auf alle Fälle, dass im Vergleich zu anderen Ländern hier wirklich versucht wird, etwas zu ändern. Es wird weniger geredet und mehr gehandelt. Indien entwickelt sich in diesem Bereich rasant, und ich bin überzeugt, dass das Land viele überraschen wird, wie ernsthaft und engagiert hier Sportversorgung umgesetzt wird.“

Vor dem Hintergrund all dieser Entwicklungen – wie sieht ihr die Gesamtentwicklung des Behindertensports in Indien?

Heinrich: „Der Para-Sport in Indien wird in den kommenden Jahren einen enorm positiven Sprung machen. Durch die große Bevölkerung haben sie eine solide Grundlage. Der Sport wird sich sowohl an der Spitze als auch in der Breite entwickeln – beides hängt zusammen: Ohne Breite keine Spitze, ohne Spitze keine Breite. In den nächsten fünf Jahren wird die Spitze stark wachsen, in den nächsten zehn Jahren auch die Breite. Auf dieser Grundlage wird der Para-Sport langfristig auch den Alltag von Menschen mit Behinderungen deutlich verbessern.“

Santosh: „Es kommt darauf an, die richtigen Schritte zu gehen, und wir versuchen, sehr sorgfältig vorzugehen. Vor einigen Jahren war die Lage vor Ort eher unorganisiert, und das Bewusstsein für Behindertensport noch gering. Heute sehen wir, dass sich der Sport sowohl an der Spitze als auch in der Breite entwickelt – genau wie Heinrich sagt, hängt beides zusammen. Deshalb schauen wir, wie wir gezielt unterstützen können: Wir haben zum Beispiel einen Vertrag mit dem Paralympischen Komitee Indiens unterzeichnet, um gemeinsam eine strategische Förderung aufzubauen, Infrastruktur zu schaffen und Talente zu unterstützen. Da wird noch viel passieren und wir freuen uns drauf.“





handicap.life

GRENZENLOS LESEN WIE ES DIR GEFÄLLT!



IMPRESSUM

Magazin handicap.life – Das Anwendermagazin

Momo Verlag
Straße der Träume 108
24351 Damp
Tel.: 0162 430 5856

Herausgeber
Peter Lange

Chefredakteurin V.i.S.d.P.
Martina Lange

Kontakt
Mail: redaktion@handicap-life.com
www.handicap-life.com
Tel.: 0162 430 5856

Anzeigenpreise & Mediadaten
können über die Redaktion
angefordert werden.

ISSN (Online) 2629-4109

Momo Verlag
Steuer-Nr. 29 125 03613

Coverfoto:
[Jenny Sturm_shutterstock.com](https://www.jenny Sturm_shutterstock.com)
Fotos Momo Imageanzeige: [pexels.com](https://www.pexels.com)
Foto Imageanzeige handicap.life:
[MPFphotography_shutterstock.com](https://www.MPFphotography_shutterstock.com)

Nutzungsrechte:

Alle Inhalte des Magazins „handicap.life – Das Anwendermagazin“ unterliegen dem Urheberrecht. Sämtliche ausschließliche Nutzungsrechte an redaktionellen Beiträgen liegen beim Verlag. Alle Rechte bleiben vorbehalten.

Namentlich gekennzeichnete Beiträge sowie Leserbriefe geben nicht zwangsläufig die Meinung des Verlages oder der Redaktion wieder.

Für eingesandte Manuskripte, Fotos und Datenträger (insbesondere der Originale) sowie für sonstige Unterlagen wird keine Haftung übernommen. Hinsichtlich unverlangt eingesandter und nicht veröffentlichter Manuskripte sowie sonstiger Unterlagen besteht kein Anspruch auf Rücksendung.

Hier könnt ihr handicap.life auch noch digital lesen:



Respekt



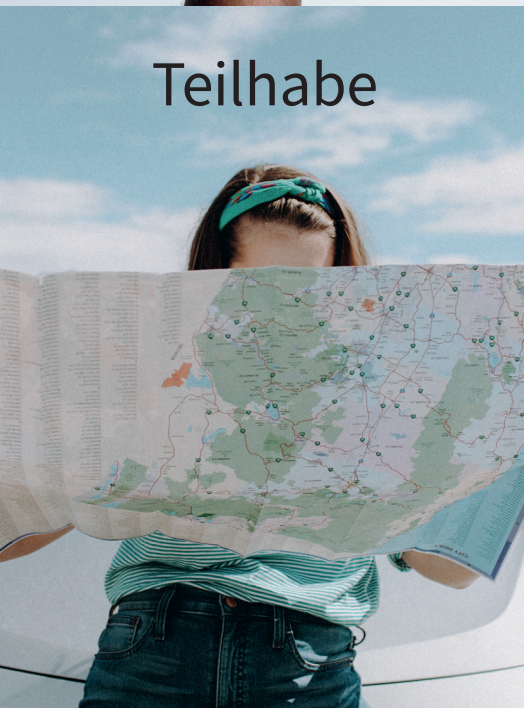
Vielfalt



Wertschätzung



Teilhabe



Verantwortung



Diversität



Wir sind mehr als ein
Magazin

Wir sind
momo

momo

Mobilität · Motion & Barrierefrei
www.momo-magazin.de