



## Herzlich Willkommen zum digitalen InduS-Adventskalender!



Der neue **digitale InduS-Adventskalender** ist da.

Hinter 24 Türchen wartet jeden Tag im Advent ein Sportvideo zum Mitmachen auf Euch! Die Videos kommen von Übungsleiter\*innen und Sportler\*innen aus den inklusiven Sportgruppen im Emsland.



Wer darf mitmachen? Ganz klar: Jede\*r!

Die Sportübungen könnt Ihr überall machen. Ganz egal, ob zu Hause, bei der Arbeit oder in der Schule. Ob früh morgens oder spät abends. Ob allein, mit der Wohngruppe oder der ganzen Familie.

Mitmachen – Spaß haben – Fit bleiben!



Wie könnt Ihr auf den digitalen InduS-Adventskalender zugreifen?

→ Meldet Euch über diesen Link mit Eurer E-Mailadresse an: <https://indus-sport-adventskalender.de/newsletter>

Ihr bekommt automatisch jeden Tag eine E-Mail mit dem Adventskalender und könnt das jeweilige Türchen öffnen. (Die E-Mailadresse ist sicher, die Daten werden nicht weitergegeben. Nach Abschluss der Aktion werden alle Mailadressen wieder gelöscht.)



→ Der digitale InduS-Adventskalender ist ebenfalls täglich abrufbar unter: <https://indus-sport-adventskalender.de/>

→ In den Einrichtungen St. Lukas-Heim, St.-Vitus-Werk und Christophorus-Werk kann auch über den CABito auf den digitalen InduS-Adventskalender zugegriffen werden.



### Es gibt etwas zu gewinnen!!!

Unter allen Teilnehmer\*innen **mit einer E-Mail-Registrierung** verlosen wir 3 Preise:

1. Preis: Ein Originaltrikot (handsigniert) vom SV Meppen
2. Preis: Zwei Sitzplatzkarten für ein Heimspiel der HSG Nordhorn/Lingen in der EmslandArena Lingen (2. Bundesliga – Handball)
3. Preis: Ein Rucksack „Academy Team“ von Nike

Die Verlosung findet in der 2. KW 2022 statt. Die Gewinner\*innen werden über ihre angegebenen E-Mailadressen benachrichtigt.



Der digitale InduS-Adventskalender ist für alle Nutzer\*innen kostenlos.



### Los geht's:

Vom 1. bis 24. Dezember jeden Tag ein digitales Türchen anklicken, das Video anschauen, die Sportübung mitmachen und ganz viel Spaß haben! ☺



## Was ist InduS?

InduS – Inklusion durch Sport im Emsland – ist ein Projekt vom KreisSportBund Emsland e.V. (KSB) und den drei Einrichtungen der Behindertenhilfe, dem St. Lukas-Heim Papenburg, dem St.-Vitus-Werk Meppen und dem Christophorus-Werk Lingen. Das Ziel von InduS ist es, ein gemeinsames Miteinander von Menschen mit und ohne Behinderung in den emsländischen Sportvereinen zu fördern. Es gibt bereits viele tolle inklusive Angebote in den Sportvereinen. Durch den digitalen InduS-Adventskalender erhaltet Ihr einen kleinen Einblick. Weitere Infos zum Projekt InduS und zu den inklusiven Sportangeboten der Vereine unter: [www.indus-emsland.de](http://www.indus-emsland.de)