



## **PRESSEMITTEILUNG**

### **Erklärvideos Sport mit einer Plexusparese und Plexusparese einfach erklärt**

**21.12.2020 Kinder und Jugendliche, die durch einen Nervenschaden mit einer Plexusparese, einer Armlähmung, leben, finden ab sofort ein zweites Erklärvideo „Sport mit einer Plexusparese“ auf [plexuskinder.de](https://plexuskinder.de) und im YouTube Kanal des Vereins ([youtube.com/plexuskinder](https://youtube.com/plexuskinder)). Das erste Video „Plexusparese einfach erklärt“ erschien 2019 und hilft bei der Aufklärung über diese seltene Verletzung.**

Das Thema Sport mit einer Plexusparese ist neben der allgemeinen Aufklärung zum Krankheitsbild Plexusparese, auch Plexuslähmung, geburtstraumatische Armlähmung oder Erb'sche Lähmung genannt, der wichtigste Schwerpunkt des Vereins. Plexuskinder e.V. möchte die Betroffenen und ihre Familien motivieren, „ihren“ Sport zu finden und regelmäßig Sport zu treiben. Betroffene Kinder, Jugendliche und Erwachsene, die regelmäßiges Sport treiben haben nach den Erfahrungen des Vereins ein deutlich besseres Ergebnis, sind motivierter bei der Therapie, haben weniger Folgeprobleme und berichten über eine höhere Lebensqualität.

Plexuskinder e.V. arbeiten eng mit Sportlern mit einer Plexusparese zusammen, die sogar auf höchstem Niveau (z.B. Paralympics) an Wettbewerben teilnehmen und eine Vorbildfunktion haben. Viele betroffene Kinder nehmen an regulären Sportangeboten teil und kommen dort schnell an ihre Grenzen. Der Parasport / inklusive Sport bietet Plexuskindern die Möglichkeit mit angepassten Bedingungen zu trainieren und fair für ihre Leistungen bewertet zu werden.

Die Botschaften des Videos sind:

- Sport ist Therapie, jede Art von Bewegung fördert die Beweglichkeit, Kraft, Ausdauer, Gleichgewicht und Geschicklichkeit.
- Es ist wichtig viel auszuprobieren und eine (oder mehrer Sportarten) zu finden die Spaß machen. Sport muss zum Alltag gehören.
- Nur inklusiver Sport ist fair für Menschen mit Handicap. Sie müssen im Rahmen ihrer Möglichkeiten bewertet werden (Schulsport) und an inklusiven Wettkämpfen teilnehmen
- Hinweise zum Einstieg in den Parasport, ergänzt hierzu Kontaktangebote auf der Homepage z.B. zu Talentscouts, Veranstaltungen Einstieg in de Parasport, Talenttage usw.

Drei wunderschön illustrierte Kinderbücher mit dem Plexuskind Herbie, der von seinem Arm, seinen Operationen und seinen Therapien erzählt werden von Plexuskinder e.V. seit 2014 angeboten. Mit Hilfe von Herbie können betroffene Kinder und ihre Geschwister, Familie und Freunde besser verstehen, was eine Plexusparese ist und was ein Plexuskind anders macht. Die Herbie Bücher wurden von der Erb's Palsy Group aus Großbritannien, veröffentlicht. Mirjam Mahler, ebenfalls betroffene Mutter und Vorsitzende von Plexuskinder e.V., hat die Bücher übersetzt und adaptiert und in 2017 um ein weiteres Buch „Ein Kind wie Herbie“, dass sich an Eltern und das Umfeld der Betroffenen richtet, ergänzt.

Herbie ist eine positive Identifikationsfigur. Fröhlich und selbstbewusst erzählt er von seinem Leben mit einer Plexusparese. Mit Hilfe der Bücher und Videos können Plexuskinder und Geschwister kindgerecht und anschaulich über die Plexusparese und ihre Folgen aufgeklärt werden. Auch im Umfeld der Kinder, in der Kita und in der Schule, bei der Betreuung oder im Sportverein können große und kleine Menschen mit Hilfe der Herbie Bücher besser verstehen, was bei einem Plexuskind anders funktioniert.

#### **Pressekontakt**

Plexuskinder e.V.  
Mirjam Mahler, 1. Vorsitzende  
Georgstraße 3  
89077 Ulm  
Tel.: (0731) 96427575  
Fax: (0731) 96429626  
[plexuskinder.de](https://plexuskinder.de)  
[info@plexuskinder.de](mailto:info@plexuskinder.de)  
[instagram.com/plexuskinder](https://instagram.com/plexuskinder)  
[facebook.com/plexuskinder](https://facebook.com/plexuskinder)  
[youtube.com/plexuskinder](https://youtube.com/plexuskinder)

#### **Weitere Kontakte**

##### **Link zum Video „Sport mit Plexusparese“**

Direkter Link zum Video bei YouTube <https://youtu.be/Koyswh3JmOQ>  
Link über [plexuskinder.de](https://plexuskinder.de): <https://plexuskinder.de/sportvideo>

##### **Link zum Erlärvideo „Plexusparese einfach erklärt“**

Direkter Link zum Video bei YouTube <https://youtu.be/EOra3XfTvL0>  
Link über [plexuskinder.de](https://plexuskinder.de): <https://plexuskinder.de/video>

##### **Herbie Kinderbücher**

<https://plexuskinder.de/herbie>