

**Autor:** von Holger Lodahl  
**Seite:** 31 bis 31  
**Seitentitel:** Stadtteile  
**Ausgabe:** Hauptausgabe

**Gattung:** Tageszeitung  
**Jahrgang:** 2017  
**Auflage:** 30.643 (gedruckt) 28.890 (verkauft)  
 30.207 (verbreitet)  
**Reichweite:** 0,079 (in Mio.)

# Fünf Kilometer für starkes Selbstbewusstsein

Unter den etwa 3000 Teilnehmern beim 25. Brückenlauf waren auch mehr als 100 Behinderte.

Matthias Kirch und Lucas Hassel können es kaum erwarten, bis der Startschuss zum 25. Sparda-Bank-Brückenlauf fällt. Die beiden Freunden stehen gestern kurz vor 11 Uhr auf dem Burgplatz, haben Sportsachen an und sind mit feschten Laufschuhen für das Rennen gut gerüstet. „Gleich geht’s los“, sagt Matthias und zieht sich ein neongrünes T-Shirt über. „Brücken verbinden uns“ steht groß auf dem Shirt geschrieben. Es ist das Kennzeichen für alle Läufer der Inklusionsgruppe, zu der mehr als 100 Läufer mit geistiger oder körperlicher Behinderung gehören.

Für Matthias (36 Jahre) und Lucas (28 Jahre) ist die Teilnahme am Brückenlauf einer der Höhepunkte des Jahres. „Es macht Spaß, von den Zuschauern Applaus zu bekommen“, sagt Matthias. Freund Lucas erzählt, ihm sei wichtig, seine sportlichen Fähigkeiten mit anderen Sportlern zu messen. „Wir laufen genauso gut wie alle anderen“, sagt er selbstbewusst und geht zusammen mit Matthias zum Startpunkt. Punkt 11 Uhr fällt der Startschuss und die beiden Freunde laufen los: Über die Rheinuferpromenade in Richtung Rheinkniebrücke, zusammen mit vielen Hundert weiteren Läufern.

Dass die beiden geistig behinderten Freunde beim Brückenlauf teilnehmen, scheint für ihre Mütter fast schon eine Selbstverständlichkeit zu sein. „Matthias und Lucas sind immer schon sehr sportlich gewesen“, sagt Marion Kirch.

Dennoch sei der Inklusionslauf etwas Besonderes. „Es ist wichtig, dass Behinderte an solchen Veranstaltungen teilnehmen und sich zusammen mit anderen in der Öffentlichkeit zeigen“, sagt sie. Abgesehen von der körperlichen Fitness bedeutet der Lauf auch, sich fremden Menschen zu zeigen und zu seiner geistigen Besonderheit zu stehen. „Es wirkt sich auf das ganze Leben aus“, sagt Marion Hassel, Mutter von Lucas. „Indem die Jungs hier mitlaufen, bewegen sie sich auch bewusster durch den Alltag.“ Ob Konzertbesuche oder Einkaufen – Sport mit Nicht-Behinderten helfe den Behinderten, selbstbewusster zu sein und sich gleichgestellt zu fühlen. Organisiert wird der Inklusionslauf als Teil des Brückenlaufs unter anderem von der Lebenshilfe Düsseldorf. „Zum dritten Mal nehmen wir am Brückenlauf teil, in jedem Jahr wächst unserer Teilnehmerzahl“, sagt Christina Dill, Mitarbeiterin der Lebenshilfe. Zur Inklusionsgruppe gehörten Läufer aus mehreren Organisationen, zum Beispiel der Werkstatt für angepasste Arbeit, der Arge und eben der Lebenshilfe. Geistig Behinderte laufen mit ebenso wie Körperbehinderte und auch Menschen mit Sinnesbeeinträchtigungen sowie Menschen mit Down-Syndrom. Es ginge allen um das Mitmachen und um das Sich-Zeigen, sagt Christina Dill. „Der Lauf ist ein wichtiges Zeichen, den Gedanken der Inklusion in die Welt zu tragen.“ Besonders sichtbar wird die

Aktion, weil auch viele Freunde, Lehrer und Familienmitglieder mitlaufen und dabei das markante neonfarbene T-Shirt tragen. So ist die Inklusionsgruppe mehrere hunderte Personen stark.

Weil für manche Inklusionsläufer die ganze Fünf-Kilometer-Strecke des Brückenlaufs zu lang wäre, teilten die Organisatoren die Distanz in mehrere Staffel-Strecken ein. Davon profitiert auch Matthias Kirch, der wie geplant zwei Kilometer mitläuft. Freund Lucas schafft die ganzen fünf Kilometer. „In einer so großen Gemeinschaft laufen, ist wirklich toll“, sagt er und freut sich über den Applaus der Menschen. Weil Matthias und Lucas so erfolgreich ihre Ziele erreicht haben, wollen sie auch im nächsten Jahr beim Inklusionslauf des Sparda-Bank-Brückenlaufs teilnehmen. Bis dahin bleiben die zwei Freunde sportlich. Sie spielen Tennis in einem Sportverein.

**Info: Inklusion soll alle Menschen gleich machen**  
 Das Wort „Inklusion“ ist lateinisch und bedeutet „Enthalten sein“. Ziel Alle Menschen sollen selbstbestimmt am gesellschaftlichen Leben teilnehmen – also in der Gesellschaft selbstverständlich „enthalten sein“ – egal wie unterschiedlich sie sind. Das Ideal der Inklusion ist, dass die Unterscheidung zwischen „behindert“ und „nicht behindert“ keine Relevanz mehr in der Gesellschaft hat.

**Ganzseiten-PDF:** 36412827.pdf  
**Wörter:** 511  
**Urheberinformation:** (c) Rheinische Post