

## Handballverband Westfalen sucht FSJler/BFDler für 2023/24

Der HV Westfalen sucht zur Unterstützung und für die Organisation von Verbandsaufgaben engagierte/n „FSJler\*innen“ (m/w/d) und eine\*n „BFDler\*in“ (m/w/d) ab dem **1. September 2023**.

Der HV Westfalen ist der zahlenmäßig größte Landesverband im Deutschen Handballbund. Deine Haupteinsatzbereiche wären: Begleitung von Lehrgängen oder Wettkampfmaßnahmen der HV-Auswahlmannschaften, Durchführung von Handballangeboten an Grundschulen im Rahmen von offenem Ganztage in Wohnortnähe, Mitarbeit bei Verwaltungsabläufen in der Geschäftsstelle des Handballverbandes Westfalen, Betreuung der sozialen Medien.

Hast du Spaß an der Arbeit mit jungen Handballern und an der Mitarbeit bei einem der größten Handball-Landesverbände Deutschlands?

Dann bewirb dich **JETZT** über das Stellenportal „Freiwilligendienst im Sport“!

Hier kommst du direkt zu den Ausschreibungen:

Bufdi: <https://freiwilligendiensteimsport.nrw/Freiwilligendienst/Angebote/Details/4893>

FSJ: <https://freiwilligendiensteimsport.nrw/Freiwilligendienst/Angebote/Details/4894>

FSJ: <https://freiwilligendiensteimsport.nrw/Freiwilligendienst/Angebote/Details/4895>

## Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen.

Werden Sie Mitglied und profitieren Sie von Ihrem AOK-Gesundheitsbudget in Höhe von 500 Euro pro Kalenderjahr.

Sprechen Sie uns an. Jetzt zur AOK NordWest wechseln.

Mehr erfahren auf [aok.de/nw/ganzeinfach](https://aok.de/nw/ganzeinfach)  
oder QR-Code scannen

AOK NordWest. Die Gesundheitskasse.

**500 Euro!**  
Ganz einfach.



AOK 

AOK-  
Gesund-  
heitsbudget 

**\*ANZEIGE\* Sportler aus Westfalen aufgepasst!  
Mit ASS günstig unterwegs**

**EINFACH MAL NEU WAGEN!**

**Die Auto-Flat für Deutschland**

Jedes Jahr einen Neuwagen fahren heißt, stets am Puls der Zeit zu sein und neueste Technologien und Trends zu erleben. Bei unserem Partner Athletic Sport Sponsoring hast Du die Möglichkeit, immer wieder andere Automarken und Modelle auszuprobieren. Die herstellerseitige Neuwagengewährleistung bietet Dir zudem maximale Sicherheit.

Steig jetzt ein! Alle Infos findest Du auf [www.ichbindeinauto.de/?partner=hvw](http://www.ichbindeinauto.de/?partner=hvw)

Athletic Sport Sponsoring  
— ICH BIN DEIN AUTO

**EINFACH MAL  
NEU WAGEN!**

AB MTL.  
**379 €**

B0-ASS-1997

**DIE AUTO-FLAT FÜR  
DEUTSCHLAND.**

The advertisement features a central image of a silver Ford car with license plate B0-ASS-1997. Surrounding the car are several athletes in action: a tennis player, a man pointing, a woman with a tennis racket, a man with a tennis racket, a cyclist, and a person in a helmet. The background is split diagonally from the top-left to the bottom-right, with black on the left and bright blue on the right. The text is in white and yellow, with a yellow circle containing the price 'AB MTL. 379 €'.

# Handballkreise

## HK Hellweg

### Aktuelle C-Lizenz Fortbildungsangebote:

#### Mentaltraining für Trainer (Teil 1)

Wann? 11.03.2023 ab 09:00 Uhr bis 13:00 Uhr

Wo? Sporthalle Brambauer, Diesterwegstraße 7A, Lünen

#### Mentaltraining für Trainer (Teil 2)

Wann? 18.03.2023 ab 09:00 Uhr bis 13:00 Uhr

Wo? Sporthalle Brambauer, Diesterwegstraße 7A, Lünen

→ Anmeldung über Phönix

#### Themeninhalt:

Der Schwerpunkt in diesem Workshop liegt darin, die mentale Stärke zu entwickeln, zu trainieren und auszubauen. Sowohl bei den Trainern als auch bei den Spielern in allen Altersklassen.

#### Erster Tag: Ich als Trainer:in

„Nur wer sich selbst führen kann, kann auch andere führen!“

Am ersten Tag liegt der Fokus auf alle Trainerinnen und Trainern. Nur wenn sie mit dem Leistungsdruck umzugehen zu wissen, sich regelmäßig selbst reflektieren und ihre eigenen Ziele/Visionen/ ihren „Nordstern“ kennen, können sie auch andere führen. Dies wird mit theoretischen und praktischen Übungen vermittelt.

- warum wir so reagieren, wie wir reagieren
- Umgang mit den eigenen Emotionen, Emotionen erkennen, lesen steuern und regulieren
- das Selbstvertrauen und die eigene Stresskompetenz stärken
- innere Kommunikation äußere Kommunikation
- Selbstbild und Fremdbild, wie wir wahrgenommen werden, Vorbild für andere sein

#### Zweiter Tag: Wir als Team

Wenn sich alle im Team das Vertrauen schenken und sich Halt geben, führt dies zu mehr positiven Erfolgen.

- einander Vertrauen können
- Umgang mit Emotionen bei Spielern:innen
- den Fokus aktiv vom Denken aufs Handeln lenken.
- trotz Ablenkungen fokussiert bleiben
- Unser inneres Go: Entscheidungen bewusst treffen und Entschlossenheit aufbauen
- Mentale Wettkampfvorbereitung: Gemeinsames Erstellen einer Wettkampf Checkliste
- Umgang mit Niederlagen
- auch Regenerieren will gelernt sein: Verständnis und Sensibilität für Regeneration und Erholung.

Ragulan Srijeevaghan (Lehrwart - Stellv. Kreisschiedsrichterwart)



---

# **WERDE JETZT HANDBALL SCHIEDSRICHTER**



## **Praxismodule**

21.04. / 18:00 Uhr bis 21:00 Uhr  
06.05. / 09:30 Uhr bis 13:30 Uhr  
26.05. / 18:00 Uhr bis 21:00 Uhr  
27.05. / 09:30 Uhr bis 13:30 Uhr  
02.06. / 18:00 Uhr bis 21:00 Uhr  
03.06. / 09:30 Uhr bis 13:30 Uhr

## **Interesse ?!**

Melde Dich jetzt bei  
[SR.Lehrwart@HK-Hellweg.de](mailto:SR.Lehrwart@HK-Hellweg.de)

oder direkt über die Homepage  
zum Lehrgang an  
[www.HK-Hellweg.de](http://www.HK-Hellweg.de)

## Schiedsrichteranwärterlehrgang

Wann? 21.04.2023 bis 16.06.2023

Wo? Präsenz (Ort wird bekannt gegeben) und Online

Ansprechpartner: Dustin Otto ([dustin.otto.schwelm@gmail.com](mailto:dustin.otto.schwelm@gmail.com))

Link zur Anmeldung:

<https://hw.it4sport.de/index.php?phoenix=phoenixbase.seminar.pages.SeminarSinglePage&ulD=C1463999-A46B-4C55-A7B0-F9E2787A35CC>



# HERE TO VOLUNTEER

**WERDE TEIL DER CREW BEI DER  
HANDBALL EUROPAMEISTERSCHAFT**



**VOLUNTEERING - MEN'S EHF  
EURO 2024**



Kooperationspartner des HV Westfalen

**molten**<sup>®</sup>  
*For the real game*

**AOK**   
Die Gesundheitskasse.

 **hummel**

**Athletic Sport Sponsoring**

**— ICH BIN DEIN AUTO**

# Impressum

## **Herausgeber:**

Handballverband Westfalen e.V.  
Martin-Schmeißer-Weg 16  
44227 Dortmund

## **Veröffentlichung:**

Das Mitteilungsblatt (WH) des HVW erscheint i.d.R. wöchentlich als Online-Ausgabe. Der WH wird permanent als Download auf [www.handballwestfalen.de](http://www.handballwestfalen.de) angeboten und satzungsgemäß zusätzlich versendet. Hierfür wird weiterhin der bekannte Newsletter verwendet.

## **Achtung:**

Die Postanschrift der Vereine erhält den WH automatisch. Ob oder welche weiteren Adressen im Newsletter-System eingetragen werden, sprich wer den WH per Newsletter erhält, bestimmt eigenverantwortlich jeder Verein. Jeder Verein kann permanent beliebig viele E-Mail-Adressen eingetragen und jederzeit wieder löschen.

## **Verantwortung:**

Verantwortlich für die Zusammenstellung sind die Öffentlichkeitsbeauftragten des HVW (Jan Gerth & Marie Händel), für den Inhalt der jeweiligen Unterzeichner/ Autor.

## **Redaktionsschluss / Meldestelle:**

Redaktionsschluss ist für E-Mails an die Öffentlichkeitsbeauftragten unter [wh@handballwestfalen.de](mailto:wh@handballwestfalen.de) donnerstags um 17 Uhr, für Faxe/Anrufe/... an die Geschäftsstelle donnerstags um 12 Uhr.

Die Öffentlichkeitsbeauftragten können nur Infos per E-Mail und in der Formatvorlage WORD für den WH bearbeiten.

## **Haftungsausschluss:**

Bei Nichterscheinen infolge höherer Gewalt entfällt die Lieferpflicht.

## **Öffentlichkeitsarbeit HVW:**

Jan Gerth ([recht@handballwestfalen.de](mailto:recht@handballwestfalen.de))  
Marie Händel ([marie-haendel@handballwestfalen.de](mailto:marie-haendel@handballwestfalen.de))

Dieser WH wurde erstellt von:

Marie Händel