



# Sei dabei!

## Helfenden-Ausschreibung Special Olympics Landesspiele 2022

vom 20. - 22. September 2022 in Koblenz



Exklusiv Partner



Top Partner



# **Helfer\*innen-Ausschreibung Special Olympics Landesspiele 2022**

Special Olympics wurde 1968 in den USA von Eunice Kennedy-Shriver, der Schwester von John F. Kennedys, aus der Idee heraus gegründet, Menschen mit geistiger Behinderung eine gleichberechtigte Teilhabe an der Gesellschaft zu ermöglichen. Heute ist Special Olympics mit vier Millionen Athletinnen und Athleten in 180 Ländern vertreten und somit weltweit die größte, vom IOC offiziell anerkannte Sportbewegung für Menschen mit geistiger und mehrfacher Behinderung. Der Landesverband in Rheinland-Pfalz setzt dessen Ziele seit 2004 aktiv im Land um.

Die größte Sportveranstaltung für Menschen mit und ohne geistige Behinderung findet vom 20. bis 22. September 2022 in Koblenz statt. Die Special Olympics Landesspiele 2022 sind für Sportler\*innen mit und ohne geistige Behinderung der sportliche Höhepunkt des Jahres im Land und werden als bedeutende sportliche Großveranstaltung wahrgenommen, die Impulse auf dem Weg zu einer inklusiven Gesellschaft setzt.

Unter der Schirmherrschaft von Ministerpräsidentin Malu Dreyer sollen die Special Olympics Landesspiele für die bis zu 3.000 Teilnehmenden zu einem unvergesslichen Fest der Begegnung werden.

Unter dem Motto „Gemeinsam stark“ werden Sportler\*innen mit geistiger Behinderung und (inklusive) Unified Partner\*innen aus Rheinland-Pfalz, den europäischen Nachbarländern und dem Bundesgebiet in verschiedenen Sportarten sowie einem wettbewerbsfreien Angebot an den Start gehen. Unterstützt werden Sie hierbei von Trainer\*innen, Betreuer\*innen und engagierten Helfer\*innen aus Vereinen, gesellschaftlichen Einrichtungen sowie der Bevölkerung der Stadt Koblenz.

Das Sportprogramm wird durch eine stimmungsvolle Eröffnungs- und Abschlussfeier, dem Special Olympics Fackellauf sowie einem bunten Unterhaltungsprogramm umrahmt.

Neben den Athlet\*innen sind die Helfer\*innen das Herz der Special Olympics Landesspiele 2022. Sie bilden einen gewichtigen Baustein für das Gelingen dieser einzigartigen Veranstaltung. Lassen Sie sich von der mitreißenden Lebensfreude der Athleten begeistern und bewerben Sie sich als freiwillige Helfer\*innen!

**Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung als Helfer\*in!**

# Inhaltsverzeichnis

<b>1. Allgemeine Informationen .....</b>	<b>4</b>
1.1. Eckdaten.....	4
1.2. Zeitplan der Landesspiele.....	4
1.3. Örtlichkeiten.....	5
1.2. Welche Voraussetzungen gibt es? .....	6
1.3. Wie werde ich Helfer+in? .....	7
1.4. Wie werde ich auf meinen Einsatz vorbereitet? .....	7
1.5. Welche Unterstützung erhalte ich während meines Einsatzes?.....	7
1.6. Wie erhalte ich eine Unterkunft im Rahmen der Spiele? .....	8
<b>2. Welche Helfer*innen-Positionen gibt es? .....</b>	<b>8</b>
2.1. Akkreditierung .....	8
2.2. Besucher- und Gästeservice .....	8
2.3. EDV / Ergebnisdienst.....	9
2.4. Fahrdienst / Transportservice .....	9
2.5. Gesundheitsprogramm Healthy Athletes® .....	<b>Fehler! Textmarke nicht definiert.</b>
2.6. Logistik / Allrounder .....	9
2.7. Medien-Team.....	9
2.8. Rahmenprogramm .....	10
2.9. Delegationshelfer*innen Sport.....	<b>Fehler! Textmarke nicht definiert.</b>
2.10. Sportartenhelfer*innen .....	10
2.11. Verpflegung .....	10
2.12. Weitere Positionen.....	10
<b>3. Sportprinzip von Special Olympics.....</b>	<b>11</b>
<b>4. Rahmenprogramm .....</b>	<b>12</b>
4.1. Gesundheitsprogramm .....	<b>Fehler! Textmarke nicht definiert.</b>
4.3. Inklusiver Fackellauf .....	12
4.2. Eröffnungs- und Abschlussfeier.....	12
4.3. Weiteres Rahmenprogramm.....	12
<b>5. Ansprechpartner*in .....</b>	<b>12</b>

## **1. Allgemeine Informationen**

### **1.1. Eckdaten**

<b>Veranstalter:</b>	Special Olympics Rheinland-Pfalz e. V.
<b>Ausrichter:</b>	Stadt Koblenz
<b>Teilnehmendenzahlen:</b>	bis zu 600 Sportler*innen mit und ohne geistige Behinderung 200 Unterstützer*innen aus der Region 200 Trainer*innen, Betreuer*innen und Helfer*innen 100 Akteure des Bühnenprogramms 100 Schiedsrichter, Mitglieder der Orga-Teams der Sportarten zahlreiche Gäste und Besucher*innen
<b>Gesamt:</b>	bis zu 3.000 Teilnehmer*innen

### **1.2. Zeitplan der Landesspiele**

#### **Dienstag, 20.09.2022**

Anreise und Akkreditierung der Teilnehmer\*innen, Akkreditierung und einsatzspezifische Einweisung für Helfer\*innen, Fackellauf, Eröffnungsfeier, Empfang für Ehrengäste.

---

#### **Mittwoch, 21.09.2022**

Klassifizierungswettbewerbe, Wettbewerbsfreies Angebot (WBFA)  
Bühnenprogramm „Koblenz feiert – alle inklusiv“

---

#### **Donnerstag, 22.09.2022**

Finalwettbewerbe, Siegerehrungen, WBFA,  
Abschlussfeier

**Jede\*r Helfer\*in ist herzlich zum feierlichen Bühnenprogramm an den Abenden eingeladen.**

### 1.3. Örtlichkeiten (unter Vorbehalt, Änderungen möglich)

Areal		Art	Stätte
<b>Innenstadt</b>		Eröffnungsfeier, „Koblenz feiert- alle inklusive“, Abschlussfeier	Münzplatz
		Inklusiver Fackellauf	Innenstadt
		Boccia	Deutsches Eck (Grünflächen)
		Wettbewerbsfreies Angebot	
<b>Sportpark Oberwerth</b>	Sportpark	Leichtathletik	Stadion Oberwerth
		Fußball	Kunstrasenplätze
		Tennis	Tennisanlage Oberwerth
	CGM Arena	Tischtennis	Sporthalle
		Badminton	
		Judo	Trainingshalle
		Radfahren	Straße Bereich Jahnstraße
<b>Umgebung</b>		Schwimmen	Beatusbad Koblenz
		Bowling	Pinup Bowling- & Eventcenter
		Golf	Jakobsberg (Boppard)

## **1.2. Welche Voraussetzungen gibt es?**

Neben den Athlet\*innen sind die Helfer\*innen das Herz der Special Olympics Landesspiele 2022. Sie bilden einen gewichtigen Baustein für das Gelingen dieser einzigartigen Veranstaltung. Lassen Sie sich von der mitreißenden Lebensfreude der Athlet\*innen begeistern.

Gleichzeitig sind Helfer\*innen wichtige Repräsentant\*innen bei der Veranstaltung und werden mit ihrer Freundlichkeit und Hilfsbereitschaft einen entscheidenden Eindruck bei den Gästen hinterlassen.

### **Wir suchen Helfer\*innen, die**

- mind. 16 Jahre alt sind
- freundlich und hilfsbereit sind
- gerne und empathisch mit Menschen zusammenarbeiten
- mindestens einen Tag des Veranstaltungszeitraums (20. – 22.09.2022) oder im Vorfeld/ Nachgang zeitlich verfügbar sind.

### **Helfer\*innen erhalten**

- eine Schulung im Vorfeld, die auf den Einsatz vorbereitet
- Helfer\*innenkleidung (T-Shirt)
- Mittagsverpflegung während der Einsatzzeiten an 21. & 22.09.2022
- einen besonderen Kontakt zu Athlet\*innen, Gästen und anderen Helfer\*innen
- eine Bereicherung durch die mitreißende Lebensfreude der Athlet\*innen
- ein Zertifikat über die Tätigkeit als Helfer\*in

**Alle Helfer\*innenpositionen tragen zur erfolgreichen Durchführung der Veranstaltung bei.** Dabei macht es keinen Unterschied, ob man als Helfer\*in bei der Verpflegung, dem Fahrdienst, dem Rahmenprogramm oder den Sportwettbewerben eingesetzt ist. Ohne jede einzelne Person wäre das Gesamtkonstrukt nicht realisierbar.

Die Bewerbung für Helfer\*innen ist über das **verlinkte Online-Formular** möglich:  
<https://forms.office.com/r/cBN9pdQR4a>

***Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!***

### 1.3. Wie bewerbe ich mich?

Die Bewerbung als Helfer\*in ist über das **verlinkte Online-Formular** bis zum **01.08.2022** möglich. Nach Sichtung der Bewerbungen werden wir Ihnen bis zum 21.08.2022 eine finale Rückmeldung zur Teilnahme als Helfer\*in zukommen lassen.

Bei der Besetzung der Positionen werden wir versuchen, Ihre angegebenen Qualifikationen und Kenntnisse zu berücksichtigen. Wir bitten um Verständnis, dass dies nicht in allen Fällen möglich sein kann.

Mit der Einreichung der Bewerbung wird gleichzeitig die Datenschutzerklärung und die Einwilligung zu Bild- & Filmrechten anerkannt. Ebenfalls wird mit der Bewerbung bestätigt, dass dem Ehrenkodex „Prävention sexualisierte Gewalt im Sport“ zugestimmt wird. Diese Dokumente sind beim Online-Formular verlinkt.

#### Verlinkung Online-Anmeldung Helfer\*in SO Landesspiele 2022:

<https://forms.office.com/r/cBN9pdQR4a>

### 1.4. Wie werde ich auf meinen Einsatz vorbereitet?

Jede\*r Helfer\*in erhält im Vorfeld der Special Olympics Landesspiele die Möglichkeit, an einer zentralen **Schulungsveranstaltung** teilzunehmen. In dieser Veranstaltung werden vor allem folgende Inhalte angesprochen:

- Was ist Special Olympics Rheinland-Pfalz e.V.?
- Umgang mit Menschen mit geistiger Behinderung
- Special Olympics Landesspiele 2022
- Tätigkeit als Helfer\*in bei den Landesspielen 2022

Diese Schulung findet gemeinsam mit Helfer\*innen aus allen Bereichen statt. Daher wird zusätzlich am ersten Einsatztag ebenfalls eine **spezifische Einweisung** für die Helfer\*innen an ihrem Einsatzort erfolgen.

### 1.5. Welche Unterstützung erhalte ich während meines Einsatzes?

Alle Helfer\*innen erhalten eine Akkreditierungskarte, mit der sie als Helfer\*in erkannt werden. Des Weiteren ist die **Akkreditierungskarte** notwendig, um kostenfrei ein **Mittagessen (21. & 22.09.)** und **Getränke vor Ort** zu erhalten sowie den Zutritt zu bestimmten Veranstaltungsbereichen.

Jede\*r Helfer\*in erhält zudem ein **Special Olympics T-Shirt**. Die Akkreditierungskarte und das Helfer\*innen-Shirt erhalten die Helfer\*innen am jeweiligen Einsatzort im Rahmen der Spiele. Bei Bedarf ist ebenfalls eine Übergabe im Vorfeld der Spiele möglich.

Für alle Helfer\*innen der Landesspiele besteht eine **Unfall- & Haftpflichtversicherung** über den Veranstalter. Im Anschluss an die Veranstaltung erhält jede\*r Helfer\*in bei Bedarf ein **Zertifikat** über die ehrenamtliche Tätigkeit.

Sollte ein **Freistellungsantrag zur Vorlage beim Arbeitgeber / Schreiben zur Unterstützung des Engagements** benötigt werden, bitten wir um schriftliche Anfrage an Special Olympics Rheinland-

Pfalz e.V. (helfer@so-rlp.de). Für den Freistellungsantrag werden der Unternehmensname, die Adresse und die Ansprechpartner\*in benötigt.

### **1.6. Wie erhalte ich eine Unterkunft im Rahmen der Spiele?**

Die An- & Abreise zur Volunteer-Schulung sowie dem Einsatz im Rahmen der Landesspiele erfolgt in Eigenregie. Kosten für Anreise und möglicherweise notwendige Unterkunft können leider nicht von Special Olympics getragen werden.

Die Koblenz Touristik GmbH hilft Ihnen gerne bei der Suche nach einer passenden Unterkunft.

#### **Koblenz Touristik GmbH**

Bahnhofplatz 7

56068 Koblenz

Tel. 0261 / 30 388 -32

lorena.bach@koblenz-touristik.de

## **2. Welche Helfer\*innen-Positionen gibt es?**

### **2.1. Akkreditierung**

Die Helfer\*innen der Akkreditierung sorgen dafür, dass alle Teilnehmer\*innen der Veranstaltung ihre Akkreditierungsunterlagen und evtl. Einkleidung erhalten. Das Aufgabenfeld beinhaltet:

- Ausgabe der Akkreditierungsunterlagen an Delegationen und Helfer\*innen
- Ausgabe von Teilnehmerbeuteln an die Teilnehmer\*innen
- Erfassung der ausgegebenen Akkreditierungen
- Ausgabe der Helfer\*inneneinkleidung

Einsatzzeitraum: 20. September 2022 (Vor- & Nachmittag)

### **2.2. Besucher\*innen- und Gästeservice**

Die Helfer\*innen im Besucher\*innen- und Gästeservice sorgen für das Wohl der Teilnehmer\*innen und Gäste. Für alle Helfer\*innen im Bereich Besucher\*innen- und Gästeservice sind Ortskenntnisse von Vorteil.

Das Aufgabenfeld beinhaltet:

- Gästeservice während der Eröffnungsfeier, beim Empfang und bei der Abschlussfeier
- Info-Service für die Besucher\*innen der Veranstaltung
- Betreuung Gäste während der Veranstaltung
- Auskunft erteilen über Örtlichkeiten, Zeitpläne, Starterlisten und Siegerlisten
- Begrüßung und Wegeleitung der Gäste/Besucher\*innen während der Veranstaltung



### **2.3. EDV / Ergebnisdienst**

Die Helfer\*innen im EDV sollten gute Computerfähigkeiten mitbringen. Im Idealfall haben sie einen beruflichen Hintergrund aus dem Informatik-Bereich. Das Aufgabenfeld beinhaltet:

- Unterstützung beim Einrichten der EDV Systeme in den einzelnen Bereichen
- Unterstützung bei Problemfällen während der Veranstaltung
- Unterstützung des Ergebnisdienstes der Sportarten

### **2.4. Fahrdienst / Transportservice**

Die Helfer\*innen im Fahrdienst/ Transportservice sind für alle Fahrten im Rahmen der Veranstaltung zuständig. Für diesen Bereich sind mehrere Jahre Fahrerfahrung und Ortskenntnisse erforderlich. Das Aufgabenfeld beinhaltet:

- Shuttlefahrten für Gäste
- Shuttlefahrten für Presse
- Logistik-Shuttle
- Evtl. Sportstättenshuttle bei Bedarf

### **2.5. Logistik / Allrounder**

Die Logistik/ Allrounder-Helfer\*innen haben ein abwechslungsreiches Einsatzgebiet. Hier kann es auch einmal zu unvorhergesehenen Aufgaben kommen. Die Logistik/ Allrounder werden überall eingesetzt wo gerade Unterstützung benötigt wird. Das Aufgabenfeld kann z.B. beinhalten:

- Getränkeausgabe an den Sportstätten
- Umbauten von Sportstätten/Siegerehrungsbühnen
- Kleine Besorgungen
- Einsatz in anderen Bereichen, wo Lücken aufgetreten sind

Einsatzzeitraum: 20. – 22. September 2022 sowie im Vorfeld und Nachgang der Spiele.

### **2.6. Medien-Team**

Die Helfer\*innen im Medien-Team unterstützen unsere Medienverantwortlichen und Fotografen bei der Pressearbeit und sorgen somit dafür, dass die Veranstaltung auch in der Öffentlichkeit wahrgenommen wird. Vorerfahrung im Bereich Redaktion/Presse sind von Vorteil.

Das Aufgabenfeld beinhaltet:

- Erstellung von Pressemeldungen & Social Media-Inhalten
- Foto- & Videoaufnahmen der Spiele
- Ergebnislisten besorgen, Namen der fotografierten Personen dokumentieren etc.
- Organisationshelfer\*innen unterstützen das Presseteam bei der Akkreditierung der Medienvertreter\*innen, der allgemeinen Organisation und stehen den Medienvertreter\*innen für organisatorische Fragen zur Verfügung
- Redaktionshelfer\*innen unterstützen das Presseteam mit der Erstellung von Berichten von den Wettbewerben, dem Rahmenprogramm und weiterer redaktioneller Aufträge für den Pressedienst, die Berichterstattung auf der Website etc.
- Auch das Sammeln von Stimmen und Zitaten gehört zum Aufgabenbereich.

## 2.7. Rahmenprogramm

Zum Rahmenprogramm von Special Olympics gehört die Eröffnung- und Abschlussfeier sowie der Begegnungsabend „Koblenz feiert – alle inklusive“. Der Einsatz findet hauptsächlich nachmittags und abends statt.

Das Aufgabenfeld beinhaltet:

- Einweisen und Platzierung der Gäste
- Unterstützung Backstage, Einweisung Künstler\*innen
- Unterstützung der Bühnenumbauten
- Ansprechpartner für Gäste
- Einlasskontrolle

## 2.08. Sportartenhelfer\*innen

In jeder Sportart werden Helfer\*innen eingesetzt, die bei der Umsetzung der Wettbewerbe und der Betreuung der Teilnehmer\*innen zur Seite stehen. Generell unterstützen die Helfer\*innen das Orga-Team der jeweiligen Sportart. Das Aufgabenfeld beinhaltet:

- Starter, Aufruf und Begleitung der Mannschaften
- Bedienen der Beschallungsanlage
- Unterstützung der offiziellen Schiedsrichter\*innen
- Unterstützen der Athlet\*innen auf der Strecke bei Sturz o.ä.
- Unterstützen der Athlet\*innen beim Aufgang des Übungshanges evtl. Material tragen
- Streckenposten
- Startnummernabnahme
- Empfangen der Athlet\*innen im Zielbereich
- Getränkeausgabe an den Sportstätten
- Unterstützen bei der Siegerehrung

## 2.09. Verpflegung

Während den Special Olympics Landesspiele werden die Teilnehmer\*innen, Trainer\*innen, Helfer\*innen, Orga-Teams mittags verpflegt. Für die Ausgabe des Mittagssessens werden Helfer\*innen eingesetzt. Das Aufgabenfeld beinhaltet:

- Essens- und Getränkeausgabe (Lunchpakete)
- Prüfen der Akkreditierung
- Sauberhalten der jeweiligen Örtlichkeit
- Schaffen einer angenehmen Atmosphäre im Verpflegungsbereich
- Bestuhlung prüfen und aufrechterhalten
- Ggf. Müllentsorgung

## 2.10. Weitere Positionen

**Im Vorfeld der Landesspiele (voraussichtlich. 12. -19.09.)**

- Vorbereiten Akkreditierungsunterlagen
- Packen der Teilnehmer\*innenbeutel

- Materialtransporte
- Botendienste
- Vorbereiten Helfer\*innenbekleidung /Orga-Bekleidung
- Aufbau Werbemittel
- Aufbau Sportstätten / Veranstaltungsstätten

#### **Nach der Veranstaltung** (voraussichtlich 22/23./24.09.)

- Abbau Werbemittel
- Abbau Sportstätten/Veranstaltungsstätten
- Aufräumarbeiten
- Inventur Lagermaterialien

In den Bereichen Auf- und Abbau ist es auch möglich an einzelne Einsatztagen zu helfen.

### **3. Das Sportprinzip von Special Olympics**

#### **Klassifizierungen und Finalwettbewerbe**

Das Klassifizierungssystem von Special Olympics ist der fundamentale Unterschied zu allen anderen Sportorganisationen. Das Special Olympics Konzept ermöglicht Athlet\*innen aller Leistungsstufen faire und spannende Wettbewerbe.

Es gibt keine Ausscheidungswettbewerbe, sondern Wettbewerbe in verschiedenen Leistungsgruppen. Die Wettbewerbe bei Special Olympics sind so strukturiert, dass die Athlet\*innen in einer homogenen Leistungsgruppe nur gegen Athlet\*innen mit einem vergleichbaren Leistungsniveau antreten. Die Zusammenstellung der Leistungsgruppen (Klassifizierung) erfolgt anhand der gemeldeten Bestleistungen (Skill Tests) und der vor Ort erbrachten Vorleistungen, welche jeweils am ersten Wettbewerbstag der Sportarten überprüft werden. Sieger und Platzierungen werden für jede einzelne Leistungsgruppe ermittelt. Der Leistungsunterschied innerhalb der Gruppe soll nicht mehr als 15% (Richtwert) betragen.

Im Anschluss der Klassifizierungen finden die Finalwettbewerbe in den jew. Leistungsgruppen statt.

#### **Siegerehrungen**

Entsprechend des Special Olympics Konzeptes werden die ersten drei einer Leistungsgruppe mit Medaillen, die nachfolgenden mit Platzierungsschleifen geehrt.

Die Siegerehrung ist bei Special Olympics ein zentraler Aspekt. Jede\*r Athlet\*in wird geehrt und erhält somit ihre\*seine Anerkennung für die Leistung.

#### **Unified-Sports®**

Durch das Unified Sports® Programm - gemeinsames Training und Teilnahme an Wettbewerben von Menschen mit und ohne geistiger Behinderung in gemeinsamen Teams – wird die Inklusion von Menschen mit geistiger Behinderung gefördert. Dabei soll die Zusammensetzung der Teams so gestaltet sein, dass die Athlet\*innen mit Behinderung und die "Partner" etwa vergleichbares Alter und ähnliches sportliches Leistungsniveau haben und sich über regelmäßiges gemeinsames Training kennen.

## Wettbewerbe bei den Landesspielen 2022

Bei den Special Olympics Landesspielen in Koblenz finden verschiedenen Wettbewerbssportarten sowie das Wettbewerbsfreie Angebot, an dem die Athlet\*innen teilnehmen können, statt.

Wettbewerbssportarten: Badminton, Boccia, Bowling, Fußball, Golf, Judo, Leichtathletik, Radfahren, Schwimmen, Tennis und Tischtennis

## 4. Das Rahmenprogramm

### 4.1. Inklusiver Fackellauf

Der Fackellauf stellt auch in Koblenz den Auftakt der Spiele dar. Im Rahmen des symbolischen Akts wird die „Flamme der Hoffnung“ von allen Teilnehmer\*innen der Spiele und der Bevölkerung der Stadt gemeinsam auf einer ca. 2 km langen Strecke feierlich durch die Innenstadt von Koblenz zum Platz der Eröffnungsfeier getragen. Die Strecke wird dabei gehend in der Gruppe zurückgelegt. **Alle Helfer\*innen sind herzlich zu einer Teilnahme eingeladen.**

### 4.2. Eröffnungs- und Abschlussfeier

Ein wichtiges Element von Landesspielen sind die Eröffnungs- und Abschlussfeier. Die beiden Veranstaltungen werden entsprechend des Special Olympics Zeremoniells in der Koblenzer Innenstadt durchgeführt. **Alle Helfer\*innen sind herzlich zu einer Teilnahme eingeladen.**

### 4.3. Weiteres Rahmenprogramm

#### Familienprogramm

Das Programm ermöglicht Familien, an den Fähigkeiten ihrer Kinder teilzuhaben, die Freude und den Spaß von SO Veranstaltungen mit anderen Familien zu teilen und an ganzjährigem Sporttraining und Wettbewerb teilzunehmen.

#### Gäste- und Besucherservice

Beim Gäste- und Besucher\*innenservice werden diese willkommen geheißen. Die Besucher\*innen erhalten Informationen über die Veranstaltung und Special Olympics generell.

## 5. Ansprechpartnerin

Bei Rückfragen zum Helferprogramm allgemein oder den einzelnen Bereichen steht Ihnen **Melanie Brumm** von Special Olympics Rheinland-Pfalz e.V. unter folgenden Kontaktdaten jederzeit gerne zur Verfügung.

**Special Olympics Rheinland-Pfalz e.V.**

**Melanie Brumm**

Tel. 0261 / 135 252

helfer@so-rlp.de