

Zwei Jahre Geh-Treff Verl

Positives Fazit: Die fünf Gehtreffs haben sich zu einem wirkungsvollen Rezept für mehr Gesundheit und Wohlbefinden entwickelt. Eigentlich wäre noch deutlich mehr Nachfrage da. Vor allem Frauen sind dabei

■ **Verl** (nw). „Zuerst war das ganz schön anstrengend“, erinnert sich Gehtreff-Patin Elke-Marie Fedeler und zitiert dabei eine Teilnehmerin des Gehtreffs, die von der ersten Stunde an dabei ist. „Heute ist das jedoch kein Problem mehr, eine Stunde zu Fuß unterwegs zu sein“, berichtet Elke-Marie Fedeler über ihre Gehtreff-Teilnehmerin.

Zu einem zweistündigen Gedankenaustausch trafen sich vor einigen Tagen die knapp zehn Gehwegpaten und -patinnen, sowie Kooperationspartner und Veranstalter Sandra Hasenbein (Stadt Verl, FB Soziales), Margret Eberl (KSB Gütersloh) und Jörg Peters (TV Verl) in der Geschäftsstelle des Turnvereins. Die Gehwegpaten berichteten von ihren Erfahrungen und stellten einstimmig fest: „Einsamkeit macht krank, besonders ältere Menschen brauchen Kontakte, und über das kostenlose Geh-Angebot kann jeder von ihnen auch eine Menge für seine Gesundheit tun.“

Doch nicht nur das regelmäßige Gehen durch Verl und die Stadtteile Bornholte, Kaunitz und Sürenheide ist der Gesundheit und dem Wohlbefinden der Gehtreff-Teilnehmer förderlich. „Der Mitzieh-Effekt, der Trainingserfolg und nicht zuletzt das soziale Miteinander und die menschlichen Kontakte lassen die eine Stunde wie im Fluge vorübergehen“, berichtet Gehtreff-Patin Elisabeth Echterhoff über ihre positiven Erfahrungen.

Als im Frühsommer 2016 der Geh-Treff sich das erste Mal in Bewegung setzte, ahnte noch niemand, wie die Aktion des Turnvereins Verl und dessen Kooperationspartnern, die Stadt Verl und der Kreissportbund Gütersloh, sich entwi-



Engagieren sich ehrenamtlich: Die Gehtreff-Paten und Veranstalter ziehen nach fast zwei Jahren „Geh-Treff-Verl“ ein sehr positives Fazit. Neben der Bewegung werden vor allem die sozialen Kontakte als großer Gewinn empfunden.

FOTO: TV VERL

ckeln würde. Heute nehmen zwischen fünf und acht Frauen zwischen 60 und 80 Jahre je Gruppe regelmäßig an den insgesamt fünf kostenlosen Geh-Angeboten teil. „Schade, dass so gut wie keine Männer dabei sind“, weiß Brigitte Wever aus Bornholte zu berichten. „Wir haben eine richtige tolle Gemeinschaft entwickelt, und zum Abschluss der Bewegungsstunde trinken wir meistens noch einen Kaffee in der Bornholter Tankstelle“, freut sich die Gehpatin. Brigitte Wever hat in den fast zwei zu-

rück liegenden Jahren ein wenig Statistik geführt: „Fast einhundert Mal haben wir uns zum gemeinsamen Gehen getroffen und es haben insgesamt etwa vierhundert Personen allein am Gehtreff in Bornholte teilgenommen“, weiß die engagierte Frontfrau aus Bornholte nicht ohne Stolz zu berichten.

Jörg Peters vom TV Verl würde gerne noch einen weiteren Geh-Treffpunkt einrichten, denn die Nachfrage ist da, besonders in den Alteinrichtungen in Verl besteht offen-

sichtlich Bedarf. Doch die Gehtreff-Paten sind zeitlich ausgelastet, so dass neue Paten, aber auch Geh-Treff-Teilnehmer jederzeit herzlich willkommen sind.

Damit die Geh-Treff-Aktion optisch mehr Aufmerksamkeit erzielt, „möchten wir diese mit Signalwesten und Logoaufdruck beglücken“, so Sandra Hasenbein, Margret Eberl und Jörg Peters. „Dafür suchen wir noch einen Sponsor, der diese kostengünstige, aber wirkungsvolle Aktion finanziell unterstützt.“ Interes-

senten melden sich bitte beim TV Verl, Tel. (0 52 46) 9 36 47 47 oder per Mail: turnverein-verl@t-online.de.

Die Geh-Treff-Termine: Dienstag, 15 Uhr, Geschäftsstelle des TV Verl, St.-Anna-Str. 34a; Dienstag, 14 Uhr, Tankstelle Bornholte, Bergstr. 16; Dienstag, 14 Uhr, Sürenheide, Haus Ohlmeyer, Brummelweg 125; Mittwoch, 11 Uhr, Kaunitz, Kirche St. Maria Immaculata, Fürst-Wenzel-Platz 3 bis 4; Donnerstag, 15 Uhr, Bäckerei Vorbeck, Österwieherstr. 89.