

Radtouren für Demenzkranke starten bald

Kreis Gütersloh (ew) - „Mittendrin bewegt statt außen vor“ – das ist seit 2014 Motto des Projekts „Sport für Menschen mit Demenz“ – getragen durch ein lokales Netzwerk im Kreis Gütersloh. In Rietberg ist nun die Aktion „Einfach mal Radfahren“ als ein bewegungsorientiertes Freizeitangebot für Menschen mit beginnender Demenz und deren Angehörige gestartet worden.



Einfach mal Radfahren: Für das Angebot für Frühdemenz-Erkrankte im Rahmen des Projekts „Sport für Menschen mit Demenz“ im Kreis Gütersloh engagieren sich außer der Alzheimer Gesellschaft insbesondere (v. l.) vom RSC Rietberg Helmut Stockmeier, Franz-Josef Große-Buxel, Birgit Jaschkowitz (TV Werther), Elisabeth Kepa, Margret Eberl (Kreissportbund), Edmund Kepa und Norbert Spexard. Bild: Wieneke

Der erste Versuch stand allerdings unter einem schlechten Stern: Wegen eines gesundheitlichen Notfalls eines Organisators aus dem Kreis der Alzheimer Gesellschaft Gütersloh musste die erste Fahrt mit Teilnehmern abgesagt werden.

Radeln regt Sinne an

Das Versprechen des Radsportclubs (RSC) Rietberg steht trotzdem: Die Aktiven wollen ihr Angebot als versierte Routenplaner und fachkundige Begleiter der frühdemementen Radler fortführen. „Das Engagement von Helmut Stockmeier und seiner Mitstreiter ist ungebrochen und die RSC-Aktiven begegnen der Idee vom Sport für Menschen mit Demenz mit bewundernswerter Offenheit“, sagt Margret Eberl vom Kreissportbund. „Das Radeln durch die Landschaft und die Bewegung regen alle Sinne an, geben ein gutes körperliches Gefühl und tun einfach nur wohl“, ergänzt sie. Doch das Entscheidende für Eberl sei, dass an Demenz erkrankte Menschen dabei Gemeinschaft erleben sowie soziale Einbindung und gesellschaftliche Teilhabe erfahren.

Sport hat positiven Effekt

1,5 Millionen demenziell erkrankte Menschen – mit steigender Tendenz – leben in Deutschland. Demenz sei ein Thema, das viele betrifft und daher alle zum Handeln aufruft. Gerade im frühen Stadium der Erkrankung seien noch viele Aktivitäten möglich. Sport und Bewegung gehörten als wichtige, aber bisher noch viel zu oft unterschätzte Helfer unbedingt dazu. Sport und Bewegung spielten außer Therapie und medizinischer Betreuung eine wichtige Rolle, wenn es um die alltagsbezogene Bewältigung der Krankheit gehe. So zeigten Studien, dass regelmäßige Bewegungsaktivitäten helfen können, krankheitsbedingte Defizite im geistigen, körperlich-motorischen und im sozial-emotionalen Bereich zu kompensieren.

Im lokalen Netzwerk im Kreis Gütersloh und für das Projekt „Sport für Menschen mit Demenz“ engagieren sich der Kreissportbund, die Alzheimer Gesellschaft, der Wiedenbrücker TV, der TV Werther, der Gütersloher TV und die Diakonie-Aktion „Atempause“.

Radtouren für Demenzkranke nach Notfall verschoben

Misslungene Premiere: Der Auftakt der Aktion „Einfach mal Radfahren“ stand unter keinem guten Stern. Der Radsportclub Rietberg will das Angebot aber fortsetzen

■ **Kreis Gütersloh (ew).** „Mittendrin bewegt statt außen vor“ – das ist seit 2014 Motto des Projekts „Sport für Menschen mit Demenz“ – getragen durch ein lokales Netzwerk im Kreis Gütersloh. In Rietberg ist nun die Aktion „Einfach mal Radfahren“ als ein bewegungsorientiertes Freizeitangebot für Menschen mit beginnender Demenz und deren Angehörige gestartet worden.

Der erste Versuch stand allerdings unter einem schlechten Stern: Wegen eines gesundheitlichen Notfalls eines Organisators aus dem Kreis der Alzheimer Gesellschaft Gütersloh musste die erste Fahrt mit Teilnehmern abgesagt werden. Die Enttäuschung stand den weiteren Beteiligten – Margret Eberl vom Kreissportbund und Birgit Jachkowitz (TV Werther) sowie Helmut Stockmeier (Radsportclub Rietberg) – förmlich ins Gesicht geschrieben.

Das Versprechen des Radsportclubs (RSC) Rietberg steht trotzdem: Die Aktiven



Einfach mal Radfahren: Für das Angebot für Frühdemenz-Erkrankte engagieren sich (v. l.) Helmut Stockmeier, Franz-Josef Große-Buxel, Birgit Jaschkowitz, Elisabeth Kepa, Margret Eberl, Edmund Kepa und Norbert Spexard.

FOTO: WIENEKE

wollen ihr Angebot als versierte Routenplaner und fachkundige Begleiter der frühdemenden Radler fortführen. „Das Engagement von Helmut Stockmeier und seiner Mitstreiter ist ungebrochen und die RSC-Aktiven begegnen der Idee vom Sport für Menschen mit Demenz mit bewundernswerter Offenheit“, sagt Margret Eberl. „Das Radeln durch die Landschaft und die Bewegung regen alle Sinne

an, geben ein gutes körperliches Gefühl und tun einfach nur wohl“, ergänzt sie. Doch das Entscheidende sei, dass an Demenz erkrankte Menschen dabei Gemeinschaft erleben sowie soziale Einbindung und gesellschaftliche Teilhabe erfahren, so die Vertreterin des Kreissportbundes.

1,5 Millionen demenziell erkrankte Menschen – mit steigender Tendenz – leben in Deutschland. Demenz sei ein

Thema, das viele betrifft und daher alle zum Handeln aufruft. Gerade im frühen Stadium der Erkrankung seien noch viele Aktivitäten möglich. Sport und Bewegung gehörten als wichtige, aber bisher noch viel zu oft unterschätzte Helfer unbedingt dazu. Sport und Bewegung spielten außer Therapie und medizinischer Betreuung eine wichtige Rolle, wenn es um die alltagsbezogene Bewältigung der Krankheit gehe. So zeigten Studien, dass regelmäßige Bewegungsaktivitäten helfen können, krankheitsbedingte Defizite im geistigen, körperlich-motorischen und im sozial-emotionalen Bereich zu kompensieren.

Im lokalen Netzwerk im Kreis Gütersloh und für das Projekt „Sport für Menschen mit Demenz“ engagieren sich der Kreissportbund, die Alzheimer Gesellschaft, der Wiedenbrücker TV, der TV Werther, der Gütersloher TV und die Diakonie-Aktion „Atempause“.