



FC Stukenbrock-Vorstandsmitglied Hans-Jürgen Brink (v. l.), Maria Brock von der Stadt, Heide Oesterwinter-Suckow von der TG Sende, Margret Eberl vom Kreissportbund Gütersloh und Christiane Vornholt von der Stadt hoffen, dass sich möglichst viele Paten und Teilnehmer begeistern lassen. FOTO: PRIGNITZ

Geh-Treff-Paten werden gesucht

Schon bald sollen begleitete Spaziergänge für ältere Mitbürgerstattfinden.

■ **Schloß Holte-Stukenbrock (kap).** Spazieren gehen ist gesund, fördert die Gemeinschaft und macht Spaß. Wer sich auch im fortgeschrittenen Alter gemeinsam mit anderen an der frischen Luft bewegen möchte, für den soll es demnächst ein neues, ungezwungenes und kostenloses Angebot geben.

Bundesweit sind in den vergangenen Jahren bereits etliche Geh- und Spaziertreffs entstanden. Auch in einigen Städten des Kreises Gütersloh wie etwa in Verl stoßen sie auf große Resonanz. „Aktuell engagieren sich nahezu 50 Freiwillige als Geh-Treff-Paten und betreuen an insgesamt zehn Standorten in vier Kommunen die wöchentlich stattfindenden Spazierstunden, an denen kreisweit inzwischen mehr als 100 ältere Menschen regelmäßig teilnehmen“, berichtet Margret Eberl vom Kreissportbund von einer Erfolgsgeschichte.

Sie soll jetzt in Schloß Holte-Stukenbrock fortgesetzt werden. Ursprünglich war der Start schon vor Monaten geplant. Corona kam dazwischen. Nun sind Christiane Vornholt und Maria Brock vom Fachbereich für Soziales bei der Stadt als Veranstalter

optimistisch, dass es losgehen kann. Mit ins Boot geholt werden konnten der FC Stukenbrock und die TG Sende.

„Raus aus der Stube, rein in die Stadt! Schritt für Schritt zu mehr Gesundheit im Alter!“, so lautet das Motto. „Die Geh-Treffs sollen dazu beitragen, die Begegnungs- und Bewegungsmöglichkeiten für ältere Menschen vor Ort zu erweitern“, erläutert Margret Eberl.

Im Mittelpunkt stehen Geselligkeit und Gesundheit

„Dieses Angebot richtet sich vor allem an ältere Menschen, die nicht allein gehen wollen oder können, sondern sich in einer Gruppe geselliger, sicherer und mobiler fühlen“, ergänzt Maria Brock.

Der Kreissportbund sorgt für die fachliche Beratung. Gefördert wird das Vorhaben durch den Landessportbund NRW im Rahmen des Programms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“. Hans-Jürgen Brink vom FC Stukenbrock und Heide Oesterwinter-Suckow von der TG Sende sind guten Mutes, zwei Fliegen mit einer Klappe schlagen zu können. „Wir haben viele ältere

passive Mitglieder, die wir mit diesem Angebot hoffen, wieder aktivieren zu können“, so stellt Hans-Jürgen Brink den positiven Nebeneffekt heraus. Weitere Vorteile, ergänzt Margret Eberl, seien der Erhalt der Mobilität, die Aktivierung des Herz-Kreislaufsystems, die Sturzprävention, die soziale Teilhabe und nicht zuletzt die Demenzprophylaxe.

Margret Eberl berichtet, dass zunächst mit einem Geh-Treff begonnen werden soll. „Danach wollen wir das Angebot kontinuierlich steigern“, kündigt sie an. Damit es bald losgehen kann, suchen die Initiatoren Freiwillige, die Zeit und Lust haben, als Patin oder Pate einen Geh-Treff zu begleiten. Wer Interesse hat, sich unverbindlich in lockerer Runde bei einer Tasse Kaffee über das Vorhaben zu informieren, ist herzlich eingeladen, am Mittwoch, 26. August, in der Zeit von 14.30 bis 15.30 Uhr in das Rathaus, Raum 128, zu kommen.

Wer Geh-Treff-Leiter werden möchte, für den wird es eine vierstündige Schulung geben. Sie soll am 1. September stattfinden, informiert Margret Eberl. Weitere Schulungen an anderen Terminen seien ebenfalls möglich.