

Gehreff-Initiative stößt auf reges Interesse – Weitere Schulung an diesem Donnerstag geplant

Schritt für Schritt mehr Gesundheit

Von
Malte Krammenschneider

HALLE-BOKEL (WB). Unter dem Motto „Raus aus der Stube, rein in den Ort! Schritt für Schritt zu mehr Gesundheit im Alter“ hatten die Haller Ehrenamtsbörse, die TSG Kölkebeck-Bokel und der Bokeler Heimatverein kürzlich zu einem interessanten Info-Abend eingeladen. Ziel aller Beteiligten ist es, mit Geh-Treffs in der Stadt Halle sowie den Ortsteilen neue Begegnungs- und Bewegungsmöglichkeiten für all jene zu schaffen, die mit Joggen, Nordic-Walking oder Radfahren nicht mehr viel anfangen können.

„Gehen hat einen größeren Wert als viele glauben. Man bewegt sich kontinuierlich in einem angenehmen Tempo, man betreibt Sturzprävention, es macht den Kopf frei und ist gut für den Blutkreislauf. Wir zahlen damit definitiv auf unser Gesundheitskonto ein“, sagt Margret Eberl vom Kreis-sportbund, die an diesem Abend zu Gast im Bokeler Gemeindehaus ist und mit einem Vortrag deutlich

macht, welch großes Potenzial sie in den vielerorts bereits bestehenden Geh-Treffs sieht.

Damit diese sich etablieren können bedarf es wie die Organisatoren deutlich machen jedoch sogenannter „Geh-Paten“. „Das sind Leute, die die Organisation einer Gruppe übernehmen, sie anleiten und mit Begeisterung dabei sind“, erklärt Margret Eberl, deren Vortrag auf reges Interesse stößt. Ganz zur Freude von Nicole Schmeichel von der Haller Ehrenamtsbörse, die viel vom Konzept hält. „Wir haben hier einen hohen Bedarf erkannt. Wie ich finde, eine tolle Möglichkeit sich in der Gemeinschaft zu bewegen“, sagt Schmeichel, laut der die Geh-Treffs bei entsprechender Nachfrage auch in weiteren Haller Ortsteilen etabliert werden sollen.

Um den Prozess der Gruppenbildung samt Paten voranzubringen, findet am Donnerstag, 2. September, von 14 Uhr bis 18 Uhr übrigens eine Schulung im Bokeler Gemeindehaus statt, bei der das Thema „Gehen“



Wollen in Bokel und anderen Ortsteilen sogenannte Geh-Treffs etablieren: (von links) Nicole Schmeichel (Ehrenamtsbörse), Joachim Boidol (Heimatverein Bokel-Tatenhausen) und Margret Eberl (Kreis-sportbund Gütersloh).

Foto: Krammenschneider

noch einmal vertieft wird. „Es geht dann noch einmal darum aufzuzeigen, was das gesundheitsfördernde daran

ist, was ich wissen muss um eine Gruppe zu leiten und wie ich es in mein Zeitbudget einarbeite“, kündigt

Margret Eberl an, die von der Resonanz in Bokel beim Vorstellen der Idee mehr als angetan ist.