



Ganz schön sportlich: Hier die Seniorensportgruppe Marienfeld mit „Vorturner“ Dietrich Möller.

FOTO: ROBERT BECKER

# Wie man nach Krankheit fit wird

**Aktionstag:** Der Kreissportbund und der TV Wiedenbrück veranstalten „Sport in der Rehabilitation“. So wird darüber informiert, wie Sport in der Krebsnachsorge oder nach einem Schlaganfall eingesetzt werden kann

Von Robert Becker

■ **Kreis Gütersloh.** Der demografische Wandel, der Anstieg der Lebenserwartung und gleichzeitig ein Anspruch an körperliche Bewegung: Es gibt viele Gründe, warum der Sport für Menschen nach Erkrankungen und Rekonvaleszenz zunehmend an Bedeutung gewinnt, zumal häufig die Älteren betroffen sind. Für den Samstag, 23. September, laden der Kreissportbund (KSB) Gütersloh und der Wiedenbrücker TV (WTV) als Partnerverein ein zum Aktionstag „Sport in der Rehabilitation“.

## KSB will Reha-Sport zukunftsorientiert ausbauen

Angesprochen sind in erster Linie Übungsleiter sowie Funktionsträger der Vereine, aber auch Mitarbeiter des kommunalen Gesundheitssystems. Aktuell läuft beim KSB eine Ausbildung für Übungsleiter im Reha-Sport mit 17 neuen Anwärtern. Für 2018 ist ein weiterer Lehrgang geplant. Mit dem Besuch des Aktionstages können

Übungsleiter aller Fachrichtungen ihre Fortbildungsstunden nachweisen. 40 Personen haben sich bereits angemeldet. Weil auch einige Praxisbeispiele gezeigt werden, ist der Aktionstag auch für Aktive interessant.

Thematisiert wird unter anderem, wie Sport in der Krebsnachsorge durchgeführt werden kann. Die sportliche

Begleitung früherer Schlaganfallpatienten oder die Unterstützung für Menschen mit orthopädischen Erkrankungen stehen bei den Vorträgen ebenfalls im Blickpunkt. Der Kreissportbund betrachtet den Reha-Sport bereits jetzt als einen wichtigen Baustein innerhalb des Gesundheitssystems und möchte diesen Zweig bedarfsgerecht und zukunfts-

orientiert im Kreis Gütersloh mitgestalten, sagt Franziska Holz vom Kreissportbund. Der KSB möchte ein „Netzwerk Reha-Sport“ aufbauen, das entsprechende Treffen organisiert, um dort über Neuerungen informieren zu können. Auch an den Aufbau einer Übungsleiterbörse habe man gedacht, sagt Franziska Holz.

Der Aktionstag findet von 9.30 bis 17 Uhr statt in der Sporthalle des Reckenberger-Berufskollegs Am Sandberg 21 in Rheda-Wiedenbrück. Partner des Aktionstages sind der WTV, der bereits zahlreiche Angebote im Bereich Reha-Sport hat, und der Landessportbund mit dem Programm „Bewegt gesund bleiben in NRW“.

## Kurz gefragt: Franziska Holz, Referentin beim Kreissportbund

An wen wendet sich der Aktionstag „Sport in der Rehabilitation“?

**FRANZISKA HOLZ:** In erster Linie an Übungsleiter. Der Aktionstag kann zur Lizenzverlängerung genutzt werden. Der Tag richtet sich aber auch an Betroffene. Es gibt Mitmach-Angebote und viele Praxisbeispiele.

Welche Ziele setzen Sie?

**HOLZ:** Der Aktionstag soll dazu genutzt werden, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus den Vereinen sowie Interessierte umfassend über das Thema Reha-Sport zu informieren und konkrete, praxisnahe Hilfestellungen und Kompetenzen zu vermitteln.

Wie viele Besucher werden kommen?

**HOLZ:** Eingeladen sind alle Übungsleiter im Kreis. 40 haben sich fest angemeldet. Wir rechnen zusätzlich mit einer interessierten Laufkundschaft, also insgesamt 100 Personen.

Ist Reha-Sport für den Kreissportbund ein neues Feld?

**HOLZ:** Nein, da sind wir schon seit einigen Jahren aktiv. Der Aktionstag soll den Reha-Sport nun etwas präsenter machen. Unser Partner, der Wiedenbrücker TV, ist auf diesem Gebiet bereits ein großer Anbieter.

Die Nachsorge nach Krebs-erkrankungen oder Schlagan-



**Organisatorin:** Franziska Holz vom Kreissportbund Gütersloh.

FOTO: ROBERT BECKER

fall – sind das nicht eher Aufgaben für medizinisches Personal?

**HOLZ:** Die Frage für unsere Übungsleiter lautet: Wie

gehe ich als Übungsleiter damit um, wenn ein Patient nach einer Chemotherapie oder nach einem überstandenen Schlaganfall in meine Trainingsgruppe kommt. Damit umzugehen, das wird vermittelt.

Gibt es eine spezielle Übungsleiterausbildung?

**HOLZ:** Ja, aktuell läuft eine Ausbildung für den Fachbereich Orthopädie mit 17 Teilnehmern. Im kommenden Jahr ist eine weitere geplant. Die Ausbildung geht über 105 Lerneinheiten á 45 Minuten beziehungsweise über sieben Wochenenden.

Das Gespräch führte Robert Becker