

Sport gegen das Vergessen

Experten tauschen sich über Bewegungsangebote für Demenzerkrankte aus

■ Von Nina Strakeljahn

Bad Oeynhausen (WB). Für Menschen mit einer Demenzerkrankung ist Sport wichtig. Während des Praxis-Workshops »Sport und Frühdemenz« haben sich Übungsleiter und Interessierte über geeignete Sport- und Bewegungsangebote ausgetauscht.

»Das zentrale Ziel des Workshops ist, Mut zu machen, in örtlichen Vereinen Sportangebote für Menschen mit Demenz anzubieten«, erklärt Hartmut Schilling vom Verein Leben mit Demenz der Alzheimergesellschaft Kreis Minden-Lübbecke. Eine besondere Rolle spiele daher der Praxisbezug. Deshalb würden einerseits



Dass sich mit einem Ball viele Übungen machen lassen, zeigen Übungsleiter Alexander Habbe (links) und Kathrin Dietrich.

Pilotprojekte und Erfahrungsberichte vorgestellt und andererseits verschiedene praktische Ansätze sowie ein breites Spektrum an Übungen gezeigt.

Dr. Andreas Dittmar, Neurologe in den Johanniter-Ordenshäusern ist froh über den Workshop. Bisher habe es kaum Angebote speziell für Demenzerkrankte gegeben. Er hofft darauf, dass sich dies nun möglicherweise ändere und man gemeinsam Strukturen schaffen könne. Auch Frank Böker, Geschäftsführer der Johanniter-Ordenshäuser, begrüßt die Idee einer solchen Veranstaltung. Die Ordenshäuser selbst bieten seit einiger Zeit gemeinsam mit dem Verein Balance und dem Verein Leben mit Demenz ein wöchentliches Bewegungsangebot. »Die Bewegungsangebote stimulieren die Erkrankten nicht nur und wirken sich dadurch positiv aus, sie fördern auch soziale Kontakte, die für Menschen mit Demenz sehr wichtig sind«, erklärt Frank Böker.

Vom Kreissportbund nimmt Olaf Wittkamp an dem Workshop teil. Er ist im Erwachsenensportbereich zuständig für Prävention und Rehabilitation. »Ein Ausbau von Sportangeboten für Menschen mit Demenz ist wichtig, auch damit sie länger in ihrer häuslichen Umgebung bleiben können«, erklärt er. Er hofft, dass man gemeinsam Konzepte für Sportvereine entwickeln kann, damit sich Menschen mit einer Demenzerkrankung dort sportlich betätigen können.

Den Workshop »Sport- und Frühdemenz« gibt es zum ersten Mal. Gerade die Möglichkeit, Erfahrungen auszutauschen und



Hartmut Schilling (von links), Wolfgang Weber, Marianne Henne, Alexander Habbe, Kathrin Dietrich, Olaf Wittkamp, Kirsten Grotemeyer, Dr. Andreas

Dittmar, Frank Böker und Gerda Dallmann-Bulthuis tauschen sich bei einem Workshop zum Thema Frühdemenz und Sport aus. Fotos: Nina Strakeljahn

neue Übungen kennen zu lernen, hat viele Teilnehmer angelockt. Aus ganz Nordrhein-Westfalen sind sie angereist. Edda Kempa ist beispielsweise Bewegungspädagogin und leitet in Duisburg das Projekt »Laufen gegen das Vergessen«.

»Mir ist der Erfahrungsaustausch besonders wichtig«, sagt sie. »Zu sehen, wie die Situation in anderen Regionen ist, interessiert mich außerdem«, fügt sie hinzu.

Veranstalter des Praxisworkshops ist Demenz Support Stutt-

gart in Kooperation mit den Johanniter-Ordenshäusern Bad Oeynhausen, dem Kreissportbund Minden-Lübbecke und dem Verein Leben mit Demenz. Unterstützt wird die Veranstaltung zudem von der Techniker Krankenkasse.