Das Netzwerk Sport bewegt Menschen mit Demenz wächst!

Am 20.03. fand im Rahmen des Projekts **“Sport bewegt Menschen mit Demenz”** erstmalig ein Forum zum Thema statt. 41 Teilnehmende nutzen den virtuellen Raum, um sich über Beispiele und Ansätze aus der Praxis zu informieren.

Ein Praxis-Impuls kam von Dr. Bettina Arasin. Sie stellte das Modellprojekt „Brelinger Bänke bieten Bewegung“ vor, welches Bewegungsanreize und Verweilmöglichkeiten im öffentlichen Raum geschaffen hat. In ehrenamtlicher Arbeit entstanden mehrere Bänke, die in Brelingen aufgestellt wurden. Bewegungstafeln bieten zudem Übungsanleitungen für Jung und Alt.

Olaf Wittmann berichtete von seinen Erfahrungen, die er als Sportreferent im KSB Minden-Lübbecke im Rahmen eines Projekts “Sport und Demenz” gesammelt hat. Seine Beispiele aus der Vereinspraxis, die von Radtouren über Wanderungen, Schwimm- und Ruderangeboten bis hin zu Gruppenreisen berichteten, boten den Teilnehmenden sehr anschauliche Einblicke. Sein Fazit: “Es geht!” Gelingensbedingungen sind seiner Ansicht nach Netzwerke vor Ort sowie engagierte und qualifizierte Übungsleitende.

Die gesammelten Eindrücke wurden anschließend in Kleingruppen für einen Austausch genutzt, so dass weitere Ideen gesammelt werden konnten, die auch für das Osnabrücker Projekt hilfreich sind. Zudem wurde von den Beteiligten signalisiert, dass ein regionales oder evtl. niedersachsenweites Netzwerk zum Thema Sport und Demenz ein nachhaltiger oder zumindest aktuell sehr förderliches Instrument sein kann, um mehr Bewegungsangebote für demenziell Erkrankte zu schaffen und zu etablieren.

Foto: DOSB