



Haus Kleineichen

Bewegt daheim trotz(t) Demenz



Bild:RS1116

„**Bewegt daheim trotz(t) Demenz**“, ist ein ganzheitlicher Gesundheitskurs, um **Menschen mit Demenz in ihrem Zuhause ein Bewegungsangebot** zu ermöglichen.

Dieser Gedanke fand im Haus Kleineichen in Rösrath, insbesondere mit dem Ziel der Förderung sozialer Kontakte außerhalb der Betreuungseinrichtung, Anklang.

In Zusammenarbeit von Verena Dahm (Kreissportbund Rheinisch-Bergischer Kreis), Sandra Hecker (TV Forsbach) und Ursula Schulz (Leitung Sozialer Dienst im Haus Kleineichen), startete der Kurs am 07.09.16 um 10:45 Uhr im Festsaal des Haus Kleineichen mit einer Gruppengröße von sechs Personen.

Schnell fand die Trainerin Frau Hecker den Kontakt zu den Bewohnern.

Teilnehmer Herr K., der im Alltag meist die beobachtende Position einnimmt, zeigte in dieser Gruppe großen Ehrgeiz in der Ausführung seiner Bewegungsübungen. Die eher zurückhaltende Fr. B., bewegte ihre Hüften bereits beim Anblick des Hula Hoop Reifens.

Ganz gleich ob Bewegungsübungen im Stand oder Sitzen, Gedächtnisübungen oder die gemeinsamen „Schnippelaktionen von Gemüse“ zur Förderung der Feinmotorik und als Anregungen zur gesunden Ernährung, im Vordergrund steht Wohlbefinden und der Spaß am gemeinsamen Tun. So ist „Lachen“ für jede weitere Stunde schon vorprogrammiert.

Die Kooperation zwischen dem Turnverein Forsbach 1914 e.V., dem Alten- und Pflegeheim Kleineichen und dem Kreissportbund findet im Rahmen des Landessportbund-Programmes „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ als Maßnahme „Begleitung von Quartiersentwicklung“ statt. Das Bewegungsangebot für die Zielgruppe der Bewohner des Alten- und Pflegeheimes „Haus Kleineichen“ richtet sich gleichzeitig an externe Personen. Der Kurs trägt den Namen „Bewegt daheim trotz(t) Demenz“, welcher die ganzheitliche Gesundheit (Ernährung, Bewegung, Entspannung) zum Inhalt hat. Dieses Projekt wird durch den Landessportbund NRW und das Ministerium MFKJKS NRW gefördert.

Das Haus Kleineichen bedankt sich für ein, von Frau Dahm gut konzipiertes Bewegungsangebot, das den demenzerkrankten Menschen auch aus dem häuslichen Bereich eine Lebensbereicherung bietet.