



Tour Demenz 04.-06. Juli 2017

Flaschenpost des Landessportbundes NRW e.V.

Die Botschaften aus der Wissenschaft sind positiv: Mit Bewegung und Sport bauen wir gesundheitliche Ressourcen auf, die auch vor demenziellen Erkrankungen schützen oder das Auftreten zeitlich verzögern. Dabei reichen schon Aktivitäten auf vergleichsweise niedrigem Belastungsniveau aus, um präventive Effekte zu erzielen.

Aber auch für bereits an Demenz erkrankte Menschen sind Bewegung und Sport wichtige Elemente der ganzheitlichen Versorgung. Wie aber können Menschen mit beginnender oder fortgeschrittener Demenz in die Sportgruppen integriert werden und wo benötigen sie eigene Gruppen und spezielle Betreuung? Wichtige Erkenntnisse und praktische Handlungsempfehlungen dazu hat unser gemeinsam mit dem Behinderten- und Rehabilitationssportverband NRW durchgeführtes und vom Land NRW gefördertes Projekt „Sport für Menschen mit Demenz“ (2014-2016) geliefert. Über 1.500 Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen und Begleiter/-innen wurden hier über einen Zeitraum von drei Jahren regelmäßig im Tandem von Sportvereinen und Netzwerkpartnern bewegt.

Für Menschen mit Demenz bedeuten Bewegungsprogramme ein Stück Normalität und Lebensqualität. „Das Herz wird nicht dement!“ ist ein Zitat von Dr. Udo Baer (Institut für Gerontopsychiatrie, Neukirchen-Vluyn). Der Autor und Arzt weist in seinen Veröffentlichungen darauf hin, wie wichtig die Betrachtung der ganzen Körperlichkeit in Bezug auf die Erkrankung ist: „Das Gedächtnis ist nicht nur ein Gedächtnis des Denkens, sondern ein Gedächtnis des Erlebens: ein Körpergedächtnis, ein Gedächtnis der Sinne, der Klänge, der Berührungen, ein Gedächtnis der Beziehungen und Begegnungen – ein Gedächtnis des Herzens.“

Wir im Sport wollen Menschen mit Demenz in unsere Mitte holen und ihnen diese Lebensqualität vermitteln. Wir freuen uns deshalb sehr, dass wir gemeinsam mit der Landesinitiative Demenz und weiteren Akteuren einen wichtigen Schritt in Richtung einer ganzheitlichen und körperorientierten Arbeit mit demenziell erkrankten Menschen gehen können.

Jetzt kommt es darauf an, die Angebote in der Regelarbeit der Sportvereine zu verankern und mit den pflegerischen und betreuenden Versorgungsstrukturen in NRW zu vernetzen.

Der Landessportbund NRW und seine Mitgliedsorganisationen bauen aktuell ihr Aus- und Fortbildungsangebot in diesem Segment aus. Damit wollen wir sicherstellen, dass auch Menschen mit Demenz, die derzeit noch alleine leben, von den Bewegungsprogrammen profitieren können. Dies ist sicher keine leichte, aber auch keine unlösbare Aufgabe. Ganz gemäß dem Motto:

„Gemeinsam statt einsam“

In den Sportvereinen finden Sie die Angebote!

Wir wünschen der Tour *Demenz* viel Erfolg und dem Thema die Aufmerksamkeit und Unterstützung, die es braucht!

Weitere Informationen

Ansprechpartnerin:

Anke Borhof, Referentin Programm **Bewegt ÄLTER werden in NRW!**

Tel.: 0203 7381-861; E-Mail: anke.borhof@lsb.nrw

Anschrift:

Landessportbund NRW e.V.

Referat Breitensport/Generationen

Friedrich-Alfred-Str. 25

47055 Duisburg