



SPORT BEWEGT MENSCHEN MIT DEMENZ

Materialbox bietet Informationen, Ideen und Tipps für Übungsleitende und Vereine

Der DOSB will das Sport- und Bewegungsangebot für ältere Menschen mit seinem Projekt "Sport bewegt Menschen mit Demenz" weiter ausbauen. In Kooperation mit der Deutschen Alzheimer Gesellschaft (DAzG) stellt der DOSB deshalb interessierten Vereinen umfangreiches Informationsmaterial zum Thema Sport und Demenz in einer Materialbox zur Verfügung. Die Box, die als Päckchen daherkommt, bietet Anregungen für die Integration von Menschen mit beginnender Demenz sowohl in bereits bestehende Gruppen im Sport der Älteren als auch für die Einrichtung von speziellen Sportgruppen für Menschen mit Demenz.

Derzeit leben 1,6 Millionen Menschen mit Demenz in Deutschland. Ihre Lebensqualität kann durch gezielte Bewegungs- und Gedächtnisübungen gesteigert und der Krankheitsverlauf positiv beeinflusst werden. Wie Sport konkret dazu beitragen kann, dazu gibt die Broschüre „Sport bewegt Menschen mit Demenz“ wertvolle Informationen und Anregungen. Die Materialbox enthält zudem das Buch „Sport und Bewegung für Menschen mit Demenz“ mit vielfältigen Erfahrungen und Stundenbildern von Birgit Backes, Uschi Wihr und Prof. Matthias Maschke sowie Postkarten mit „Dual-Tasking-Aufgaben“ (gleichzeitig zu erfüllende motorische und mentale Aufgaben) und Materialien für die Übungsstunden.

Zum Ausbau des Bereiches „Sport für Ältere“ wird innerhalb der Nationalen Demenzstrategie das Projekt „Sport bewegt Menschen mit Demenz“ vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend gefördert. Monika Kaus, Vorsitzende der DAzG, begrüßt dieses Projekt sehr: „Wir brauchen solche Initiativen, damit Menschen mit Demenz und ihre Angehörige weiter ihren gewohnten Aktivitäten nachgehen können und damit mehr Lebensqualität gewinnen“.

Vier Teilprojekte, die Landessportbünde Niedersachsen und Nordrhein-Westfalen, der Deutsche Tischtennis-Bund sowie der Deutsche Turner-Bund werden konkrete Maßnahmen erproben mit dem Ziel, Menschen mit Demenz zu bewegen. Aber auch in weiteren Mitgliedsorganisationen gibt es bereits wertvolle Ideen, wie Sport für Menschen mit Demenz umgesetzt werden kann. Andreas Silbersack, Vizepräsident des DOSB, betont: „Der DOSB setzt sich dafür ein, dass immer mehr seiner 90.000 Sportvereine bedarfsgerechte Sport- und Bewegungsangebote für diese Zielgruppe anbieten.“

Ende des Jahres sollen die Ergebnisse in einer Abschlusstagung vorgestellt werden.

Weitere Infos: <https://richtigfitab50.dosb.de/demenz>

Die Materialbox wird ab Mitte Februar verschickt und kann kostenfrei bestellt werden unter: info@deutsche-alzheimer.de



Pressekontakt:

Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V. Selbsthilfe Demenz

Susanna Saxl

Friedrichstraße 236, 10969 Berlin

Tel: 030 - 259 37 95 0, Fax: 030 - 259 37 95 29

E-Mail: info@deutsche-alzheimer.de, Internet: www.deutsche-alzheimer.de