

Senioren gingen mit Rollatoren an den Start

Lengede Das war ein Spaß und kein ernster Wettbewerb für die Teilnehmer.

Von Udo Starke

Eine Gehhilfe auf vier Rädern: Rollatoren bringen Gehbehinderten mehr Mobilität. Sie stützen, sind stabil, sicher und vor allem

beweglich – und man kann es auch sportlich betrachten. So fand gestern der zweite Rollatorlauf in Lengede statt. Der Startschuss fiel vor der Tür des Generationentreffs.

Die Idee des Rollators kommt aus Schweden und ist noch gar nicht so alt. Erst 1990 wurden die ersten Rollatoren in Deutschland verkauft. Heute finanzieren die Krankenkassen weit mehr als 500 000 Rollatoren pro Jahr.

Der Rollatorlauf wurde dabei vom Lengeder Generationentreff und dem Verein Generationenhilfe organisiert. „Es lagen schnell Anmeldungen vor, und jeder weitere Teilnehmer war herzlich willkommen“, sagte Petra Poppe vom Seniorenservicebüro, die die Teilnehmer „auf die Reise“ in Richtung Woltwiesche schickte. Ziel der gemeinsamen Tour war die Seniorenwohnanlage am Kaskadenwehr, wo ein Mittagessen – Kar-



Petra Poppe (rechts) gab den Startschuss. In vorderster Reihe stand dabei die 101-jährige Vera Schmidt (mit Mütze).

Foto: Udo Starke

toffelsalat mit Würstchen – zur Stärkung auf dem Programm stand.

Als besonderes Angebot wurde die Gruppe durch Vermittlung von Petra Poppe zuvor von zwei fachkundigen Mitarbeitern eines Sanitätshauses begleitet. In der Bewegung wurde dabei die Handhabung des Rollators beurteilt und etwaige Fehlhaltungen oder Themen wie technische Mängel wurden angesprochen.

Begleitet wurden die Teilnehmer von Romina Nose vom Generationentreff und Melanie Kröhl vom Arbeitersamariterbund

(ASB) sowie auch von Mitgliedern des Generationenhilfe-Vereins. Langsame und schnelle Teilnehmer fanden dadurch immer einen Ansprechpartner in ihrer Nähe.

Am Start war erneut Vera Schmidt, mit 101 Jahren die älteste Teilnehmerin. „Ich bin heute noch eine gute Läuferin. Bewegung ist einfach sehr wichtig im Alter“, erklärte sie stolz.

Für sie war es erforderlich und hilfreich, dass eine Begleitung dabei war, denn sie sieht nicht mehr so gut. „Bei mir zu Hause in Broistedt ist es anders, da kenne ich jeden Bordstein“, ergänzte die rüs-

tige Frau. Natürlich kam es nicht darauf an, als erster am Ziel anzukommen.

Vielmehr standen laut Petra Poppe der Spaß, lockere Gespräche, die gemeinsame Aktion und vor allem die Bewegung im Vordergrund.

Reden Sie mit!

Welche Sportarten empfehlen Sie für die Gesunderhaltung im Alter?

peiner-nachrichten.de



„Ich bin heute noch eine gute Läuferin. Bewegung ist einfach sehr wichtig im Alter.“

Vera Schmidt (101), Teilnehmerin am Rollatorlauf