

Gesundheitssport in Oberberg

Info-Veranstaltungen und Workshops

Oberberg. Die oberbergischen Sportvereine sind gewappnet für die Zukunft. In vier kostenlosen Weiterbildungen informierte der Kreissportbund (KSB) über gesundheitsorientierte Bewegungsangebote.

Da die Pandemie der Bevölkerung deutlich vor Augen führt, welchen Stellenwert Gesundheit hat, möchte der KSB Oberberg die Sportvereine für die Schaffung von gesundheitsorientierten Sportangeboten motivieren und dabei unterstützen, sich noch stärker in diesem Feld zu engagieren. Daher lud der Kressportbund im Rahmen der

Programme „Bewegt gesund bleiben in NRW“ und „Bewegt älter werden in NRW“ des Landessportbundes ein, mehr über den Rehasport und Sport mit Älteren zu erfahren.

In den digitalen Veranstaltungen wurde informiert, gemeinsam erarbeitet und vernetzt. So waren auch Alteneinrichtungen und ambulante Pflegedienste aufgerufen, sich zu beteiligen, um eine Plattform für den Austausch mit lokalen Sportvereinen zu ermöglichen. Da der Alltag bei hochaltrigen und pflegebedürftigen Menschen zum großen Teil in stationärer oder ambulanter

Pflege stattfindet, gilt es Bewegungsangebote in diesem Rahmen zu schaffen.

Zusammenarbeit zwischen Sportvereinen und Altenpflegeeinrichtungen können für beide Seiten einen Zugewinn darstellen. Um solche Kooperationen als festen Bestandteil in den pflegerischen Versorgungsstrukturen zu verankern, wurde vom Landessportbund NRW das Modellprojekt Bewegende Alteneinrichtungen und Pflegedienste (BAP) ins Leben gerufen. Dies ist für Vereine vor dem Hintergrund des demographischen Wandels ein zukünftig wichtiges Betätigungs-

feld. Gleiches gilt für den Rehabilitationssport. Die Fortbildungen zu diesem Themenkomplex kamen genau zur richtigen Zeit, da in der aktuellen Corona-Schutzverordnung fast alle Sportangebote außer der Durchführung von Rehasport verboten wurden. Dementsprechend groß war das Interesse der Teilnehmer, sich in diesem Bereich einzusetzen. Vereinsvertreter aus Radevormwald, Wipperfürth, Lindlar, Engelskirchen, Gummersbach, Marienheide, Bergneustadt, Wiehl und Nümbrecht, aber auch auswärtige Interessierte, nahmen die Angebote wahr.