

WAS IST LOS?

KULTUR

• **Sinfoniekonzert der Neuen Philharmonie Westfalen:** Dienstag, 21. April, 20 Uhr im Ruhrfestspielhaus Recklinghausen. Unter der Leitung von GMD Rasmus Baumann stehen Georg Friedrich Händels Concerto grosso op. Nr. 6 g-Moll HW 324, Alfred Schnittkes Concerto grosso Nr. 3 und Eduard Künkes Tänzerische Suite auf dem Programm. Um 19.30 Uhr findet eine Einführung im Saal Jupiter statt. Eintritt: 12 bis 27 €.

• **Viva Lampedusa** – Welturaufführung der Musiktheater-Produktion des boje-Theaterensembles Marl: Donnerstag, 23. April, 19 Uhr im Theater Marl, Am Theater 1. Eine makabere und grausame, lebendige und lustige Variante der Flüchtlingsdramen, bei der sich 15 Europäer beim Untergang eines Kreuzfahrtschiffes auf ein Bötchen retten und meinen: „Uns wird man nicht absaufen lassen wie diese schwarzen Sozialtouristen!“

INFO Karten zu den vorgenannten Veranstaltungen gibt es im RZ-, BZ- und SZ-Ticketcenter oder unter der Ticket-Hotline ☎ 02 09 / 14 77 999.

• **Live aus der „Metropolitan Opera“ in New York:** die Opern „Cavalleria rusticana“ von Pietro Mascagni und „Der Bajazzo“ von Ruggero Leoncavallo; Samstag, 25. April, 18.30 Uhr im Cineworld Recklinghausen. Liveübertragung in HD-Qualität und Dolby-Digital-5.1-Ton auf die Kinoleinwand. Eintritt: 27 Euro VVK, 30 Euro AK.

INFO Kartenreservierung ☎ 0180 / 5 05 06 66 (0,14 € / Min. aus dem dt. Festnetz, Mobilfunk max. 0,42 € / Min.)

FREIZEIT

• **Geführte Radtour zur Schiffsparade Kulturkanal 2015:** Sonntag, 26. April, 12.30 Uhr bis 18 Uhr, Besucherzentrum Hoheward, Werner-Heisenberg-Straße 14 in Herten (Zeche Ewald). Anlässlich der Eröffnung des Kulturkanals bietet das Besucherzentrum diese ca. 60 km lange Radtour entlang des Rhein-Herne-Kanals bis zum Kaisergarten in Oberhausen an. Ein Gästeführer erläutert Sehenswertes an der Strecke, auf der die Teilnehmer auch die Schiffsparade begleiten. Zwischen 14 Uhr und 15.45 Uhr versammeln sich zahlreiche Fahrgastsschiffe, Yachten, Kajaks und Ruderer und fahren in einer großen Parade von Gelsenkirchen nach Oberhausen. Kosten: 16 Euro.

INFO Anmeldung ist bis zum 21. April, ☎ 023 66 / 18 11 60, E-Mail: besucherzentrum-hoheward@rvr-online.de

• **Kulinarische Abendführung im Schiffshebewerk Henrichenburg:** Freitag, 24. April, 19 Uhr. Eine einstündige Führung durch das beleuchtete Schiffshebewerk mit gemeinsamen Abendessen bei „Papachristos“. Kosten: 23 € (Ki. b.14 J. 11,50 €).

INFO Anmeldung (erforderlich) ☎ 023 63 / 97 07-0 E-Mail: Schiffshebewerk@lwl.org

IN KÜRZE

Achtung Ganoven

Unter dem Titel „So schützen sie sich vor Kriminalität im Alltag“ bietet die Familienbildungsstätte Recklinghausen am Mittwoch, 22. April, eine Veranstaltung mit Kriminalhauptkommissar Michalak an.

Er zeigt, wie Ganoven arbeiten und wie man das Risiko, Opfer zu werden, deutlich senken kann. In dem Vortrag geht es u.a. um Handtaschenraub, Trickdiebstahl, Betrüger an der Wohnungstür und den Enkeltrick per Telefon. Die Veranstaltung findet von 15 bis 16.30 Uhr in der Familienbildungsstätte Recklinghausen, Kemnastraße 23a, statt.

INFO und Anmeldungen ☎ 023 61 / 406 40 20

Neu: Vereinssport für Demente

„Der Spaß und das Miteinander stehen im Vordergrund“

VON HEIDI MEIER

„Im Verein ist Sport am schönsten“ – das Motto des Landessportbundes NRW. Es gilt auch für ältere Semester und auch für Menschen mit Demenz. Darin sind sich die Eisenbahner Turngemeinde (ETG), der traditionsreiche Recklinghäuser Sportverein und die Alzheimer-Gesellschaft Vest Recklinghausen einig. Zusammen haben sie es nun geschafft, ein besonderes Angebot auf die Beine zu stellen: Reha-Sport für Menschen mit Demenz.

Ab dem 13. Mai können Männer und Frauen mit einer beginnenden oder leichten Demenz einmal wöchentlich in der lichtdurchfluteten Turnhalle der ETG-Sportanlage im Recklinghäuser Stadtteil Hilerheide zusammen mit Anderen Spaß in und an Bewegung haben.

Ja, richtig: Spaß! Darum geht es nämlich vor allem beim Reha-Sport für diese Zielgruppe, wie Britta Dygryn und Tim Görtz, Geschäftsführer des Vereins RehaSport Rhein-Ruhr betonen. Die beiden bzw. ihr Verein zeichnen quasi verantwortlich für das, was in der Sporthalle geschieht. Sie sind vom Fach, helfen der ETG und der Alzheimer Gesellschaft bei Organisation und Verwaltung des neuen Angebots und entsenden ihnen eigens ausgebildete Übungsleiter.

Ringe, Bälle und andere sportliche Kleingeräte, die auch zu Hause nutzbar sind, kommen zum Einsatz, es wird verschiedene Spielformen und Stationsgymnastik geben, um Koordination, Motorik, Muskelkraft, Gleichgewicht zu trainieren – kein festgelegter Inhalt, sondern einer, der sich an den Möglichkeiten und Bedürfnissen



Vor allem Spaß machen soll der Reha-Sport für Menschen mit Demenz, der ab Mai zum neuen Angebot des Sportvereins ETG in Recklinghausen gehört. Mit Spaß und Engagement auf den Weg gebracht haben das Angebot (v.l.) ETG-Chef Klaus Wintermeyer und seine Vereinsmitstreiter Margarete Marten und Christian Kordas, Patrik Schmidt, 2. Vorsitzender der Alzheimer Gesellschaft und Brigitte Bozdech, Herz der richtigen Verwaltung, sowie Tim Görtz und Britta Dygryn (nicht im Bild), die Geschäftsführer des Vereins RehaSport Rhein-Ruhr.

der Teilnehmer orientiert, die so auch neues Selbstvertrauen in ihren Körper gewinnen können.

Mit ausgebildeter Begleitung

„Der Spaß, das Miteinander, die sozialen Kontakte nicht die Leistung, stehen dabei immer Vordergrund“, betonen Tim Görtz und Britta Dygryn. Im Einzelfall können, wo nötig, auch Angehörige dabei sein. Immer wird eine Begleitperson der Alzheimer-Gesellschaft, die eine Ausbildung in Senioren- und

Demenzbegleitung absolviert hat, assistieren.

Während in der Turnhalle „gesportelt“ wird, können Angehörige im benachbarten freundlichen Vereinsheim übrigens entspannt Kaffee trinken und sich austauschen.

Um kostenlos mitmachen zu können, ist übrigens nichts weiter als Verordnung über Reha-Sport vom Haus- oder Facharzt nötig. Die umfasst meist 120 Stunden Reha-Sport, die in drei Jahren abgeleistet werden können.

➔ „Sportvereine müssen sich öffnen“

INFO

Termine und Anmeldung

◆ **Rehasport für Menschen mit Demenz** findet ab Mittwoch, 13. Mai, jeweils mittwochs von 15 bis 16 Uhr in der Mehrzweckhalle der Eisenbahner Turngemeinde Recklinghausen 12 / 32 e.V. an der Lucia-Grewe-Straße 15 in 45459 Recklinghausen statt.

◆ **Anmeldungen** nimmt die Alzheimer-Gesellschaft Vest Recklinghausen e.V.

entgegen: ☎ 023 61 / 485 800 8, Bürozeiten: dienstags 14 bis 16.30 Uhr, donnerstags 9 bis 11.30 Uhr. E-Mail: info@alzheimer-gesellschaft-recklinghausen.de @ www.alzheimer-recklinghausen.de

◆ **Anmelden** können sich Männer und Frauen mit einer beginnenden oder leichten Demenz aus dem gesamten Kreisgebiet.

„Sportvereine müssen sich öffnen“

Über Entstehung und Dringlichkeit des Projekts

VON HEIDI MEIER

„Auch die Sportvereine müssen sich mit dem demografischen Wandel auseinandersetzen, und sich dem Sport für Ältere und auch für Kranke öffnen.“ – Davon ist Klaus Wintermeyer überzeugt. Er ist Vorsitzender des Recklinghäuser Breitensportvereins ETG und hat die Aufnahme des neuen Angebots „Reha-Sport für Menschen mit Demenz“ in das Vereinsgeschehen ganz maßgeblich betrieben.

„Einfach war das nicht“, gibt er unumwunden zu. „Wir hatten eine lange Vorlaufzeit, haben in Vorstand und Mitgliederversammlung viel diskutiert“, erinnert sich Wintermeyer, dem es schließlich gelang seine Vereinskollegen zu überzeugen.

Herangetragen an ihn hatte die Idee Patrick Schmidt, 2. Vorsitzender der Alzheimer-Gesellschaft Vest Reckling-



Eine fruchtbare Zusammenarbeit und Diskussion: Klaus Wintermeyer (l.) und Patrick Schmidt. –FOTO: GUTZEIT

hausen, der Mitstreiter für dieses Angebot bei den Sportvereinen im Kreis Recklinghausen suchte.

Er reagierte damit auf einen Aufruf des Landessportbundes NRW und des Behinderten- und Rehabilitations-sportverbandes NRW, unter dem Motto „Aktiv trotz Demenz“ an dem Modellprojekt

Sport für Menschen mit Demenz teilzunehmen. Soziale Einrichtungen und Verbände sollen sich für die Realisierung entsprechender Angebote mit Sportvereinen zusammenschließen.

Und Patrick Schmidt machte sich auf die Suche. Zunächst erfolglos. Nicht ein Verein im Kreis wollte sich

damit befassen. Bis auf Klaus Wintermeyer und die ETG.

Und die sind nun um so überzeugter, von Notwendigkeit und Richtigkeit ihres Weges.

Alle Beteiligten haben unter anderem entsprechende Workshops und Veranstaltungen der Projektbetreiber

Integration ins Klubgeschehen

besucht, haben Materialien angeschafft. Dabei werden die Investitionskosten des Beginns übrigens im Rahmen des Modellprojekts erstattet, und die Übungsleiterkosten tragen die Krankenkassen über die Reha-Sportverordnungen der Teilnehmer. – „Aber wir hätten es auch ohne die Investitionszuschüsse gemacht“, sind sich Wintermeyer und Schmidt einig.

Bis 2016 werden Alzheimer-Gesellschaft und der Verein RehaSport Rhein-Ruhr die

ETG jetzt bei ihrem neuen Angebot begleiten. Ziel ist, dass es danach auch ohne sie läuft – integriert ins Vereinsgeschehen wie Badminton oder Fußball.

Für Vereinschef Klaus Wintermeyer ist das aber wohl erst der Anfang. „Großen Nachholbedarf gibt es auch beim Sport für Ältere“, ist er sicher und bemüht erneut den demografischen Wandel: „Es ist Aufgabe und Pflicht der Sportvereine entsprechende Angebote zu stellen.“

Und als Gewinn betrachtet er es offensichtlich auch. „Wir werden das Angebot noch ausbauen“, kündigt der engagierte Mann an. „Dann können bei uns Mitglieder vom Kind bis zum Greis im Verein Sport machen.“

@ Infos zum Projekt und den Kooperationspartnern: www.brsnw.de www.alzheimer-recklinghausen.de www.etg-re.de

UNSER TIPP

Wie wollen wir leben im Alter?

Wie wollen wir wohnen, wenn wir alt sind? – Die vielen Möglichkeiten eines selbstständigen Lebens im Alter beleuchtet Peter Pagel (Foto) von der Wohnberatungsstelle der Lebenshilfe in Waltrop in einem kompakten Vortrag am heutigen Montag, 20. April, von 18.30 Uhr bis 20 Uhr.

„So lange wie möglich selbstbestimmt und unabhängig in gewohnter, selbst gestalteter Umgebung“, wird in den meisten Fällen die Antwort auf die Eingangsfrage sein. Aber wie kann man das schaffen? – Was ist zu tun, um die eigene Wohnung rechtzeitig an die Bedürfnisse des Alters anzupassen? – Oder doch Umziehen? Welche Voraussetzungen müsste die neue Wohnung erfüllen? – Worauf ist im Neubau zu achten, wenn er für alle Generationen nutzbar sein soll? – Was heißt eigentlich „Betreutes Wohnen“? – Sind gemeinschaftliche Wohnformen im Alter eine Alternative?

Pagel stellt Beispiele für altersgerechte Anpassungen und unterschiedliche Wohnmodelle vor und bietet im Anschluss die Möglichkeit zu Fragen und zu ausführlichen Diskussionen.

Diese Veranstaltung der VHS Oer-Erkenschwick findet statt im AWO-Seniorenzentrum, Auf dem Kolven 9 in Oer-Erkenschwick. Die Teilnahme ist kostenlose.

INFO Anmeldung (erforderlich) ☎ 023 68 / 98 71 11-14, E-Mail: vhs@vhs-oe.de

TAUSEND DANK



◆ Für die Helfer bei meinem Fahrradunfall am Bruchweg in Recklinghausen

Er ereignete sich dort am 8. April zwischen 15 Uhr und 15.30 Uhr. Ich kann mich danach an nichts mehr erinnern, habe mir aber sagen lassen, dass drei Pkw angehalten und Hilfe geleistet haben. Der Krankenwagen wurde bestellt und sogar mein Fahrrad nach Hause gebracht. Tausend Dank für diese großartige Hilfe. –von Elisabeth Wehner aus Recklinghausen

INFO Ist Ihnen in Familie, Bekanntenkreis oder Nachbarschaft eine freundliche Tat aufgefallen, oder möchten Sie sich bei jemandem bedanken, der Ihnen unentgeltlich geholfen hat? Schreiben Sie uns.

KONTAKT

◆ **Verantwortlich:** Heidi Meier

◆ **Kontakt:** Medienhaus Bauer Kampstraße 84b 45772 Marl ☎ 023 65 / 107-1429

@ heidimeier@medienhaus-bauer.de

Für Alleinstehende

Studienfahrt nach Weimar

Eine fünftägige Studienfahrt für Alleinstehende nach Weimar, Erfurt und Eisenach bietet die Volkshochschule Waltrop in der Zeit vom 21. bis zum 25. Mai an.

Weimar ist vor allem für sein kulturelles Erbe bekannt. Dazu gehört neben der dominierenden Weimarer Klassik um Goethe, Herder und Schiller auch das Bauhaus. Das „klassische Weimar“ wurde 1998 von der UNESCO zum Weltkulturerbe erklärt.

Von Hotel in Weimar aus begibt sich die Reisegruppe auf Tagestouren – am dritten Tag nach Erfurt. Am Kreuzungspunkt der alten Han-

delsstraßen Via Regia und Nürnberger Geleitstraße gelegen, wuchs Erfurt im Mittelalter zu einem mächtigen Handels- und Bildungszentrum heran.

Am vierten Tag geht's nach Eisenach. Die Innenstadt ist reich an historischen Gebäuden und Museen. Das Bachhaus am Frauenplan, das Lutherhaus, der Marktplatz, das Rathaus und Stadtschloss sind einige der bekanntesten Sehenswürdigkeiten.

INFO Infos und Anmeldungen ☎ 023 09 / 96 26-0, E-Mail: vhs@vhs-waltrop.de

@ www.vhs-waltrop.de



Das Stadtschloss von Weimar: Auch hierhin führt die Reise für Alleinstehende, die die VHS Waltrop im Mai anbietet. –FOTO: DPA