

„Sport nach Schlaganfall“ als neues Angebot

GESUNDHEITSSPORT Turbo-Schnecken helfen Betroffenen in Gruppenkursus / Immer dienstags

Lüdenscheid – Nach einem Schlaganfall reicht die nach einem Krankenhausaufenthalt anberaumte Reha-Maßnahme oft nicht aus, um die Menschen wieder vollständig in die Gesellschaft zu integrieren. Vieles fällt mit Hilfsmitteln wie einem Rollstuhl oder Rollator nach wie vor schwer, viele trauen sich mit einem durch einen Schlaganfall verursachten sprachlichen oder körperlichen Handicap nicht oder nur zögerlich wieder unter Menschen.

Um den inneren „Schweinhund“ zu überwinden, hilft die Gruppe „Sport nach Schlaganfall“, die die Turbo-Schnecken Lüdenscheid im Schneckenhaus an der Brückenstraße 95 ins Leben gerufen haben. Die Gruppe, die sich immer dienstags von 15 bis 16 Uhr im Schneckenhaus trifft, wurde im Rahmen des



Saskia Zilinski, Susanne vom Hofe und Grit Pretzel (von links) stellten das neue Gruppenangebot vor.

FOTO: OTHLINGHAUS

Projektes „Sport nach Schlag“ des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen gegründet und ist in Lüdenscheid und Umgebung in dieser Form einzigartig. Geleitet wird das Angebot, bei dem sich ab sofort jeder Betroffene nach Überweisung durch

einen Neurologen oder den Hausarzt anmelden kann, von den Übungsleiterinnen Susanne vom Hofe und Grit Pretzel, die beide über eine neurologische Reha-Ausbildung verfügen und die Gruppe gemeinsam mit Saskia Zilinski (Ressortleiterin im

Schneckenhaus) vorstellten.

Innerhalb der Gruppe wird den von einem Schlaganfall betroffenen Menschen ein Bewegungsangebot gemacht, welches dem individuellen Krankheitsbild und der jeweiligen gesundheitlichen Situation der Gruppenmitglieder angemessen ist. Den Teilnehmern soll nicht nur geholfen werden, im Alltag besser zurecht zu kommen und das im Rahmen bisheriger Reha-Maßnahmen nach dem Schlaganfall wieder neu Erlernte besser erhalten zu können, sondern eine Möglichkeit der Hilfe zur Selbsthilfe schaffen, bei der sich die Teilnehmer auch gegenseitig unterstützen können.

„Die betroffenen Menschen sollen sehen: Ich bin mit meinen Problemen nicht allein und brauche mich nicht zu schämen, wieder un-

ter Leute zu gehen und mein Leben zu leben“, betont vom Hofe. Zudem wird mit dem Training das Risiko für einen erneuten Schlaganfall gesenkt. Für die Teilnahme am Gruppenangebot braucht es keine Vorkenntnisse, denn alle Teilnehmer werden dort abgeholt, wo sie stehen. Der Nutzen des Angebotes für alle, die einen Schlaganfall hatten und wieder zurück ins Leben finden wollen, kann somit nicht hoch genug bewertet werden. Faltblätter mit Informationen zur Gruppe „Sport nach Schlaganfall“ werden in Kürze an alle neurologischen Praxen sowie Hausarztpraxen verteilt. bot

Anmeldungen: Bei einer Bewilligung durch die Krankenkasse können Betroffene kostenfrei am Reha-Sport teilnehmen. Anmeldungen können ab sofort unter Tel. 023 51 / 9 74 44 80 oder unter E-Mail: buero@turbo-schnecken.com vorgenommen werden.