

Gehtreff feiert sein 10-jähriges Bestehen

Das Projekt machte kreisweit Schule und gewann sogar einen Preis.

Werther. Am 19. Mai 2014 kamen sechs potenzielle Gehtreff-Paten in der evangelischen Seniorenbegegnungsstätte Haus Tiefenstraße zusammen, um ein neues Angebot in Werther und gleichzeitig ein Novum im Kreis Gütersloh zu starten. Zusammen mit dem TV Werther und dem Kreissportbund Gütersloh sollten von nun an regelmäßig von ehrenamtlichen Gehtreff-Paten begleitete Spaziergänge angeboten werden. Eine Stunde rund um Werther, ob langsamer oder schneller, das bestimmten die Teilnehmenden nach ihrer eigenen Leistungsfähigkeit.

Aber regelmäßig sollte es schon sein. Denn Gehen ist eine Wohltat für Herz und Kreislauf, Gehen hilft zu einem besseren Körpergefühl und verhindert Stürze, Gehen hebt die Stimmung, und schafft gemeinsam Kontakte und Austausch. Einmal in der Woche wollte man nun unterwegs sein. Und die Gehtreff-Paten wurden im Vorfeld durch eine Schulung bestens auf ihre neue Aufgabe vorbereitet.

So war es geplant, und so hat es sich all die Jahre bewährt. Manche Teilnehmende sind seither dabei, neue sind dazugekommen. Auch zwei Gehtreffpatinnen von 2014 konnten nun ihr persönliches Zehnjähriges feiern: Annette

Diembeck und Doris Tappe sind seit der ersten Stunde dabei.

Und die Idee machte Schule. Aus dem ersten Gehtreff in Werther wurden inzwischen mehr als 20 an unterschiedlichen Standorten im Kreis Gütersloh. 2016 wurde der Gehtreff Werther für sein soziales Engagement im Rahmen der Auszeichnung „Sterne des Sports“ mit dem zweiten Preis

auf Kreisebene ausgezeichnet. Und immer noch ist das Motto der Initiatorin Margret Eberl vom Kreissportbund Gütersloh aktuell: „Einmal pro Woche raus aus der Stube und unter Leute kommen, das allein ist viel wert.“

Wer mitgehen will, ist herzlich eingeladen. Die Gruppe trifft sich jeden Montag um 10.30 Uhr am Rathausvorplatz in Werther. Von dort startet sie

für eine Stunde durch Ort und Felder. Die Wege sind immer unterschiedlich. Pausen werden nach Bedarf gemacht. Langeweile gibt es nicht. Und gute Laune ist garantiert.

Weitere Informationen zu diesem Angebot erhalten Interessierte bei Claudia Seidel, Haus Tiefenstraße, Tel 05203 1408, und bei Birgit Jaschkowitz, TV Werther 04, Tel. 05203 1641.



Margret Eberl (Kreissportbund Gütersloh, v. l.), Jennifer Jones (KSB), Annette Diembeck (Gehtreffpatin Werther), Birgit Jaschkowitz (TV Werther 04), Doris Tappe (Gehtreffpatin Werther) und Claudia Seidel (Seniorenbegegnungsstätte Haus Tiefenstraße).

Foto: Haus Tiefenstraße