



Franziska Tegethoff (v.l.), Gerda Dumke, Hans-Jürgen Berg, Jagmina Kosel, Ilse Samp, Walter Stenzel, Stefanie Bockmann, Maria Dominguez-Perez und Erhard Dumke haben Spaß beim Crossboccia. Jeder von ihnen versucht, seine bunte Kugel möglichst nah an dem kleinen weißen Ball zu platzieren.

Foto: Waltraud Leskovsek

Bewegung bringt mehr Lebensfreude

Crossboccia ist ein neues, sportliches Angebot. Gespielt wird es mit großem Vergnügen im Seniorenpark Carpe diem. Doch sollen noch mehr ältere Herrschaften die bunten Kugeln zur Hand nehmen.

Waltraud Leskovsek

Rheda-Wiedenbrück. Es ist mehr als die leichte körperliche Bewegung. Crossboccia macht Spaß, stärkt die Gemeinsamkeit, fördert Ehrgeiz und Kommunikation und erhöht die Lebensfreude älterer Menschen. Das sind die Erfahrungen, die der Seniorenpark Carpe diem mit dem neuen Bewegungsangebot gemacht hat.

Unter der Leitung von Hans-Jürgen Berg, erfahrener Spieler vom Bouleverein SVA Gütersloh, kugeln die Senioren und Senioren an der Parkstraße einmal pro Woche. In den kalten Monaten wird drinnen gespielt, weil die Kugeln leicht und soft sind im Gegensatz zu Original-Boule-Kugeln. Bei schönem Wetter geht es für die Aktiven raus auf die

Terrasse, wo sie versuchen, ihre Kugeln möglichst nah an einen kleinen Ball zu werfen oder zu rollen.

Ob mit Rollator, im Rollstuhl oder im Stehen: Crossboccia sei an die Bedürfnisse der Teilnehmenden aus Alten- und Tagespflegeeinrichtungen angepasst. „Diese Bewegungseinheiten motivieren dazu aktiv zu bleiben, weil der Spaßfaktor nicht zu kurz kommt“, erklärt Franziska Tegethoff vom Kreissportbund. In Zusammenarbeit mit örtlichen Sportvereinen und der Bürgerstiftung Gütersloh für den finanziellen Part, hat sich die Initiative das Ziel gesetzt, älteren Menschen durch Bewegung und gemeinschaftliche Aktivitäten zu mehr Gesundheit und Lebensqualität zu verhelfen.

Um dieses Angebot auszu-

bauen, werden engagierte Übungsleitungen oder Menschen, die Spaß haben, mit den Senioren Boccia zu spielen, gesucht, um selbst Gruppen anleiten oder bei den Bewegungseinheiten zu unterstützen.

Unterstützung von einem erfahrenen Boule-Spieler

„Es ist eine gewinnbringende und wertvolle Tätigkeit, die auch Übungsleitern eine erfüllende Aufgabe bietet“, erzählt Berg. Er kommt seit einigen Monaten zum Spielen ins Carpe diem. „Wir haben immer so viel Spaß und ich bin erstaunt, wie groß der Ehrgeiz ist“, erzählt der 70-jährige, der die muntere Gruppe bei dem vergnüglichen Spiel anleitet.

Die Frauen und Männer, die

die Tagespflege besuchen, würden sich immer auf Berg und die Boccia-Stunde freuen. „Er ist einfach toll“, berichtet Pflegedienstleiterin Maria Dominguez-Perez. Berg gehe selbst mit so viel Freude an die Sache, dass er die anderen mit seiner guten Laune anstecke.

Gerade auch die Gäste mit Demenzerkrankung seien mit Feuereifer dabei, weil viele das Wurfspiel mit den Kugeln noch kennen würden, von damals, als man Boccia daheim auf dem Rasen gespielt habe.

Der Kreissportbund möchte das neue Bewegungsangebot möglichst kreisweit in vielen Senioreneinrichtungen integrieren. Seit geraumer Zeit gibt es unter dem Motto „Bewegt älter werden“ bereits Kooperationen mit Alteneinrichtungen für mehr Bewegung wie Rollator- und Gehtraining,

Hockergymnastik oder Tanzen im Sitzen. Crossboccia ist nun ein weiteres sportliches Angebot auf der Liste.

Wer sich vorstellen kann, eine Crossboccia-Gruppe zu leiten, kann zuvor an einer kostenlosen Schulung teilnehmen. Vermittelt werden dort die Grundlagen von Boule, Boccia sowie Crossboccia – und es gibt Tipps für die praktische Umsetzung mit den Senioren. Am Montag, 24. März, ist eine Schulung von 10 bis 14 Uhr im Seniorenpark Carpe diem, Parkstraße 1, unter der Leitung von Dirk Engelhard (Boule- und Pétanque Verband NRW).

Die Teilnahme ist kostenlos. Für einen Imbiss ist gesorgt. Anmeldung nimmt der Kreissportbund entgegen, Tel. 05241 851456, E-Mail an franziska.tegethoff@gt-net.de