

# Archiv-News-Details

# DLRG

🏠 • [Archiv](#) • [Archiv-News-Details](#)

**Deutsche Lebens-  
Rettungs-  
Gesellschaft**

**Westfalen e.V.**

**Landesverband  
Westfalen e.V.**

**07.10.2015 Mittwoch Aktiv älter werden**



Aktiv älter werden – 21 Teilnehmer haben sich spontan für einen Kurs der DLRG Benninghausen im Kombibad Cabrioli in Lippstadt angemeldet. Mit Wasserbrettern lernten sich Menschen mit und ohne Demenz näher kennen. Foto: Assmann  
Volontäre

21 Senioren meldeten sich spontan für Kursus der DLRG Benninghausen an.

Lippstadt. Mit Wasserbrettern schwimmen sie im Becken kreuz und quer – 21 Senioren nahmen spontan an dem Kurs „Bewegung im Wasser (auch) mit Demenz“ der DLRG Benninghausen teil, der jetzt im Kombibad Cabrioli in Lippstadt gestartet ist. Es ist ein Kurs, der ursprünglich zur Förderung von Menschen mit Demenz und deren Angehörigen gedacht war. Da dieser aber noch nicht voll bestückt war, wurde er im Rahmen des Programms „Aktiv älter werden mit der DLRG“ erweitert.

„Auch ältere Menschen, die einfach ihre Beweglichkeit und Muskulatur trainieren möchten, können an dem Kurs teilnehmen“, sagte Kursleiterin Barbara Lakmann. „Menschen mit Demenz haben natürlich nach wie vor Vorrang.“ Und so kommt es, dass ein gemischter Kurs zustande gekommen ist, in dem sich die Teilnehmer gegenseitig stützen und Freude bereiten. Dass dabei jeder Einzelne richtig Spaß hatte, war offensichtlich. Gegenseitig zogen sich die Teilnehmer Bahn für Bahn durch das Becken. Den Unterschied zwischen an Demenz erkrankten und nicht-erkrankten Personen merkte man kaum.

Über die Annahme des Angebotes zeigte Lakmann sich sehr zufrieden. „Ich war überrascht, wie

viele Teilnehmer sich spontan angemeldet haben", so die Leiterin. „Jetzt ist der Kurs gut besetzt. Für die weiteren Übungsstunden können wir nur noch Menschen mit Demenz aufnehmen.“

Interessierte, die von der Krankheit betroffen sind, können sich noch immer bei Barbara Lakmann unter Telefon (0179)3261121 zu dem Kurs „Bewegung im Wasser“ anmelden. sta

Der Patriot - Lippstädter Zeitung (02.10.2015)

Weitere Infos zum Programm "Bewegt ÄLTER werden in NRW" finden Sie [hier](http://westfalen.dlrg.de/angebote/bewegt-aelter-werden-in-nrw.html) (<http://westfalen.dlrg.de/angebote/bewegt-aelter-werden-in-nrw.html>).

Kategorie(n)

News

**Von: sta**