

RN, 24.05.2017



Physiotherapeut Michael Leiniger bei den Übungen mit den Senioren.

RN-FOTO GROTE

# Stürzen vorbeugen

Dreikönigsstiftung unterstützt Projekt im Caritas-Altenzentrum St. Norbert

**NORDLÜNEN.** Stürze haben im Alter besonders schwerwiegende Folgen. Leider aber stürzen gerade ältere Menschen besonders häufig. Um ihnen mehr Sicherheit zu geben, gibt es im Caritas-Altenzentrum St. Norbert eine Therapie zur Sturz-Prävention. Möglich machte dies die Dreikönigsstiftung, die das Projekt finanziell unterstützte.

„Jetzt steigen wir mit viel Tempo den Berg hinauf“, erklärt Physiotherapeut Michael Leiniger aus der Physiotherapie-Praxis Hülsbrink-Leiniger. Dabei trippelt er mit den

acht Teilnehmern im Sitzen. Zum vierten Mal leitet Leiniger die Therapie zur Sturzprävention im Altenzentrum St. Norbert.

Unterstützt wurde das Projekt, das gestern mit seiner zehnten Einheit seinen diesjährigen Abschluss fand, von der Dreikönigsstiftung mit 450 Euro. Acht Bewohner des Altenzentrums nahmen wöchentlich an dem 60-minütigen Kurs teil. Dabei trainierten die Bewohner ihre Balance, aber auch ihre Kraft. Auch gymnastische Übungen gehörten zum Training.

„Das Ziel der Therapie ist

die Wiederherstellung, Erhaltung und Förderung der Gesundheit der Teilnehmer“, sagt Marion Grabowski, Pflegedienstleitung im St. Norbert-Altenzentrum.

Mit den Bewohnern wurden auch Übungen zur Ausdauer, Beweglichkeit und psychischer wie auch physischer Stärkung absolviert.

## Stiftung oft vor Ort

„Wir sind froh, dass die Stiftung so viel fördert“, freut sich Marion Grabowski. Vor Ort waren auch Frank Grunder, Vorstand Dreikönigsstiftung, und Thomas Daniel, Ku-

rator der Stiftung. „Wir unterstützen das Altenzentrum gerne, wir sind oft hier und sehen wie gut die Projekte ankommen“, erklärt Gründer.

Weitere Projekte, die die Stiftung finanziert, sind bereits in Planung. So wird es ein Wiedersehen mit dem Tierbesuchsdienst vom Schulbauernhof Recklinghausen geben, der schon mehrmals im Außenbereich des Altenzentrums mit seinen Vierbeinern und geflügelten Gästen eine Attraktion war. Daniel: „Da wird dann auch der Kindergarten St. Norbert mit eingeladen.“

Niclas Grote