

„Tanzen ist wie Prophylaxe“

Alzheimer-Gesellschaft bietet Kurse zur Vorbeugung von Demenz an

Bewegung ist gesund, macht Spaß und wirkt präventiv gegen Demenz – daher bittet die Alzheimer-Gesellschaft in diesem Jahr gleich mehrfach zum Tanz.

von Ina Tannert

Wehrshausen. Menschen mit und ohne Demenz motivieren, aus der Isolation holen und Körper wie Geist beleben – darauf zielt das neue Bewegungsprogramm ab, das Ende Februar in Wehrshausen an den Start geht.

Das Angebot teilt sich in zwei Bereiche: Tanzveranstaltungen sowie motorisches und mentales Gruppentraining werden das ganze Jahr über angeboten. Das Programm zielt auf Bewegung ab – bewegt werden soll dabei nicht nur der Körper, sondern auch der Geist. Tanzfiguren, Geschicklichkeitsspiele und nicht zuletzt die Geselligkeit sollen die Gehirnströme in Schwung bringen, Erinnerungen reaktivieren und die Motorik schulen, erklärt Koordinatorin Elisabeth Bender von der Alzheimer-Gesellschaft Marburg-Biedenkopf das Gesamtkonzept. Für das groß angelegte Projekt hat sich die Initiative mit dem Verein Prävention und Sport in Deutschland Marburg (PID) zusammengetan.

Demenzkrankungen wie Alzheimer gehen einher mit dem langsamen Verlust bestimmter Gehirnfunktionen wie dem Erinnerungsvermögen, der Orientierung oder des Gleichgewichtssinns. Dem soll das Programm entgegenwirken, auch



Bewegung für Körper und Geist: die Tanztrainer Ludmila und Holger Dolfen.
Foto: Ina Tannert

präventiv Menschen aller Altersstufen ansprechen. Beide Angebote richten sich nicht nur an Demenzkranke, sondern generell an alle, die Spaß am Tanzen, an der Bewegung haben, an Betroffene wie Angehörige.

Monatlich werden dazu Tanznachmittage stattfinden (Termin siehe PROGRAMM), begleitet von Musik aus den 1940er- bis 1980er-Jahren, vom Tango, über Walzer bis zum Foxtrott. Die Leitung übernimmt Tanztrainer Holger Dolfen von PID. Zu gehen wie in einer durch-koo-

dinierten Tanzschule soll es dabei nicht. „Wir geben nur Hilfestellungen, die Leute sollen sich nicht bevormundet fühlen und einfach Spaß haben“, so Dolfen.

Dem Tanz komme dabei eine besondere Bedeutung zu: Laut einer Harvard-Studie kann Tanzen die Gehirnfunktion ankurbeln, Symptome und Krankheitsverlauf um bis zu 76 Prozent verlangsamen, generell das Risiko senken. „Tanzen ist wie Prophylaxe“, sagte Holger Dolfen. Das gelte ebenso für den zweiten Programmteil: Tanztrai-

nerin Ludmila Dolfen, ebenfalls vom PID, leitet die „Moment“-Gruppe, die sich dem motorischen und mentalen Training widmet.

Das „Moment“-Konzept ist ein für Demenzerkrankungen entwickeltes Trainingsprogramm und verknüpft körperliche und mentale Aspekte. An zehn Terminen in der Dr.-Wolffschen-Stiftung in Ockershausen dreht sich alles um Bewegungs-, Koordinations- und Gedächtnistraining. Spielerisch sollen die Teilnehmer die eigene Beweglichkeit, Reflexe und das Gehirn ankurbeln. „Wir wollen die Bewegungssicherheit und Alltagsfähigkeiten trainieren, von Kopf bis Fuß“, erklärt die Moment-Trainerin.

Hintergrund des neuartigen Kooperationsprojekts ist eine bundesweite Initiative mit dem Ziel, Demenzkranke in die Öffentlichkeit zurückzubringen. Das Programm will demenzkranke Menschen (re)aktivieren, aus ihrem Schneckenhaus, aus der Isolation herausholen. Denn Betroffene ziehen sich häufig zurück, aus Scham oder Sorge ob ihrer Erkrankung, werden unsicher – viele trauen sich nicht mehr zu, am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen, erklärt Bender.

Selbiges gilt für die Angehörigen, die sich, häufig überfordert mit der Situation zu Hause, ebenfalls zurückziehen. „Wir wollen auch die Angehörigen aus ihrer Betreuerrolle herauslösen. Die Freude an der Bewegung, der Spaß und das Zusammensein mit anderen Menschen, ob krank oder nicht, steht im Vordergrund“, fasst die Koordinatorin zusammen.

Die „Tanz-mit-mir“-Nachmittage finden im großen Saal des barrierefrei zugänglichen Gemeindehauses in Wehrshausen statt. Das zusätzliche Angebot freut Ortsvorsteher Andreas Bergmann: „Es ist uns wichtig, dass das Projekt hier integriert wird, das unterstützen wir gerne“, sagt er. Das Tanzprogramm ergänze bereits bestehende Angebote und komme gerade dem älteren Teil der Bevölkerung zugute.

Stadt folgt Bitten von Unfallzeugen

Erklärung zum Abbau des weißen Fahrrads

Marburg. Das Entfernen des weißen Fahrrades in der Bahnhofstraße, das an den Tod einer dort verunglückten Frau erinnern sollte, hat für Diskussionen gesorgt. Nach Anfrage der OP gab gestern Bürgermeister Wieland Stötzel eine Stellungnahme ab: Ein Fremdverschulden liege nach Informationen der Stadt nicht vor, teilt er mit. Der Tod eines Menschen und die Trauer darüber eignen sich nicht zum politischen Schlagabtausch. Das Fahrrad sei auf öffentlicher Verkehrsfläche abgestellt worden. Dem Ordnungsamt sei weder der Eigentümer noch derjenige bekannt, der es dort abgestellt habe, sondern nur Koordinatoren der Aktion. Zuletzt hätten sich Stimmen

von dort lebenden und arbeitenden Menschen gemehrt, die um Entfernung des Rades bitten. Sie seien mit dem Ereignis konfrontiert worden und möchten ihr traumatisches Erlebnis verarbeiten, ohne dauerhaft daran erinnert zu werden. Daher hätten diese Augenzeugen darum gebeten, das Mahnmal an dieser Stelle abzubauen. Die Abwägung zwischen der Bewahrung eines Ortes des Andenkens und dem Wunsch der Anwohner sei keine leichte Frage gewesen. „Wir haben uns nach Rücksprache mit dem Koordinator des Mahnmals entschieden, das Fahrrad noch bis zum Jahrestag des Unglücks dort zu belassen und erst danach abzubauen“, so der Bürgermeister.

PROGRAMM

■ Das Angebot „Tanz mit mir“ findet samstags von 14.30 bis 17.30 Uhr im Gemeindehaus Wehrshausen, Wehrshäuser Straße 2a, statt. Der Eintritt kostet 5 Euro. Termine: 24. Februar, 24. März, 26. April, 26. Mai, 31. Juni, 25. August, 29. September, 27. Oktober, 24. November.

■ Der Moment-Kurs für motorisches und mentales Training findet fortlaufend statt, immer dienstags zwischen 10 und 11.30 Uhr in der Dr. Wolffschen Stiftung in Ockershausen, Bachweg 15. Teilnahmegebühr für zehn aufeinanderfolgende Termine: 50 Euro.

■ Die Anmeldung ist möglich bei der Alzheimer-Gesellschaft Marburg-Biedenkopf. Kontakt unter Telefon 06421/690393, auf www.alzheimer-mr.de oder per E-Mail an info@alzheimer-mr.de. Bei der Alzheimer-Gesellschaft gibt es auch weitere Informationen.

Polizei hatte „alle Hände voll zu tun“

Zahlreiche Einsätze nach Rosenmontagsumzug ohne Zwischenfälle

Angesichts der Menge der Menschen, die in und um Marburg Karneval gefeiert haben, sei jedoch alles im Rahmen geblieben, resümiert Marburgs Polizeisprecher Martin Ahlich.

Fortsetzung von Seite 1

Marburg. Der Rosenmontagsumzug in Marburg verlief ohne Zwischenfälle. Danach hatte die Polizei am Rosenmontag und in der Nacht zum Faschingsdienstag – wie erwartet – „alle Hände voll zu tun“. Eine 36-jährige Frau zeigte laut Polizeimeldung fast drei Stunden nach dem Vorfall eine sexuelle Belästigung an. Obwohl sie ihn eindeutig aufgefördert habe, die Berührungen zu lassen, habe der Mann nicht reagiert.

Die Frau beschrieb den Mann als „Macho-Typ“. Er war etwa 1,90 Meter groß, Ende 30 Jahre alt und sportlich. Er hatte kurze, braune Haare, braune Augen und einen Drei- bis Vier-Tage-Bart, der eventuell auch aufgemalt war. Der Mann sprach laut Polizeiinformation akzentfreies Deutsch. Die Suche nach dem beschriebenen Täter in einer Gaststätte im unteren Steinweg blieb erfolglos.

Mit steigendem Alkoholpegel sei es vermehrt zu Beleidigungen, Sachbeschädigungen und Körperverletzungen gekommen, die angezeigt wurden. Schwere verletzt wurde laut Information der Polizei niemand. Die Einsätze konzentrierten sich nach dem Rosenmontagsumzug auf die Gaststätten in der Kernstadt. Zwei polizeibekanntes junge Männer, die einen ausgesprochenen Platzverweis nicht befolgten, nahm die Polizei um 21 Uhr bis Mitternacht in Gewahrsam.

Zwei Menschen müssen sich noch wegen Widerstands gegen die Polizei verantworten.

Im Ostkreis und Hinterland blieb es laut Ahlich ruhig. Bei Verkehrskontrollen dort lag das höchste Ergebnis eines Alkoholtests bei 0,22 Promille.



Die Polizei war auch noch lange nach dem Rosenmontagsumzug im Einsatz.
Foto: Thorsten Richter

In Marburg hingegen fuhr ein Autofahrer um 2.25 Uhr in der Universitätsstraße mit 1,29 Promille unter deutlichem Alkoholeinfluss. Der 29-jährige Marburger musste eine Blutprobe über sich ergehen lassen und seinen Führerschein abgeben. Über die Dauer des Führerscheinentzugs und die strafrechtliche Konsequenz entscheidet ein Gericht.

Sexuelle Belästigung und Pfefferspray-Angriffe

Auch die Bundespolizei zieht eine „positive Einsatzbilanz“. Nach Marburg kamen rund 20000 Besucher, davon reisten etwa 500 Karnevalisten per Bahn zum Rosenmontagsumzug an, heißt es in einer Meldung der Bundespolizei in Kassel.

Im Hauptbahnhof wehrte sich laut der Polizeimeldung ein 20-Jähriger aus Eritrea mit Tritten und Schlägen gegen eine Kontrolle. Zwei Bundespolizisten überwältigten den Mann und fesselten ihn. Ein Beamter des Bundespolizeireviere Gießen wurde bei der Aktion leicht verletzt, teilt die Bundespolizei mit. Eine Frau hatte gegen 19.40 Uhr bei der Bundespolizei angegeben, der 20-Jährige habe sie sexuell belästigt. Anschließend war die Frau mit ihrem Anschlusszug weitergefahren.

Außerdem kam es gegen 22.30 Uhr wegen einer Pfeffersprayangriff auf einen Polizeieinsatz im Hauptbahnhof. Ein Mann hatte das Reizmittel versprüht und dadurch zwei 17 und 19 Jahre alte Mädchen verletzt. Beide kamen anschließend mit einem Rettungswagen zur ambulanten Behandlung ins Uniklinikum. Drei Streifenwagen der Polizei station Marburg führten sofort erste Fahndungsmaßnahmen durch, blieben aber erfolglos.

Zeugen dieses Vorfalles sowie die Frau, die im Hauptbahnhof sexuell belästigt worden sein soll, werden gebeten, sich bei der Bundespolizeiinspektion Kassel unter Telefon 0561/816160 zu melden. Zeugen der sexuellen Belästigung in der Oberstadt melden sich bitte bei der Polizei Marburg, Telefon 06421/4060.



20 % *Gutschein Nr. 14
gültig bis 5.3.2018

1 Textil-Teil Ihrer Wahl

20 % *Gutschein Nr. 23
gültig bis 5.3.2018

1 Textil-Teil Ihrer Wahl

20 % *Gutschein Nr. 15
gültig bis 5.3.2018

1 Textil-Teil Ihrer Wahl

20 % *Gutschein Nr. 24
gültig bis 5.3.2018

1 Textil-Teil Ihrer Wahl

20 % *Gutschein Nr. 16
gültig bis 5.3.2018

1 Textil-Teil Ihrer Wahl

20 % *Gutschein Nr. 25
gültig bis 5.3.2018

1 Textil-Teil Ihrer Wahl

20 % *Gutschein Nr. 17
gültig bis 5.3.2018

1 Textil-Teil Ihrer Wahl

20 % *Gutschein Nr. 26
gültig bis 5.3.2018

1 Textil-Teil Ihrer Wahl

ZUSATZRABATT
20 %* auf reduzierte
SCHUHE +
DAMEN- u. HERREN-MODE

20 % *Gutschein Nr. 18
gültig bis 5.3.2018

1 Textil-Teil Ihrer Wahl

20 % *Gutschein Nr. 27
gültig bis 5.3.2018

1 Textil-Teil Ihrer Wahl

20 % *Gutschein Nr. 19
gültig bis 5.3.2018

1 Textil-Teil Ihrer Wahl

20 % *Gutschein Nr. 28
gültig bis 5.3.2018

1 Textil-Teil Ihrer Wahl

20 % *Gutschein Nr. 20
gültig bis 5.3.2018

1 Teil Ihrer Wahl

20 % *Gutschein Nr. 29
gültig bis 5.3.2018

1 Teil Ihrer Wahl

20 % *Gutschein Nr. 21
gültig bis 5.3.2018

1 Teil Ihrer Wahl

20 % *Gutschein Nr. 30
gültig bis 5.3.2018

1 Teil Ihrer Wahl

15 % *Gutschein Nr. 22
gültig bis 5.3.2018

1 Teil Ihrer Wahl

15 % *Gutschein Nr. 31
gültig bis 5.3.2018

1 Teil Ihrer Wahl

– Gutschein abtrennen und vor dem Bezahlen an der Kasse abgeben*
– Der Gutschein ist nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar*
– Ausgen. Aktionsware/Grün-Preise/Zeitschr./Süß- und Tabakwaren/(Elektro+Schuhe 10%)*

KAUFHAUS

Bahnhofstr. 3 • Marburg
Tel.: 06421/685110

TEKA