

100 Teilnehmer in vier Gruppen aktiv



Günter Bienewitz und Marita Haferkemper-Aelker (vorne) leiten die Herzsportgruppen, denen aktuell rund 100 Teilnehmer angehören.

Bilder: Grünebaum

Reha-Sport seit 25 Jahren eine Herzensangelegenheit

Beckum (jac). „Dem Herzen auf die Sprünge helfen“: das ist seit einem Vierteljahrhundert das Motto für die Herzsportgruppen in Beckum. Mit Spiel, Sport und Spaß sorgen die rund 100 Mitglieder der aktuell vier Gruppen nach Herz-Kreislaufkrankungen für ihre Fitness. Mehr als 4000 Stunden standen die betreuenden Ärzte den Patienten während der Übungsstunden bisher zur Seite.

Vor 25 Jahren, genau am 7. Februar 1987, gründeten Günter Bienewitz und Norbert Kiesewetter von der Sportgemeinschaft Rote Erde Beckum die erste lokale Herzsportgruppe. Inge Holsträter von der AOK hatte seinerzeit die Initiative angeregt.

Die erste Beckumer Koronarsportgruppe startete in der Overbergschule. Die große Resonanz machte schon nach kurzer Zeit die Gründung einer zweiten Gruppe erforderlich, die sich in der Eichendorff-Turnhalle traf. Anfang der 1990er-Jahre mussten die Herzsportler die Eichendorff-

Turnhalle für ein Jahr räumen, die zeitweise zur Notunterkunft wurde. Heute, nach der Gründung weiterer Gruppen 1997 und 2004, sind fast 100 Männer und Frauen regelmäßig an der Grottkauer Straße mit Spiel und Sport aktiv.

Die Gründungsväter Bienewitz und Kiesewetter wurden von 2004 an durch weibliche Unterstützung ergänzt: Marita Haferkemper-Aelker übernimmt seither die Führung einer der Gruppen. Heute, acht Jahre später, sucht Bienewitz wieder Unterstützung: „Wir sind momentan auf der Suche nach einem weiteren Übungsleiter mit Reha-Schein“.

Von der Organisation einmal abgesehen, übernehmen die Leiter die Führung der Übungsstunden und helfen den Patienten, mit verschiedenen spielerischen und sportlichen Aktivitäten ihre individuellen Belastungsgrenzen zu finden.

Gemeinsame Aktivitäten wie Ausflüge, Wanderungen oder Grillabende sind ebenfalls wich-

tig, um den Zusammenhalt der Gruppen zu sichern.

Bei den Sportabenden spielt die medizinische Versorgung eine wichtige Rolle. „Eine komplette Notfallausrüstung inklusive Blutdruckmessgeräten und Defibrillator sind bei jedem Training mit dabei“, machte Günter Bienewitz deutlich. Außerdem muss in jeder Übungsstunde ein Arzt zur Betreuung bereit stehen – das sind die Voraussetzungen für den Erhalt der Reha-Sportgruppen, denen Interessenten nur auf entsprechende Verordnung beitreten können.

Dem medizinischen Betreuungsteam gehören zurzeit 13 Ärzte an. Der Dank der Beckumer Herzsportgruppen gilt Dr. Stephanie Hunold, Dr. Nadeschda Hense, Dr. Claudia Urbisch, Dr. Andrea Heidenreich, Dr. Rita Simon, Dr. Julian Simon, Dr. Bernhard Weinekötter, Dr. Bernd Kirchschrager, Dr. Jens Bredehöft, Dr. Karl-Heinz Hehemann, Dr. Rainer Hein, Dr. Karsten Kühne und Dr. Uwe Conrad.

Hintergrund

Rund 5000 Herzsportgruppen sind in Deutschland aktiv. Unter fachkundiger Anleitung speziell dafür ausgebildeter Übungsleiter und medizinischer Kontrolle können hier Herzpatienten, die die Rehabilitationsmaßnahmen beendet haben, individuell abgestimmten sportlichen Aktivitäten nachgehen.

Der so genannte Koronarsport gilt als letzte therapeutische Institution nach der Reha in Kran-

kenhäusern und Herzkliniken; der Anschluss an eine Herzsportgruppe wird den Patienten als Folgemaßnahme empfohlen. Die Kursgebühren werden von den Krankenkassen übernommen.

Ziele der Herzsportgruppen sind die richtige Wahrnehmung für persönliche Belastungsgrenzen finden, Abbau von Ängsten vor erneuten Herzattacken durch körperliche Belastung und der Austausch mit anderen Patienten.



Konzentration ist bei manchen Übungen auch gefragt.



Blutdruckkontrolle ist wichtig: Dr. Stephanie Hunold misst in der Sportpause bei Hildegard Wesemann nach.



Halten sich und ihren Kreislauf mit dem Pezziball fit: Ulrich Berbaum (l.) und Rainer Trösken.

Besitzerwechsel im Bahnhof gefeiert

Bürgermeister kommt mit Lok zu Schlüsselübergabe

Beckum (bfe) Das Projekt „Kulturnahnhof Beckum“ ist jetzt auch hoch offiziell auf Gleis gesetzt: Bei einem ersten Konzert im alten Beckumer Bahnhof bekam der neue Eigentümer Stefan Schoenefeldt am Donnerstagabend den „Hausschlüssel“ von Bürgermeister Dr. Karl-Uwe Strothmann überreicht.

Stilgerecht „angereist“ war der

Bürgermeister mit einer WLE-Lokomotive. Begrüßt wurden die rund 100 Gäste mit Liedern der Schoenefeldt Chöre.

Der neue Eigentümer Stefan Schoenefeldt bedankte sich bei allen Beteiligten für die Unterstützung dieses Kulturprojektes. „Die Idee, aus diesem alten Gemäuer einen Kulturnahnhof zu machen, ist mir vor einem Jahr gekommen,

als mir die Stadt dieses Gebäude zum Kauf angeboten hat“, erklärte er bei seiner Begrüßung. Der Bürgermeister drückt die Daumen: „Wir wünschen Ihnen für diesen mutigen Schritt viel Erfolg bei diesem Projekt, das auch für die Stadt ein Gewinn ist.“

„Dieser Bahnhof suchte nach einer kreativen und mutigen Person für dieses ehrgeizige und mu-

tige Projekt, und Sie sind die richtige Person dafür“, betonte CDU-Fraktionsvorsitzender Werner Knepper. Der „Chor Total“ sammelte erste Spenden für das Vorhaben. Sie überreichten dem neuen Hausherrn Brot und Salz, ein großes Marzipan-Glückschwein und als musikalisches Geschenk ein improvisiertes Rockkonzert mit Stücken wie

„Born to be wild“, „Smoke on the water“ und „Sweet home Alabama“, vorgetragen von Eduard Oldenburger (Gitarre) und Malcolm Holmes (Gesang). Die „Zombies“ hatten ihren Auftritt zum Schluss des Konzertes: Einige Mitglieder der Chöre führten in schaurigen Kostümen das Musikvideo „Thriller“ von Michael Jackson auf.



Symbolisch mit der WLE-Lok angereist, übergab Bürgermeister Dr. Karl-Uwe Strothmann (l.) den Schlüssel zum Bahnhof an dessen neuen Besitzer Stefan Schoenefeldt. Bilder: Fernkorn



Schaurig schön: Einige Chormitglieder vertrieben zu Michael Jacksons Song „Thriller“ alte Bahnhofs-Geister.



Beckum

Varia

Beratungsstunde für Schwangere

Beckum (gl). Am kommenden Montag, 6. Februar, von 9 bis 11 Uhr wird es in den Räumlichkeiten des Mütterzentrums Beckum, Wilhelmstraße 41, ein Informationsangebot für Schwangere, junge Familien und deren Angehörige geben. Dieses Angebot findet regelmäßig an jedem ersten Montag im Monat statt.

Marita Röhm, Beraterin bei der Beratungsstelle Varia, beantwortet Fragen zu Themen wie Mutterschutz, Arbeitslosengeld II, Elterngeld, Kindergeld, Unterhalt, Kinderbetreuung oder andere familienunterstützende Möglichkeiten. Eine Voranmeldung ist nicht notwendig. Kinder können mitgebracht werden. Ebenso besteht auch die Möglichkeit, weitere Termine für die Klärung persönlicher Anliegen zu vereinbaren.

Weitere Informationen gibt es bei Marita Röhm, ☎ 02521 / 8278780.

VHS

Strickfilzen im Kursus erlernen

Beckum (gl). Die Volkshochschule (VHS) Beckum-Wadersloh bietet ab 7. Februar um 19 Uhr jeweils dienstags einen zweitägigen Kursus zum Thema „Strickfilzen“ an. Petra Maria Nüksen verspricht, dass auch im Stricken ungeübte und unsichere Hände hübsche Teile zum Vorschein bringen können, denn durch den Filzprozess verschwinden Unregelmäßigkeiten.

Anmeldung und Infos unter ☎ 02521 / 29707 oder unter www.vhs-beckum-wadersloh.de.

SDUK

Ausschuss berät ZOB-Pflasterung

Beckum (gl). Zu seiner nächsten Sitzung tritt der Ausschuss für Stadtentwicklung, Demographie, Umwelt- und Klimaschutz am Mittwoch, 8. Februar, um 17 Uhr im Rathaus Neubeckum zusammen. Unter anderem geht es um die Pflasterung des neuen Busbahnhofs (ZOB). Außerdem berät das Gremium den Haushaltsplan.

AOK

MS-Kontaktkreis feiert Karneval

Beckum (gl). Der MS-Kontaktkreis Beckum feiert Karneval. Hierzu sind alle Mitglieder am Mittwoch, 8. Februar, um 15 Uhr in die Cafeteria der AOK in Beckum, Einsteinstraße 2-4, eingeladen. Ein buntes karnevalistisches Überraschungsprogramm wartet auf die Besucher.

VdK

Anmeldung für den Wandertag

Beckum (gl). Der Ortsverband Beckum im VdK mit Diestedde, Neubeckum und Oelde lädt am Donnerstag, 9. Februar, zum Wandertag ein. Treffpunkt ist um 15 Uhr auf der Wilhelmstraße am Parkplatz des Mütterzentrums.

Ziel der Wanderung, zu der Anmeldungen unbedingt erforderlich sind, ist das Hotel Brinkmann in Beckum, Heddigermarkstraße.

Anmeldungen bei Werner Hörster unter ☎ 02521 / 3705.