

Fahrrad-Marathon "Tour Demenz" führte über 700 km quer durch NRW

10.07.2017 Landessportbund Nordrhein-Westfalen



Rund 700 Kilometer quer durch Nordrhein-Westfalen – mit dem Fahrrad, an 3 Tagen. Dieser Herausforderung stellte sich Triathlet Arnd Bader im Rahmen der sogenannten „Tour Demenz“, die am 4. Juli 2017 in Aachen startete und am 6. Juli in Düsseldorf endete.

„Ohne Orientierung geht es nicht“

Ziel des Fahrrad-Marathons der [Landesinitiative Demenz-Service-NRW \(LID\)](#) war es, die besondere Situation von allein lebenden Menschen in den Blick zu nehmen. Für Arnd Bader bedeutete das „Fahren ohne Orientierung“, denn den genauen Streckenverlauf kannte der Ausdauer-Sportler nicht. Hilfe bekam er an insgesamt 13 Etappen, die nur unweit der Demenz-Service-Zentren in NRW lagen. Engagierte Mitfahrer aus den Reihen des Sports, das Tour Demenz Team und zahlreiche Partnerorganisationen haben die Aktion unterstützt, um Arnd Bader, der

symbolisch für einen Menschen mit Demenz stand, auf der Strecke zu begleiten. „Ohne Orientierung geht es nicht und ähnlich schwer haben es Menschen mit Demenz, sich im Alltag allein zurechtzufinden“, so der 50-jährige. Die Tour transportierte nicht nur die Botschaft, dass allein lebende Menschen mit Demenz besondere Zuwendung und Unterstützung im Alltag brauchen, sondern auch sportliche Aktivitäten mit Unterstützung und in der Gemeinschaft durchaus möglich sind.

Am dritten Tag und der vorletzten Station der Tour nahmen Mitarbeiter und Aktive des DSZ Region Duisburg und der LSB „Schweinehund“, Maskottchen für den gesundheits- und Breitensportorientierten Sport, den Marathonfahrer und sein Begleitteam auf dem Gelände des Ev. Christophoruswerk e.V. gebührend in Empfang und applaudierten für die großartige Leistung.

Mit vor Ort waren auch der Stadtsportbund Duisburg und die VSG Duisburg e.V., deren Übungsleiterin Ursula Goworek den Bewohnern und Gästen praktische Tipps zum Umgang mit dem Rollator gaben. **Dirk Schröter** vom LSB-Team machte sich derweil stark, um die letzte Etappe zum Ziel nach Düsseldorf mitzufahren.

LSB-Botschaften als Flaschenpost an die Landesregierung

In der mitgelieferten Flaschenpost, die dem Team der Tour von vielen Unterstützern wunschgemäß übergeben wurde, befand sich auch eine Botschaft des Landessportbundes NRW, die gemeinsam mit den vielen anderen Botschaften und Wünschen am Ziel der Etappe im DSZ Düsseldorf an das Land NRW und die Pflegekassen übergeben wurden. Diese unterstreicht nicht nur die Bedeutung von Bewegung und Sport in der Prävention. Auch wenn eine Demenzerkrankung schon aufgetreten ist, bieten Bewegungsprogramme ein Plus an Lebensqualität. Wichtige Erkenntnisse und praktische Handlungsempfehlungen dazu hat das gemeinsam vom Behinderten- und Rehabilitationssportverband NRW und Landessportbund NRW durchgeführte und vom Land NRW geförderte Projekt „Sport für Menschen mit Demenz“ (2014-2016) geliefert. Über 1.500 Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen und Begleiter/-innen wurden hier über einen Zeitraum von drei Jahren regelmäßig im Tandem von Sportvereinen und Netzwerkpartnern bewegt. Allein ist dabei Niemand geblieben und eine zentrale Erkenntnis der Beteiligten war: „Sport geht immer!“ Arnd Bader hat auch in diesem Projekt mitgearbeitet und sagt: „Gemeinsam geht es immer besser als allein!“

Die Flaschenpost mit Anregungen, Wünschen und Botschaften des LSB NRW an die Landesregierung finden Sie hier:

[Flaschenpost LSB NRW](#)

Weitere Informationen zur Tour Demenz und den Tour Blog gibt es hier:

<http://mensch.nrw/tour-demenz/>

Informationen zum Projekt „Sport für Menschen mit Demenz“ finden Sie unter folgendem Link:

<https://www.brsnw.de/demenz.html>