



Spendenübergabe: Lebensweg-Treppe des Lions Clubs für die Rohe'sche Altenheimstiftung Kleinwallstadt. Foto: privat

## »Lebensweg-Treppe« für körperliche Fitness im Alter

Spende: Lions Club unterstützt Rohe'sches Altenheim

**KLEINWALLSTADT.** Die Bewohner der Rohe'schen Altenheim-Stiftung in Kleinwallstadt besitzen seit kurzem ihre eigene »Lebensweg-Treppe«. Sie besteht aus Gebirgslärche und hat Stufen auf der einen und eine Rampe auf der anderen Seite. Der Lions-Club Main Spessart-Obernburg spendete die Treppe.

Mit dem »Lebensweg«, so die Bezeichnung laut Hersteller, wird ein Anreiz geschaffen, mit Freude und Spaß im Alter aktiv zu werden und somit die eigenen Ressourcen zu fördern. Alle Bewegungen wie Gehen, Stehen und Greifen fordern den menschlichen Körper. Es ist ein Zusammenspiel zwischen den Sinnesorganen, dem Gehirn und der Muskulatur. Je besser diese Abstimmung funktioniert, umso leichter fällt das alltägliche Leben.

### Geschicklichkeit verbessern

Die Bewohner des Heims können mit dem »Lebensweg« im Garten der Einrichtung ihre Geschicklichkeit mit Therapeuten und Fachkräften verbessern. Gleichzeitig werden das Herz und das Kreislaufsystem trainiert. Das »Mobilitätsgerät« ist für alle Generationen geeignet. Die Bewegungen orientieren sich dabei am täglichen Leben. Mobilität und Selbstständigkeit tragen nachweislich zur Vermeidung und/oder Reduzierung verfrühter Pflegebedürftigkeit bei.

Die Anregung, eine Spende zur Finanzierung der Treppe beim Lions Club zu erbitten, kam von Clubmitglied Walter Pfeifer,

Hausarzt vieler Bewohner der Einrichtung. Oft fehlen sozialen Einrichtungen für derartige nützliche Geräte die finanziellen Mittel – die »Lebensweg-Treppe« hat einen Wert von rund 4800 Euro.

Sechs Mitglieder des Lions Clubs Main Spessart-Obernburg nahmen sich bei einer Feierstunde die Zeit, gemeinsam mit Einrichtungsleiterin Kerstin Weckwerth und den Bewohnern den »Lebensweg« zu eröffnen und zu erproben.

### Wertvolles Engagement

Weckwerth betonte, dass sie die Treppe im Außengelände symbolisch als Brücke zwischen dem Lions Club und der Rohe'schen Altenheim-Stiftung sehe. Durch das Engagement des Lions Clubs, entstünden immer wieder wertvolle Bücken zu Menschen, die Hilfe benötigen. Es sei eine große Wertschätzung betagter Menschen gegenüber, sie im Gemeinwesen zu fördern und nicht zu vergessen.

Hans Schmittner, Präsident des Lions Clubs, motivierte die Anwesenden mit einer persönlichen Geschichte. Er erzählte, wie der Wille zur Mobilität und kontinuierliches Treppensteigen seinem Fahrradkollegen nach schwerer Krankheit wieder zur Genesung verhalf. Danach konnten sich Gäste und Bewohner am »Lebensweg« erproben. Dabei wurde bei den Gästen das Training mit Gewichten an den Beinen erschwert, um zu spüren, welche Hürden ältere Menschen beim Treppen steigen zu überwinden haben. ana