

## Gesundheitsförderung

# Mitarbeiter der Lebenshilfe laufen 160 000 Kilometer

Aktualisiert: 07.07.17 12:42



Eine große Erdkugel symbolisierte beim Sommerfest der Lebenshilfe die erfolgreiche Bewegungsaktion der Mitarbeiter.

© Uli Preuss

Bewegungsprojekt ist Teil der Gesundheitsförderung.

Von Jutta Schreiber-Lenz

„Reiseleiter“ Andreas Engel, Geschäftsführer der Solinger Lebenshilfe, kickte den großen Ball in Erdkugeloptik zu Beginn in die Menge. Dort wurde er von einem zum anderen weitergereicht: Die Mitarbeiter, die sich Donnerstagvormittag im Hof der Werkstatt an der Freiheitsstraße versammelt hatten, um ihr Sommerfest zu feiern, waren in den vergangenen Monaten zu Weltenbummlern geworden. In Kooperation mit der Sporthochschule Köln hatten sich 330 von ihnen aus allen Standorten ab dem 1. Februar in 24 Teams zusammengeschlossen, um Schritte zu sammeln.

„Das Thema Gesundheitsförderung stand bei uns dieses Jahr an, und da gehört Bewegung an erster Stelle dazu“, erläuterte Integrationsbeauftragte Marieke Wax. Ausgerüstet mit

gesponserten Schrittzählern hatten sich die Teams unterschiedliche Ziele gesetzt: „Einige sind nach Paris gelaufen, andere nach Rom, an den Nordpol – das hat jede Gruppe unter sich mit ihrer jeweiligen Leitung festgelegt. An der Spitze der Teams standen jeweils ein behinderter und ein nichtbehinderter Mitarbeiter der Lebenshilfe“, erklärte sie. Damit auch die Rollstuhlfahrer mitmachen konnten, gab es für sie alternativ zum Schrittzähler einen Fahrradcomputer.

### **Insgesamt wurden 160 000 Kilometer gelaufen**

Das Ergebnis des Projekts ist beeindruckend: „Ihr seid zusammen 160 000 Kilometer gelaufen, also viermal um den Globus“, verkündete Engel bei der Begrüßung. Dafür erntete er großen Jubel von der Belegschaft, die auf den bereitgestellten Bierbänken unter den mit Weltkugel-Luftballons und Länderflaggen geschmückten Zeltpavillons plauderten.

Viele hatte sich einen der alkoholfreien Cocktails besorgt, die die Elternschaft zum Thema zusammenmischte: Ananas- und Orangensaft mit Kokosmilch fand als „Kairo spezial“ großen Anklang. Auch die russische „Väterchen Frost“-Kreation aus Pfirsich-, Ananas-, Cranberry- und Zitronensaft kam gut an. Ansonsten bot der Tag mit Karaoke-Show, Trommelworkshop und „Drums alive“ – Trommeln auf Medizinbällen – viel Abwechslung.