

Pressemitteilung vom 29.10.2020

## **Landesseniorenbeirat weist auf die Notwendigkeit von (Gesundheits-)Sport in der Corona-Krise hin**

Die neuen Maßnahmen von Bund und Ländern betreffen auch Anbieter und Einrichtungen des Sports. Orte, an denen Bewegungsförderung und Ressourcenerhalt eine wichtige Rolle spielen. In der Öffentlichkeit werden Senior\*innen in Zeiten von Corona überwiegend als Einheit der Risikogruppe dargestellt. Diesen Umgang kritisiert der Landesseniorenbeirat und weist auf die Wichtigkeit von Sport für alle älteren Menschen hin. Für eine gute Gesundheit ist Bewegung in jeglicher Form gerade für Risikogruppen von Bedeutung. Durch entsprechende Angebote können Ressourcen aufgebaut und Beschwerden gelindert werden. (Gesundheits-)Sport trägt neben der körperlichen auch zur sozialen Gesundheit bei. Sportgruppen schaffen einen Raum für Begegnung und Austausch.

Vor allem Bewohner\*innen in Pflegeeinrichtungen sind darauf angewiesen, dass Gesundheitssport angeboten und vor Ort durch Menschen angeleitet wird. Insbesondere für ältere Menschen kann eine längere Auszeit oder die falsche Ausführung einer Übung durch fehlende Anleitung großen Schaden anrichten. Eine flächendeckende Versorgung für älteren Menschen mit (Gesundheits-) Sportangeboten muss daher weiterhin gewährleistet werden. Die vergangenen Monate haben dabei gezeigt, dass die Umsetzung unter Einhaltung der Hygienemaßnahmen möglich ist. Der Landesseniorenbeirat fordert die Aufrechterhaltung der Angebote für Senior\*innen in Pflegeheimen sowie bei Anbietern vor Ort.

Eveline Lämmer

Vorsitzende

Landesseniorenbeirat Berlin