

GWG Wernigerode weihte „Platz der interaktiven Begegnung“ ein

Spielplätze (nicht nur) für die ältere Generation – denn Bewegung tut allen gut

Die Idee, älteren Menschen auf öffentlichen Grünflächen die Gelegenheit zu sportlicher und spielerischer Betätigung zu bieten, ist nicht neu, im Hinblick auf den demografischen Wandel jedoch aktueller denn je. Der Trend kommt aus China, wo bereits vor mehr als 20 Jahren so genannte „Outdoor-Fitnessparks für Erwachsene“ eingerichtet wurden. Auffällig viele ältere Menschen bekundeten dort Interesse an den verschiedenen Sport- und Entspannungsangeboten. Mittlerweile wird in fast allen deutschen Großstädten über den Bau von Spielplätzen, die speziell Senioren ansprechen sollen, nachgedacht, aber auch in kleineren Orten hat die Idee schon ihre Anhänger gefunden.

„Nicht das Alter ist das Problem, sondern unsere Einstellung dazu“

Ein kleiner, aber bei den Anwohnern bereits sehr beliebter „Spielplatz für die ältere Generation“ ist seit Mai 2008 Am Barrenbach 6 im Wernigeröder Stadtteil Harzblick in Betrieb. Er wurde zum Abschluss eines umfangreichen Modernisierungsprogramms eingeweiht. Die Geschäftsführerin der GWG Gebäude- und Wohnungsbaugesellschaft Wernigerode hatte mit einem passenden Zitat von Cicero zu dieser Veranstaltung eingeladen: „Nicht das Alter ist das Problem, sondern unsere Einstellung dazu“, zitierte Kirsten Fichtner den römischen Geschichtsschreiber. Gemeinsam mit dem sehr aktiven Seniorenbeirat der Stadt Wernigerode wurde anschließend nach einem passenden Namen für den Platz gesucht. Im Rahmen eines Wettbewerbs gingen zahlreiche Vorschläge ein. „Die meisten Punkte erhielt die Idee der Anwohnerin Ruth Ackert. Sie plädierte für die ‚Fitness-Oase am Barrenbach‘“, erläuterte Renate Schulze vom Seniorenbeirat anlässlich der Taufe des Platzes am 24. Juni 2008. Die Gewinnerin kann sich über ein Jahresabo der „Neuen Wernigeröder Zeitung“ freuen.

Die „Fitness-Oase am Barrenbach“ wurde auf gut 600 Quadratmetern als Hof gestaltet. Dort findet, wer sich fit halten will, drei interessante Sport- und Spielgeräte: einen Beintrainer (Walker), auf dem man durch leichtes Treten ordentlich in Schwung kommt, einen

„Das reife Alter ist aller Freuden des blühenden Jugendalters fähig, und das hohe Alter aller Freuden der Kindheit.“

Joseph Joubert 1754-1824 (Französischer Moralist)

Schultertrainer mit Taiji-Massage zur Kräftigung der Kopf- und Schulterpartie sowie



Direkt vor dem Wohnblock Am Barrenbach 6 in Wernigerode ist ein kleiner Parcours entstanden, der auch Spaziergänger zur Fitness animieren soll

Quelle: GWG Wernigerode

einen Beweglichkeitstrainer namens Happy Big Wheel, der eine gute Motorik fordert und fördert. „Wenn diese Geräte gut angenommen werden, wollen wir das Angebot erweitern“, erklärte Kirsten Fichtner in der Hoffnung, dass mit dieser Einrichtung samt Grillplatz und bequemen Sitzmöglichkeiten das Gemeinschaftsleben in der Siedlung weiter forciert wird.

Beeindruckt zeigte sich der GdW-Präsident Lutz Freitag von der Idee der GWG, mit dem „Seniorenspielplatz“ einem in Deutschland noch recht jungen Trend zu folgen: „Sie haben mit diesem Projekt nicht nur für Sachsen-Anhalt ein Zeichen gesetzt“, lobte Freitag. In einem persönlichen Schreiben bescheinigte er der GWG-Geschäftsführerin eine „gelungene Zielsetzung“.

Fitnessparcours und Begegnungsort

Nach Deutschland gelangte das aus China stammende Konzept Ende der 1990er Jahre. Die Idee eines solchen Platzes, der in erster Linie älteren Menschen als Fitnessparcours und Begegnungsort dienen soll, klingt auf den ersten Blick etwas gewagt. Denn die Tatsache, dass sich gestandene Leute in freier Natur an Spielgeräten austoben, klingt für viele erst einmal ungewohnt. Doch warum nicht? So wie es für Kinder wichtig ist, motorische Fähigkeiten zu erlernen, so wichtig ist es für Senioren, sich diese zu erhalten und fit zu bleiben.

Das Angebot der „Seniorenspielplätze“ beinhaltet speziell für ältere Menschen konstruierte Sportgeräte und Spielmöglichkeiten wie Boccia, Minigolf, Boule, Tischkicker, Dart, Großfigurenschach und Freiluftkegeln. In möglichst vielfältiger Weise soll



Beim Walken auf diesem Gerät kommt man ordentlich in Schwung Quelle: GWW Wernigerode



Beweglichkeit für die Schulterpartie bringt dieses Trainingsgerät Quelle: GWW Wernigerode

dazu animiert werden, dem Körper spontan und stressfrei etwas Gutes zu tun. Auf der Wunschliste der Senioren stehen aber auch Schaukeln, die mit breiteren Sitzbänken und kürzeren Ketten auf die Bedürfnisse der Erwachsenen ausgerichtet sind. Unverzichtbar sind zudem bequeme Sitzmöglichkeiten zum Ausruhen sowie kurze Wege zu den sanitären Anlagen.

Zum Spaßfaktor kommen natürlich auch gesundheitliche und soziale Aspekte: Die

Spielplätze für Senioren – Standorte

Schöningen/Niedersachsen – Seniorenspielplatz Herrenstraße – Einweihung 1999

Der niedersächsische Spielplatz war der erste seiner Art in Deutschland. Er wurde auf Initiative des lokalen Seniorenbeirats und der Stadt Schöningen eingeweiht und erfreut sich seitdem wachsender Beliebtheit. Inzwischen zählt er ca. 3.000 Besucher pro Saison. Ausgestattet ist er unter anderem mit einer Außenkegelbahn, einer Dartscheibe und einem Schachspiel.

Nürnberg – Spielanlage Hinterhofstraße – Einweihung November 2006

Neben einem Beintrainer und Geräten zur Gleichgewichtsschulung bietet der Platz verschiedenste Möglichkeiten zur sportlichen Betätigung, bei gleichzeitigem Sonnenschutz durch höhere Bäume und gut erreichbaren sanitären Anlagen.

Nürnberg – Aktionsparcours Stadenstraße – Einweihung Mai 2007

Der „Aktionsparcours“ im Ortsteil Erlenstegen ist mit sieben Fitnessgeräten ausgestattet sowie einer Bocciabahn und einem Riesenschachfeld. Er ist an ein Seniorenzentrum angegliedert und steht allen interessierten Bürgern offen.

Berlin – Preußenpark Brandenburgische Straße – Einweihung Mai 2007

Der Platz im Stadtteil Charlottenburg-Wilmersdorf wurde mit privaten Sponsorengeldern finanziert und bietet seinen Besuchern verschiedene Sportgeräte. Nach dem Willen der Stadtverwaltung soll der Platz ein Begegnungsort für Jung und Alt werden.

Burghausen/Hessen – Mehrgenerationenplatz Mautnerstraße – Einweihung 2007

Der Mehrgenerationenplatz befindet sich in der Parkanlage des Heiligen-Geist-Spitals. Die Anlage steht auch der Öffentlichkeit zur Verfügung.

Buseck/Hessen – Generationen-Aktiv-Platz Schlosspark – Einweihung Dez. 2007

Der Generationen-Aktiv-Platz befindet sich im Schlosspark. Die Umsetzung erfolgte auf Initiative des Fördervereines Sozialstation Buseck e. V. mit Sponsorengeldern.

Lengerich/NRW – Generationenpark Gempt – Einweihung August 2007

Der Generationenpark wurde komplett aus privaten Mitteln finanziert. Ideengeber war die Marketing Offensive Lengerich. Die Initiative wurde im Wettbewerb „Ideen fördern“ ausgezeichnet und finanziell unterstützt. So ist ein Bewegungspark für Jung und Alt in unmittelbarer Nähe der Gempt-Halle entstanden, der neben innovativen Spielgeräten für jedes Alter auch Spiele wie Tischtennis oder Boule anbietet.

Preußisch Oldendorf/NRW – Garten der Generationen – Einweihung Mai 2008

Garten der Generationen im Kurpark des Heilbades Bad Holzhausen der Stadt Preußisch Oldendorf. Entstanden sind die Geräte in Anlehnung an die chinesische Bewegungstradition. In erster Linie geht es um den sanften Kraftaufbau, Bewegungsvielfalt, eine Verbesserung der Körperbalance und des Koordinationsvermögens sowie um das Ankurbeln des Kreislaufs. Der Garten der Generationen wurde durch Sponsorengelder finanziert.

Wernigerode/Harz – Fitness-Oase am Barrenbach – Einweihung Mai 2008

Ein Platz der interaktiven Begegnung entstand als Hof auf gut 600 Quadratmetern im Stadtteil Harzblick im Rahmen eines umfangreichen Modernisierungsprogramms der Gebäude- und Wohnungsbaugesellschaft GWW. Geboten werden Sport- und Spielgeräte für die Fitness, ein Grillplatz und Sitzbänke.

Quelle: www.zukunft-finden.de

steigende Lebenserwartung erfordert eine gesunde Lebenshaltung. Daher gilt es, mit viel Bewegung Herz-Kreislauf-Erkrankungen vorzubeugen und mit der Schulung von Gleichgewichtssinn und Balance die Gefahr von Stürzen deutlich zu reduzieren. Inzwischen ist es auch längst kein Geheimnis mehr, dass die Kombination von geistiger und körperlicher Aktivität zum Beispiel De-

menz verzögern kann. Zusätzlich sollen auf solchen Plätzen generationsübergreifende Aktivitäten gefördert und Begegnungsorte für Jung und Alt geschaffen werden.

Silke Schlüter