

Die Welt mit allen Sinnen erleben

GESUNDHEIT Bis einschließlich Sonntag findet in Neumarkt die „brainWeek“ statt. Unser Reporter ließ sich um 30 Jahre ältern.

VON FELIX KRONAWITTER

NEUMARKT. Brigitte Reinard blickt in die Runde. „Wer will es testen?“, fragt sie. Doch keiner meldet sich. Alle schauen verlegen weg. Ihr Blick richtet sich auf mich. „Sie sind der jüngste im Raum. Kommen sie doch mal her.“ In den nächsten Minuten wird mir Reinard einen Alterssimulationsanzug anziehen und mich somit in so kurzer Zeit um etwa 30 Jahre ältern lassen.

Bis einschließlich Sonntag findet wieder die „brainWeek“ – „Denk dich fit mit allen Sinnen“ – in Neumarkt statt. Am Donnerstag gaben Christine Hartwig und ihr Organisationsteam den Startschuss. Ab 11 Uhr gab Augenoptikermeister Ernst Bauer Tipps und Tricks für Menschen mit Sehproblemen. Bauer gab Antworten auf die Fragen „Bekomme ich von der Krankenkasse noch eine Brille?“ oder „Was ist eine vergrößernde Sehhilfe?“

Einige Tests im Simulationsanzug

Jetzt weiß ich also, wie sich alte Menschen körperlich fühlen. Ausgestattet mit Bleiwesten am Oberkörper und den Beinen, Kopfhörer, Handschuhen und Skibrille laufe ich im Zimmer umher. „Ihr Gang hat sich deutlich verändert“, bemerkt Reinard. Durch die Skibrille, die das Sichtfeld von älteren Menschen nachahmen und somit illustrieren sollte, meine ich in schmunzelnde Gesichter zu blicken.

Reinard hat noch einige Tests für mich parat. Sie wirft Knöpfe auf den Boden. „Heben sie die mal auf“, bittet sie mich. „Wenn's sonst nichts ist“, denke ich mir. Doch als mich nach vorne beuge, merke ich, wie mich die Bleiwesten nach unten drücken. „Das kann ja mal was werden in 30 Jahren“, denke ich mir.

„Wie fühlt es sich an, alt zu sein?“ Am Nachmittag stellte Brigitte Reinard die Kampagne „ganz jung, ganz alt, ganz ohr“, eine Initiative des Bayerischen Sozialministeriums, vor. Die



Maximilian Beck (l.) vom G6, dem Haus für Jugend, Bildung und Kultur, schlägt auf den Gong.

Fotos: kf



Der Reporter im Selbstversuch.



Den Geruchssinn testen.



Beck erklärt die nächste Station.

DIE RESTLICHEN VERANSTALTUNGEN DER „BRAINWEEK“

► **8. März:** „Chronisch krank und doch gesund“: „Gesundheit ist unser höchstes Gut – aber was ist überhaupt Gesundheit? Prävention/ambulante Rehabilitation am Beispiel der ergotherapeutischen Praxis Rudi Jobst

► **10. März:** Aktionen und Info-Tische im Klinikum Neumarkt; 11.30 Uhr: „Vergesslichkeit? Da gibt es ein Rezept: Anders denken mit „denk dich fit“ mit Trainer Hans-Eberhard Bürger. 14 Uhr: „Die Heilkraft in Dir – Aktivierung

der Selbstheilungskräfte“: Vortrag/Seminar von Dr. med Ebo Rau

► **weitere Angebote** im Rahmen der brainWeek: Medien- und Buchaushaltung in der Stadtbibliothek (noch bis 15. März)

Kampagne hat zum Ziel, Vorurteile zwischen den Generationen abzubauen. Mit dem Alterssimulationsanzug können anhand verschiedener Hilfsmittel die Beschwerden des Alters erklärt werden.

Nach einer halben Stunde – schon allmählich aus der Puste – werde ich erlöst und darf wieder aus dem Simulationsanzug schlüpfen. Jetzt sucht Reinard nach weiteren Freiwilligen. Doch keiner der Teilnehmer – haupt-

sächlich Senioren – will sich um 30 Jahre ältern lassen. „Normalerweise habe ich immer deutlich jüngeres Publikum“, scherzt Reinard. Dann meldet sich ein älterer Herr zu Wort: „Ich weiß eh schon, wie sich das anfühlt. Nochmal 30 Jahre muss ich nicht haben.“

Verschieden Stationen durchlaufen

Jetzt hat Maximilian Beck die volle Aufmerksamkeit. Mehrere Male

schlägt er auf den Gong. „Schließt die Augen. Was fühlt ihr?“, fragt er die Kinder. „Im Bauch zieht es“, sagt Melanie.

„Die Welt mit allen Sinnen erleben“ hieß es im G6. Im Haus für Jugend, Bildung und Kultur traten die Teilnehmer bei verschiedenen Stationen ein in die Welt der Sinne. Unter Betreuung konnten die Teilnehmer verschiedene Stationen ausprobieren und ihrem Erleben die nötige Ruhe geben.