

# Presseinformation

AOK Nordost – Die Gesundheitskasse



AOK Nordost unterstützt Parkinson-Selbsthilfegruppe

## Drums Alive – immer im Rhythmus bleiben

**Potsdam, 14.07.2015.** Für die Selbsthilfegruppe von Parkinson-Erkrankten in Ludwigsfelde (Teltow-Fläming) gibt es ab morgen (15. Juli 2015) ein neues Angebot: „Drums Alive“. Hinter diesem Namen verbirgt sich rhythmisches Trommeln auf Gymnastikbällen. Körperliche und soziale Aktivitäten „verkümmern“ gerade bei Parkinson-Erkrankten sehr schnell, da sich die Betroffenen oft zurückziehen. Übungsleiter Kaushik Gosai aus Thyrow hat Ablauf und Inhalt des Trainings deshalb ganz auf die speziellen Bedürfnisse der Parkinson-Patienten angepasst. Das Angebot „Drums Alive“ sorgt dafür, dass die Betroffenen während des regelmäßigen Trommel-Kurses wichtige motorische Fähigkeiten üben und dadurch im Rhythmus bleiben, sowohl beim Training als auch – im übertragenen Sinne – im normalen Leben.

### **Gesundheitskasse förderte bereits Vorgängerprojekt „Tanzen mit Parkinson“**

Die AOK Nordost unterstützt die Selbsthilfegruppe bei diesem Projekt mit Gymnastikbällen und 1.500 Euro. Michael Pioch, Leiter der Selbsthilfegruppe Ludwigsfelde, schildert die Zusammenarbeit mit der Gesundheitskasse: „Als wir unsere Pläne der AOK vorstellten, waren unsere Ansprechpartner vom Projektansatz des rhythmischen Trommeln gleich überzeugt und versprachen Unterstützung. Ohne diese Hilfe hätten wir den Kurs nur sehr schwer durchführen können.“

Die Parkinsongruppe in Ludwigsfelde besteht seit 15 Jahren und hat derzeit 39 Mitglieder im Alter von 48 bis 91 Jahren. In der Vergangenheit wurde bereits das Projekt „Tanzen mit Parkinson“ erfolgreich umgesetzt. Über die sportlichen Aktionen hinaus können sich die Betroffenen bei fachlichen Vorträgen informieren und sich über den Umgang und die Folgen der Krankheit auszutauschen.

### **AOK-Beratungsprogramm „Aktiv gegen Parkinson“**

Die AOK Nordost engagiert sich mit dem Beratungsprogramm „Aktiv gegen Parkinson“ stark für Aufklärung und Information rund um das Thema Parkinson. Etwa mit einem digitalen Ratgeber, der MoveApp, die in Zusammenarbeit mit der Deutschen Parkinson Hilfe e. V. entstanden ist. Diese bietet Trainingsanleitungen, ein Bewegungsprotokoll oder eine Medikamenten-Erinnerungsfunktion. Außerdem erhalten AOK-Versicherte einen Zuschuss zu einer Fahrprobe bei spezialisierten Fahrschulen, bei der die Verkehrssicherheit der Parkinson-Patienten getestet wird. Bei zahlreichen Sportveranstaltungen und anderen Events informiert die Gesundheitskasse über ihr Beratungsprogramm.

Informationen zum AOK-Beratungsprogramm unter: [www.aok.de/nordost/parkinson](http://www.aok.de/nordost/parkinson)

#### **Pressekontakt:**

AOK Nordost – Die Gesundheitskasse  
Pressesprecherin Gabriele Rähse  
Internet: [www.aok.de/nordost](http://www.aok.de/nordost)

Telefon: 0800 265 080 – 22202  
Telefax: 0800 265 080 – 22926  
E-Mail: [presse@nordost.aok.de](mailto:presse@nordost.aok.de)