



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

Presseinformation

Selbsthilfegruppe Bewegung bei Arthrose im Alter findet Heimat im Rotkreuz-Zentrum

Lehrte, den 11. August 2025

143 Gelenke sind es, die für unsere Beweglichkeit sorgen. Als Stoßdämpfer, Hebel und Scharnier verrichten sie täglich Schwerstarbeit. „Wir wollen uns treffen, um uns über körperliche Schwächen, Blockaden oder Denkmuster auszutauschen und gegenseitig zu stärken“, sagt Regina Glinka, die Initiatorin der Selbsthilfegruppe. Gemeinsame Bewegungseinheiten sollen die Beschwerden mindern und helfen, die Freude an der Bewegung wiederzuentdecken.

Arthrose kann man durchaus als „Volkskrankheit“ bezeichnen. Rund ein Viertel aller Frauen und ein Sechstel aller Männer in Deutschland erkranken in ihrem Leben an einer Arthrose. Die neu gegründete Selbsthilfegruppe befindet sich aktuell noch in der Findungsphase und würde sich über weitere Teilnehmende (Frauen und Männer) sehr freuen.

Die Treffen der Selbsthilfegruppe Arthrose finden zweimal im Monat im Rotkreuz-Zentrum, Ringstraße 9 in Lehrte statt. Die nächsten Treffen sind am 14. Und 28. August 2025 um 16.30 Uhr geplant. Wer sich informieren oder direkt teilnehmen möchte meldet sich bitte vorab bei Regina Glinka unter 0171 9198676.

Als Rotes Kreuz Lehrte liegt uns das Wohlergehen der Menschen am Herzen. Wir bemühen uns daher auch in unserer örtlichen Tätigkeit, menschliches Leiden überall und jederzeit zu verhüten und zu lindern. Leben und Gesundheit zu schützen ist dazu ein wichtiger Beitrag, erläutert DRK-Vorsitzender Achim Rüter den Hintergrund dieses neuen Angebotes im Lehrter Rotkreuz-Zentrum.

Bildnachweis:

DRK Lehrte: rechts Regina Glinka mit Teilnehmenden der Selbsthilfegruppe Arthrose

Ortsverein Lehrte e.V.

Ringstraße 9
31275 Lehrte
Tel. 05132 - 3311
Fax 0 51 32 / 92 85 395

www.ov-lehrte.drk.de

Ansprechpartner:

Achim Rüter

Achim.rueter@ov-lehrte.drk.de

info@ov-lehrte.drk.de

Mobil: 0177-301 31 33

**Die sieben Grundsätze
der Rotkreuz- und
Rothalbmondbewegung**

- Menschlichkeit
- Unparteilichkeit
- Neutralität
- Unabhängigkeit
- Freiwilligkeit
- Einheit
- Universalität