

# SÜDOSTSTEIER

FREITAG, 17. SEPTEMBER 2010, SEITE 31



## ZUM TURNIER

**Teilnehmer:**  
zehn Fußball-  
und vier Volley-  
ballteams.

**Ort:** Rudolf-  
Gutmann-Station,  
Fürstenfeld.

**Beginn:** 9 Uhr.  
**Siegerehrung:**  
17 Uhr.

**Das erfolgreiche  
Grazer pro move  
Team trifft morgen  
in Fürstenfeld  
auf starke und  
gut motivierte  
Konkurrenz** PRO MENTE

## Sport als Seelennahrung

In Fürstenfeld findet morgen der pro mente austria-Cup statt. Menschen mit psychischen Erkrankungen treffen sich zum sportlichen Kräfteressen.

HELMUT STEINER

**P**ro mente kümmert sich darum, Menschen mit psychischen Erkrankungen wieder ein geregeltes Leben zu ermöglichen. Nach Klinikaufenthalten wird ihnen geholfen, wieder ins Alltagsleben hineinzufinden und sich eine Tagesstruktur aufzubauen. Zum Angebot gehören Arbeitsrehabilitation mit Arbeitstraining, Tageswerkstätten, betreutes Wohnen, aber auch Freizeit und Sport. Wolfgang Ruf hat dafür das Projekt „pro move“ auf die Beine gestellt. Ein Mindestmaß an regelmäßiger sportlicher Betätigung hat positive Auswirkungen auf die körperliche aber auch auf die seelische Gesundheit.

Die zu fördern, ist das Ziel des pro mente austria-Cups, den Ruf organisiert hat. Menschen mit psychischen Erkrankungen erhal-

ten dabei die Möglichkeit, sich bei einem Sportturnier mit anderen Teilnehmern zu messen und sich kennenzulernen. Ein Schwerpunkt der Veranstaltung, die morgen im Stadion in Fürstenfeld über die Bühne geht, besteht auch darin, der Stigmatisierung entgegenzuwirken, der Menschen mit solchen Erkrankungen ausgesetzt sind, und Vorurteile abzubauen.

Zehn Fußball- und vier Volleyball-Teams aus der Steiermark, Tirol, Oberösterreich und Bayern werden in Fürstenfeld zum Kräfteressen auf dem Spielfeld antreten. Als Favorit beim Kleinfeldfußballturnier – gespielt wird 15 Minuten mit zwei Vorrundengruppen und dann Kreuzspielen – gilt das pro move-Team aus Graz. Es konnte heuer den EASI-Cup in Holland gewinnen – eine Art Europacup für Menschen mit psychischen Erkrankungen. Starke

Konkurrenz wartet mit dem Team aus Linz, das heuer die Vier-Hallen-Tournee in Oberösterreich und Bayern für sich entschieden hat. Aber auch die beiden Fürstenfelder Teams haben sich viel vorgenommen. „Die wollen die Grazer unbedingt schlagen“, weiß Ruf. Wer die Nase vorne hat, kann man morgen ab neun Uhr bei freiem Eintritt mitverfolgen.

ANZEIGE

## Gutscheinheft für Genießer

z. B. beim

### Schmankerlhaus

Perfekte Symbiose von Kulinarik und Region

Hauptplatz 3, 8330 Feldbach

30 x zu zweit essen  
zum halben Preis

Vorteilsclub

www.kleinezeitung.at/vorteilsclub

Alle Infos unter [www.kleinezeitung.at/vorteilsclub](http://www.kleinezeitung.at/vorteilsclub)  
Nur für Vorteilsclub-Mitglieder der Kleinen Zeitung.

MEINE KLEINE ZEITUNG



## KOMMENTAR

HELMUT STEINER

### Ausgeglichen

**W**as haben ein Waldlauf, eine Fußballpartie mit Freunden und langer Spaziergang gemeinsam? Man ist danach müde, aber man fühlt sich trotzdem oder gerade deshalb gut. Bewegung ist hilfreich, um Stress abzubauen. Damit lässt sich viel abarbeiten. Denn ein Mindestmaß an sportlicher Betätigung ist der körperlichen Gesundheit ebenso zuträglich, wie sie die psychische zu fördern imstande ist.

Eine Erkenntnis, auf die man auch bei der Betreuung von Menschen mit psychischen Erkrankungen setzt. Das Turnier in Fürstenfeld nutzt das, trägt dazu bei, das Selbstwertgefühl zu heben und stellt auch den Versuch dar, Vorurteile abzubauen.

**D**ie wieder einmal ins Bewusstsein gerückte Erkenntnis positiver Auswirkungen regelmäßiger Bewegung (auch auf das seelische Gleichgewicht), sollte ein entsprechender Anstoß sein.

Sie erreichen den Autor unter  
[helmut.steiner@kleinezeitung.at](mailto:helmut.steiner@kleinezeitung.at)

## FÜR SIE DA

Regionalredaktion Feldbach

Regina Trummer, Helmut Steiner

Hauptplatz 10, 8330 Feldbach

Tel. (0 31 52) 40 05-0, Fax 40 05-15

[feldred@kleinezeitung.at](mailto:feldred@kleinezeitung.at)