

# Mittwochnachmittag:

## Noch nichts vor...?

Seit 1988 kommt **Brigitte Zulauf** mit ihrem Team von mittlerweile acht ehrenamtlichen Frauen, in unsere Einrichtung, unermüdlich und immer mit viel Elan. Jeder Nachmittag wird anders gestaltet, aber immer ist Musik und Bewegung der Mittelpunkt.

Viele Bewohner warten morgens schon auf die Gymnastikgruppe, sie ist fester Bestandteil des Wochenablaufes.

Brigitte Zulauf hat ursprünglich eine kaufmännische Ausbildung absolviert, war dann Mutter und Hausfrau. Sie stammt aus dem schönen Alzey, wohnte dann eine Zeitlang in Wittlich und ist so irgendwann hier im schönsten Ort am Rhein gelandet.

Sie interessierte sich schon als Jugendliche für Sport, spielte aktiv Handball und war Trainerin. In Oberlahnstein angekommen meldete sie sich in der Turngemeinde Oberlahnstein (TGO) an und belegte verschiedene Lehrgänge. Seit 1970 ist sie Übungsleiterin für verschiedene Sportarten.



Eines Morgens las sie in der Zeitung einen Aufruf von Anita Groß, sie suchte Ehrenamtliche.

Brigitte Zulauf überlegte 1988 nicht lange, sie sagte: „Mir und meiner Familie geht es gut, jetzt möchte ich mich ehrenamtlich einbringen!“

Ihre Idee war konkret, Sport und Bewegung für jedes Alter. Hilde Schaub und sie boten gemeinsam Gymnastik an.

Von Anfang an nahmen viele Bewohner gerne dieses Angebot an.

Mittlerweile hat sie viele hilfsbereite, nette Frauen an ihrer Seite, die sich alle ehrenamtlich engagieren.

„Ich komme gerne hierhin, weil eigentlich die meisten Bewohner dankbar für das bisschen Abwechslung sind. Bewegung ist wichtig, auch im Alter. Muskelaufbau ist bis ins hohe Alter möglich, man muss es nur wollen.“ äußerte Brigitte Zulauf.