

Selbsthilfegruppe trifft sich in Sadenbeck

Kommentieren Drucken Text

Tanzen mit Morbus Parkinson

Seit einem Jahr treffen sich die Mitglieder der Selbsthilfegruppe Parkinson für die Prignitz und Ostprignitz-Ruppin einmal im Monat zum Tanzen. Das läuft freilich anders ab als bei gesunden Menschen. Physiotherapeutin Anja Bender hilft den Betroffenen, wenigstens einen Teil ihres Körpergefühls wieder zu erlangen.

VORIGER ARTIKEL

Prignitz erwartet 80 minderjährige Flüchtlinge

NÄCHSTER ARTIKEL

Mutter und Kind bei Unfall verletzt



Artikel veröffentlicht: Freitag, 25.09.2015 14:22 Uhr

Artikel aktualisiert: Montag, 28.09.2015 00:35 Uhr

Ein Schritt nach rechts, einer nach links – Physiotherapeutin Anja Bender (l.) leitet die Gruppe mit viel Geduld an.

Quelle: Beate Vogel

Twitter 3 G+ Teilen Empfehlen 18 i

Sadenbeck. Im Gymnastikraum der Turnhalle im Pritzwalker Ortsteil Sadenbeck erklingt flotte Schlagermusik. Gute Laune macht sich breit, hier und da wird ein Scherz durch den Raum geschickt. Und es wird getanzt. Dabei sitzen die 16 Teilnehmer der Selbsthilfegruppe Parkinson Prignitz-Ostprignitz-Ruppin alle im Kreis auf den Stühlen. Nichtsdestoweniger kommen die Mitglieder der Selbsthilfegruppe Parkinson ordentlich ins Schwitzen. So mancher muss kleine Pause einlegen. Wer die Krankheit Parkinson hat, muss vieles anders machen als gesunde Menschen.

Therapeutin Anja Bender leitet die Patienten an: An diesem Tag arbeitet sie mit langen Holzstäben. Das schult die Koordination, die beim Ausbruch der Krankheit oft verloren geht. „Ganz locker lassen, wenn’s nicht mehr geht, hinsetzen und ausruhen“, sagt sie, wenn sie merkt, dass einer der Teilnehmer verkrampt. Nach der Übung rollen alle den Stab auf den Oberschenkeln auf und ab – das ist gut für die Durchblutung, so Anja Bender.



Den Stab gerade zu halten, ist gar nicht so einfach für die Parkinson-Betroffenen.

Quelle: Beate Vogel

Gemeinsam mit den 16 Gruppenmitgliedern hebt sie den Stab vor die Brust, gibt ihn von einer Hand in die andere, senkt ihn von rechts nach links. Klingt wie ein Klacks. Ist es aber nicht – jedenfalls nicht in diesem Raum. So mancher hat Schweißperlen auf der Stirn. „Ich kann das nicht“, sagt eine Dame. „Macht doch nichts, dann setz eben aus“, ruft ein anderer zurück. Oder: „Immer lächeln.“ Und: „Sie sind doch noch jung.“ Alle kichern. Jetzt ist Therapeutin Anja Bender aufgestanden: „Nun setzen wir die Füße nach vorn, einen nach dem anderen.“ Der Stab dient als Sicherheit. Und dennoch packt nicht jeder die Übung.

Tulip 2015 – Gala für Parkinson-Hilfe

Die Tulip 2015, der Deutschen Parkinson-Gala, wird mit vielen Prominenten am 10. Oktober im Van der Valk Hotel Berlin Brandenburg in Blankenfelde-Mahlow gefeiert. An dem Abend werden Spenden für die Deutsche Parkinsonhilfe gesammelt. Mit dabei ist auch viel Prominenz: diesmal zum Beispiel Marianne Rosenberg und Ben Becker. Viele Unternehmen stiften Preise für die Tombola.

Ingo Jeschke war bereits mehrmals bei der Tulip. Im vergangenen Jahr erhielt er eine Auszeichnung für sein Engagement in der Parkinsonhilfe. Diesmal will er einige Prignitzer mit zur Gala nehmen. Resttickets für die Gala zum Preis von 178,50 Euro gibt es über die Internetseite www.parkinson-gala.de.

Hella Linow aus Pritzwalk hat neben Parkinson auch noch Rückenprobleme, sagt sie. Im Stehen fühlt sie sich unsicher. „Ich bin 90 und fühle mich fit“, verrät sie. Die alte Dame sieht glattweg zehn, 15 Jahre jünger aus. Vor zwei Jahren wurde bei ihr Parkinson diagnostiziert. „Ich habe aber gute Medikamente, die helfen“, versichert Hella Linow. Was sie kann, das macht sie auch mit. In der Parkinsongruppe fühlt sie sich gut aufgehoben und verstanden. „Und ohne die Gymnastik würde es mir viel schlechter gehen.“

Organisiert hat das allmonatliche Treffen zum „Tanzen mit Parkinson“ Ingo Jeschke. Er selbst leidet seit vielen Jahren an Parkinson und sammelt unermüdlich Spenden: für den Behindertensport, Kinder- und Jugendeinrichtungen, Schulen, Kindergärten, Sportgruppen und viele andere. Die Begleitung des Projektes „Tanzen mit Parkinson“ durch eine professionelle Therapeutin finanziert die Deutsche Parkinsonhilfe Potsdam, in der die Selbsthilfegruppe organisiert ist. Auch die hat Ingo Jeschke ins Leben gerufen. Inzwischen kommen regelmäßig Teilnehmer aus Freyenstein, Pritzwalk, Porep, Bad Wilsnack, Rühstädt und Lockstädt. „Wir sind knapp 20 Mitglieder“, so Ingo Jeschke. Es gibt einen behindertengerechten Bus, der die Teilnehmer bei Bedarf abholt und wieder bringt. Auch den hat der Sadenbecker über Spender organisiert. Weil die Teilnehmer so weit verstreut sind, können sie sich wegen des großen Fahraufwandes nur einmal monatlich treffen. Jeschke würde sich freuen, wenn auch Betroffene aus Wittstock zur Gruppe stoßen würden.

Therapeutin Anja Bendig leitet seit knapp einem Jahr das Projekt „Tanzen mit Parkinson“. Sonst bietet sie als mobile Physiotherapeutin Wirbelsäulen- und Trampolinguymnastik an. „Es ist schon schwierig, hier den Takt zu halten“, sagt sie. Bender ist gern in Sadenbeck, will das Angebot noch ausbauen. Der monatliche Termin macht ihr Spaß, betont sie. „Es ist ja nicht nur der Sport, sondern auch das gemütliche Beisammensein, der gegenseitige Austausch.“ Und man muss ja nicht immer nur über seine Krankheit reden, ergänzt Ingo Jeschke. Mit Geduld und Ruhe leitet Anja Bendig die bunte Truppe, die sich mit den Jahren gut zusammengefunden hat. Das macht sich bemerkbar. Hier muss sich keiner schämen, wenn etwas nicht gleich klappt. Nicht jeder schafft es zum Beispiel, die Hände vor dem Bauch mit dem Rücken aneinander zu legen. Hier und da zittern sie, dort finden nur die Handflächen zueinander. „Und jetzt ausschütteln“, sagt die junge Therapeutin am Ende der knapp einstündigen Trainingseinheit.

Kontakt zur Selbsthilfegruppe Parkinson Prignitz-OPR gibt es über Ingo Jeschke, 033989/2 07 67.

Von Beate Vogel

Märkische Allgemeine Zeitung, 25.09.2015

<http://www.maz-online.de/Lokales/Prignitz/Tanzen-mit-Morbus-Parkinson>