

Sport verbindet Schlaganfall-Betroffene



Die Selbsthilfegruppe integrativ-aktiv trifft sich regelmäßig zum Sport – ob Tischtennis, Gymnastik oder wie hier im Mai in Dresden-Hellerau zum Fahrradfahren.
Foto: privat/integrativ-aktiv

Eine Selbsthilfegruppe bringt Menschen mit Schlaganfällen und Schädel-Hirn-Traumata zusammen – jetzt auch beim Abenteuer SZ-Fahrradfest.

Von Lea Heilmann

🕒 2 Minuten Lesedauer

Das Klackern der Tischtennisbälle wechselt sich ab mit dem dumpfen Schlag, wenn die Spieler den Ball mit der Kelle berühren. Es sind Männer und Frauen, die dort spielen, Jung und Alt, komplett unterschiedlich. Und doch verbindet sie etwas. Sie sind Teil von integrativ-aktiv, einer Selbsthilfegruppe für Menschen, die Schlaganfälle oder Schädel-Hirn-Traumata erlitten. Jeden Dienstag treffen sie sich in der Turnhalle einer Dresdner Grundschule, um Tischtennis zu spielen.

Colin Geipel ist seit vier Jahren ehrenamtlicher Schlaganfallhelfer und hat die Gruppe mitgegründet. „Das ist aus der Idee heraus entstanden, dass Leute, die einen Schlaganfall hatten, sich einfach sportlich betätigen wollen“, sagte er. Irgendwann ergab es sich, dass man nicht nur gemeinsam Sport macht, sondern sich auch rund um die Erkrankung austauschen möchte. „Betroffene können sich auch einfach anders unterstützen“, sagte Geipel.

Angefangen habe die Gruppe mit acht Leuten, mittlerweile sind es 21. Einmal konnte die Gruppe nicht in die Turnhalle und musste sich eine Alternative überlegen. „Wir können uns auch draußen bewegen und da entstand die Idee: Na, dann fahren wir Fahrrad“, erzählte er. Über die Jahre absolvierte die Gruppe ein paar Radtouren. Manche Menschen, die einen Schlaganfall erlitten haben, sind jedoch nicht so gut mobil, dass sie auf einem Zweirad fahren können, erklärte Geipel. Dafür gebe es Spezialfahrräder, die beispielsweise drei Räder haben. Die sind aber in der Anschaffung sehr teuer. Hilfe hat die Gruppe damals von dem Fahrradladen Tretmühle bekommen, die sich auf solche Räder spezialisiert haben. Die Gruppe hatte großen Spaß bei den Touren.

So kam dann auch die Idee, beim Fahrradfest mitzumachen. Viele waren davon sofort überzeugt, wie Peter. Er fährt sowieso gerne Rad, gemeinsam mit einem der Betreuer absolviert er auch gerne mal 50-Kilometer-Touren. Auch Ingo freut sich schon auf das Fahrradfest. Auch bei dieser Veranstaltung stellt Tretmühle die Spezialfahrräder wieder.

Wer natürlich bei der Ausfahrt nicht fehlen darf, ist Freddy. Der zehnjährige Hund ist ein ständiger Begleiter der Gruppe. Beim Fest muss er aber nicht laufen, sondern darf altersbedingt in einem Fahrradanhänger den Wind um seine Schnauze spüren. Die Gruppe integrativ-aktiv ist offen für Betroffene, aber auch Familienmitglieder oder Freunde. Über die Website der Schlaganfallhelfer kann Kontakt zur Selbsthilfegruppe aufgenommen werden.

Anmelden fürs Fahrradfest

Wann und wohin: Sonntag, 3. Juli, Start und Ziel: Theaterplatz Dresden.

Anmeldung: ist bis Ende Juni jederzeit online oder in allen DDV-Lokalen, in den Filialen von Die-Fahrrad-Kette und bei Glöckner Automobile in Dresden möglich.

Startpakete kosten zwischen 14 und 26 Euro. SZ-Card-Inhaber und Abonnenten der Dresdner Verkehrsbetriebe erhalten 2 Euro Rabatt. Kinder bis 14 Jahre zahlen nur die Hälfte. Im Startpaket sind eine Startnummer, Streckeninformationen, ein grünes Funktionsshirt und Verpflegungsgutscheine enthalten. Eine Medaille gehört ebenfalls dazu, doch die gibt es erst am Ziel.

Partner: SachsenEnergie, Die Fahrrad-Kette, Lidl, Fachfleischerei Korch, AOK PLUS, Glöckner Automobile, Oppacher Mineralquellen, Freiburger Alkoholfrei und Radio PSR. Förderung: durch das Amt für Kultur und Denkmalschutz der Stadt Dresden

www.sz-fahrradfest.de



26. SZ- FAHRRAD FEST