

PINGPONGPARKINSON DEUTSCHLAND E. V.



TISCHTENNIS GEGEN PARKINSON INFORMATIONEN

TISCHTENNIS GEGEN PARKINSON

INFORMATIONEN

Teil 1 Einführung

Der PingPongParkinson Deutschland e. V. ist der bundesweite Zusammenschluss von Einzelpersonen und Selbsthilfegruppen, die sich in ehrenamtlicher Arbeit – mit dem Mittel Tischtennis – um Personen mit Parkinson und deren Angehörige kümmern.

Der PingPongParkinson Deutschland e. V. (PPP) ist ein gemeinnütziger Verein. Er möchte die rund 400.000 von Parkinson betroffenen Menschen in Deutschland von den Sofas, und der häufigen Isolation, weg, unter die Menschen und hinein in die PPP-Gruppen.

Geschichte

Die Ping-Pong-Parkinson-Initiative ist das Ergebnis einer Zusammenarbeit zwischen zwei eifrigen Tischtennispielern.

Will Shortz, Besitzer des Westchester-Table-Tennis-Center (WTTC) und Kreuzworträtsel-Redakteur der New York Times und Nenad Bach, ein kroatisch-amerikanischer Aufnahmekünstler, Komponist, Interpret, Produzent, Friedensaktivist und Parkinson-Patient.

Seit März 2017 veranstaltet das WTTC einen wöchentlichen Parkinson-Abend, der jeden Mittwoch als Teil PingPongParkinson-Kampagne stattfindet.

Tischtennis

Tischtennis ist die fünftbeliebteste Sportart der Welt und eine der beliebtesten Ballsportarten überhaupt. In Freibädern, Jugendherbergen, auf Schulhöfen, in Parks oder Hotels, Tischtennistische gibt es viele und gespielt hat es wohl (fast) jeder schon einmal, denn kaum eine andere Sportart lässt sich so problemlos und ohne große Vorkenntnisse spielen – und das zu jeder Jahreszeit.

Ein Wettkampf-Schläger kann bis zu 300 Euro kosten! Ein Tischtennis-Tisch bekommt man kaum unter 500 Euro. Tischtennis ist dennoch ein günstiger Sport. Um anzufangen, reicht ein guter Schläger aus dem Fachhandel, den es schon ab 30 Euro gibt.

Und das weitere Material wie Tische, Netze und Bälle stellt in der Regel der Verein, in dem die PingPongParkinson-Teilnehmer spielen. Um die Kosten der lokalen Sportvereine für das Material und gegebenenfalls den Trainer zu decken, werden die PPP-Teilnehmer aktive Mitglieder des Vereins, in dem sie Tischtennis spielen. Auch für die Vereine, die in der Regel leider mit einem Mitgliederschwund zu kämpfen haben, wird PingPongParkinson damit attraktiv.

PingPongParkinson

Der Mittelpunkt der Tätigkeit von PPP ist es, und den Betroffenen und den Angehörigen Informationen und den gegenseitigen Austausch anzubieten. Dafür hat sich das Mittel Tischtennis als ideal herausgestellt.

Das Konzept von PingPongParkinson beruht darauf, dass es Tischtennis für jedermann mit Parkinson, völlig unabhängig von den persönlichen Eignungen, also vom Anfänger bis zum Weltmeister, anbieten möchte.

Selbst wenn es derzeit noch keine wissenschaftlichen Beweise gibt, sind sich alle Betroffenen, die es ausprobiert haben, sicher: Die fortschreitende Verschlechterung der Symptome der Parkinson-Krankheit kann durch das Spielen von Tischtennis als physikalische Therapie verlangsamt werden.

Darüber hinaus

- unterstützt der PingPongParkinson Deutschland e. V. die PingPongParkinson-Initiative weltweit, zum Beispiel durch Unterhalt des entsprechenden Internetangebotes und in wöchentlichen Telefonkonferenzen mit Nenad Bach in New York oder der Unterstützung der dänischen Freunde bei ihrem Vorhaben ein eigenes PPP-Treffen zu veranstalten.
- arbeitet PPP aktiv an Beratungsangeboten für Betroffene und Angehörige. Das entsprechende online-Angebot ist in Vorbereitung.
- Nimmt PPP an wissenschaftlichen Kongressen teil, z. B. an der 8. gemeinsamen Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Neurorehabilitation e.V. und der Deutschen Gesellschaft für Neurotraumatologie und Klinische Neurorehabilitation e. V. vom 10.–12. Dezember 2020 mit dem Vortrag „PingPongParkinson Deutschland. Tischtennis verbessert die Symptome von Parkinson-Patienten“

- Ist PPP mit der Universität Marburg und der Sporthochschule Köln wegen der weiteren Erforschung der Wirkungen von Tischtennis bei neurologischen Erkrankungen im Gespräch.
- Möchte PPP die unbestritten positiven Eigenschaften des Tischtennis bei neurologischen Erkrankungen gerne in Zukunft ausbauen und das Angebot zum Beispiel auch Demenz-Erkrankten anbieten.