

Aktiv und sportlich ist Jürgen Schöffner schon sein ganzes Leben. Er hat mehrere Trainerlizenzen und im Laufe der Zeit jede Menge Erfahrungen beim Sport mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen gesammelt. Doch vor rund fünf Jahren betrat er Neuland und beschäftigte sich erstmals intensiv mit dem Thema Demenz: Las viel darüber, recherchierte, besuchte Schulungen und knüpfte Kontakte. Grund war ein Angebot vom Deutschen Tischtennis-Bund (DTTB), der ihn fragte, ob er in Marzahn-Hellersdorf eine Tischtennisgruppe für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen aufbauen möchte.

Jürgen Schöffner sagte zu und kniete sich regelrecht in das vom Bund geförderte Projekt. Unter dem Motto „Sport bewegt Menschen mit Demenz“ initiierten es der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) sowie die Deutsche Alzheimer Gesellschaft und der Deutsche Tischtennis-Bund (DTTB) beteiligte sich.

„Es war eine große Herausforderung, mit vielen Hürden aber auch tollen Unterstützern, die gemeinsam etwas Wunderbares auf den Weg brachten“, betont Jürgen Schöffner, stellvertretender Vorsitzender und Geschäftsführer des 1. VfL FORTUNA Marzahn e.V.. „Es bereichert meinen Alltag“, sagt der 70-Jährige, der deutlich jünger wirkt. Wahrscheinlich auch, weil er zufrieden ist mit seinem Leben, dass sich, seitdem er offiziell Rentner ist, vor allem rund um den Gesundheitssport dreht. Der Marzahner ist ein Macher, einer mit Herz, der es versteht, andere zu motivieren und auch Mitgefühl zeigt.

„Wir sind ihm so dankbar für sein Engagement und den geschützten Raum, den er uns in der Turnhalle bietet“, sagt Gabi Böttcher. 2021 bekam ihr Mann die Diagnose Demenz. Beide hatten anfangs das Gefühl, den Boden unter den Füßen zu verlieren. Bis sie von dem besonderen Tischtennisprojekt erfuhren, dass vor drei Jahren in der Sporthalle, Allee der Kosmonauten 119a an den Start ging. Die Halle stellt das Bezirksamt dafür kostenfrei zur Verfügung.

Seit 2022 kommt das Ehepaar jeden Dienstag für eineinhalb Stunden zum Training. Dabei stehen vielfältige Bewegung und Spaß im Vordergrund. Es geht nicht um Punktesammeln oder Gewinnen. Ziel ist, den Ball so lange wie möglich im Spiel zu halten: Ping Pong übers Netz – von der einen

Tischplattenseite auf die andere.

Manchmal spielt Jürgen Schöffner auch mit Freiwilligen einen Satz. Wobei er das Zählen übernimmt und Hinweise für die Aufschläge gibt.

Aber wie wirkt sich das Training in der Gruppe – 22 Mitglieder zählen dazu – auf ihren Gesundheitszustand aus? „Ich kann besser laufen und stolpere nicht mehr so oft“, berichtet Joachim Böttcher. Seine Frau nickt und blickt dabei liebevoll zu ihm. Ihr tue es außerdem gut, sich mit anderen auszutauschen. „Darüber zu reden, wie es in deren Partnerschaften läuft, wenn einer von beiden an Demenz erkrankt ist.“ Die Zahlen über die unheilbare Krankheit sind erschreckend: Rund 1,6 Millionen Menschen sind davon in Deutschland betroffen. „In Berlin gibt es mehr als 65000 demenzkrank Erkrankte, in Marzahn-Hellersdorf schätzungsweise 5000“, betont Jürgen Schöffner. Durch regelmäßige Bewegung werde das Fortschreiten der Krankheit verlangsamt und die koordinativen Fähigkeiten verbessert. Das sieht er deutlich beim Training. Hatten anfangs die zumeist an leichter oder mittlerer Demenz Erkrankten unter anderem Schwierigkeiten die Kelle zu halten, den Ball darauf zu balancieren oder die Orientierung zu finden, funktioniert das inzwischen gut. Auch Fachbegriffe würden sich die Betroffenen besser merken. Jedenfalls hofft der engagierte Marzahner, dass er noch lange in der Lage ist, die Gruppe zu betreuen. Er wünscht sich, dass künftig „noch viel mehr für Demenzkranke getan wird“. Dass es mehr solche sportlichen Angebote gibt, die nachweisbar zu einer Verbesserung der Lebensqualität beitragen. „Und dass sich mehr Vereine trauen, solche Angebote für Betroffene durchzuführen.“ „Wir stehen dabei gern mit Rat und Tat zur Seite“, kündigt der Abteilungsleiter Tischtennis-Gesundheitssport beim 1. VfL FORTUNA Marzahn an.

Kontakt zu Jürgen Schöffner unter 0160 93 45 58 54 und per E-Mail an tischtennis@vfl-fortuna-marzahn.de.