



In der Schweiz sind über 15000 Menschen an Parkinson erkrankt, eine neurodegenerative Erkrankung, für die es bis heute keine Heilung gibt. Parkinson ist längst nicht mehr eine «alte Menschen Krankheit». Viele erhalten die Diagnose im 40. Lebensjahr, einige sind noch jünger. Flüssige Bewegungsabläufe fallen zunehmend schwerer, die Muskulatur versteift sich, man zittert, hat ein gestörtes Gleichgewicht, Depressionen und kognitive Veränderungen sind nur einige der Symptome, mit der man als Parkinsonerkrankter täglich kämpft.

Tischtennis fördert die Motorik, Beweglichkeit, das Reaktionsvermögen und trainiert die Hirnareale. Es verbessert die Gedächtnisleistung, den Gleichgewichtssinn und das Konzentrationsvermögen. Es gibt bereits wissenschaftliche Studien dazu. So kann Tischtennis genau die Symptome hemmen, an der die meisten Parkinsonpatienten leiden. Tischtennis wirkt bei vielen Betroffenen wie eine passgenaue Physiotherapie und erleichtert den Alltag. Und es macht Spass! Begegnungen mit anderen Betroffenen, raus aus den eigenen 4 Wänden, gemeinsam lachen und sich körperlich gut fühlen, sind genauso wichtige Aspekte von Pingpongparkinson.

PingPongParkinson wurde in Deutschland gegründet, mit der Idee, Tischtennis für jedermann mit Parkinson, also vom Anfänger bis zum Fortgeschrittenen anbieten zu können. Weitere Infos findet ihr auf www.pingpongparkinson.de
Das Swiss Parkinsons Tischtennisteam ist die erste Gruppe der Schweiz, welche sich dieser Organisation angliedert. Das Ziel ist es nun möglichst viele Parkinsonbetroffenen und Angehörigen diese Sportart zugänglich zu machen.

Um dieses Ziel zu erreichen, brauchen wir regionale Tischtennisclubs und Vereine, die bereit sind, sich für Parkinsonbetroffene zu öffnen und ihnen die Möglichkeit bieten, regelmässig zu trainieren. Zudem helfen Sie mit, schweizweit Inklusion beeinträchtigter Menschen im Sport zu fördern. Helfen Sie mit? Melden Sie sich über untenstehende Adresse.



PingPongParkinson Schweiz

Bielgasse 2

4657 Dulliken

Phone +41 79 811 95 75

Mail Pingpongparkinsonschweiz@gmail.com

HP: <https://www.move4ypd.ch/pingpongparkinson/>

pingpongparkinson.ch (noch im Aufbau)