

Mittwoch 3.2.16  
Wümme Zeitung

# Trainieren für ein großes Ziel

Niels-Stensen-Haus: Vier junge Männer hoffen auf Teilnahme an den Special Olympics in Hannover



Zwei der vier Aktiven, die sich im Niels-Stensen-Haus auf die Special Olympics in Hannover vorbereiten: Gregory Bastron (links) und Patrick Brinkmann.

FOTO: UNDINE ZEIDLER

VON UNDINE ZEIDLER

**Lilienthal.** „Man kann jetzt auch richtig Fahrrad fahren“, summt Pascal Polzin vor sich hin, während er in die Pedalen tritt. Nach ihm radelt Johanna Potratz, bis eine sanfte Röte auf ihren Wangen liegt. Dass derweil der Wind heftig um die Hausecken fegt, stört keinen. Dieses Rad steht drinnen. Eigentlich im Therapieraum. Aber an diesem Morgen haben sie es in die Atelierwerkstatt der Kaffeemahlerei im Niels-Stensen-Haus geholt. Die Lilienthaler Behindertenbeauftragte Britta Melcher ist zu Besuch. Sie hat das senioren- und behindertenfreundliche Ergometer spendiert.

Elf Menschen mit Behinderungen arbeiten in der Kaffeemahlerei in Worphausen, erzählt Werkstatteleiterin Walburga März. Tüten falten und etikettieren, Kaffee mahlen, einfüllen, abwiegen und vieles mehr. 1500 Kilogramm Kaffee verarbeiten sie pro Monat und dabei stehen sie oft. Sport soll darum „die Beschäftigten im Niels-Stensen-Haus mobilisieren und in die Körperwahrnehmung bringen“, so März. Geboten wird vieles, von Gymnastik bis Stehtrai-

ning, Eurythmie, Golfen, Reiten oder beispielsweise Schwimmen und Volkstanz. Das neue Ergometer erweitert diese Angebote und kommt sichtlich gut an beim gesamten Team der Kaffeemahlerei. Auch bei den Betreuern.

Walburga März erzählt, wie sie schon länger über einen Heimtrainer nachgedacht hatten. „Wir sind ja sparsam“, meint sie und fragte mit ihren Kollegen herum. Vielleicht würde ja irgendwo noch einer in einem Keller stehen. Als ob Britta Melcher dies geahnt hätte. Zu dieser Zeit rief sie bei Norbert Stegemann an, dem Leiter des Niels-Stensen-Hauses, einem Lebensort für Menschen mit und ohne Behinderungen unter dem Dach der Stiftung Leben und Arbeiten.

## Hilfreiche Kleinigkeiten

Britta Melcher nennt sich selber „sportaffin“. Darum schaut sie, dass sie aus ihrem Budget den Sport fördert. In diesem Falle also mit einem nutzerfreundlichen Ergometer, mit einem offenen seitlichen Einstieg, Klettverschlüssen an den Pedalen und einem Display, das gut vom Sitz aus be-

dient werden kann. Stegemann schwärmt: „Das sind alles Kleinigkeiten, die sehr hilfreich sind.“

Aber die Behindertenbeauftragte spendet nicht nur. Sie fragt auch nach, wie es den Spendern ergeht. Etwa der Tischtennisplatte. Diese hatte sie vor rund drei Jahren dem Niels-Stensen-Haus übergeben. Zwei Jahre fristete das schicke Teil mehr ein Schattendasein, bis vor einem Jahr Mounir Mebarek in das Niels-Stensen-Haus kam. „Ich mach einfach“, lautet sein Motto. In diesem Falle brachte er vor einem Jahr Bewegung in den Turmalin-Saal. Gleich am ersten Tag habe er die Platte gesehen und sich gedacht: „Jetzt aber.“

„Pling, plong“ tönt es aus dem Turmalin-Saal. Vier junge Männer spielen sich den Tischtennisball zu. Einer von ihnen ist Mebarek. Er und seine Freunde Thomas Sonntag, Patrick Brinkmann und Gregory Bastron trainieren eifrig. Sie haben ihre Mittagspausen in Tischtennispausen umgewandelt und das steckt an, weiß Norbert Stegemann zu berichten. Das Tischtennisgeräusch zieht inzwischen tagtäglich Beschäftigte und Seminaristen gleicherma-

ßen an. Bis zu acht Spieler versammeln sich an jedem Mittag um die Platte. Das Niels-Stensen-Haus denke schon über eine zweite nach, so Stegemann.

Mounir Mebarek und seine Freunde hat die Tischtennis-Leidenschaft sogar noch mehr gepackt. Ein- bis zweimal treffen sie sich pro Woche nach Feierabend. Sie trainieren für die Special Olympics Niedersachsen, der „Sportbewegung für Menschen mit geistiger Behinderung“. Hannover richtet in diesem Jahr Anfang Juni die nationalen Sommerspiele aus. Da wollen sie hinfahren. Ob sie dafür gut genug sind, das weiß er nicht, sagt Mebarek nachdenklich. Ein richtiger Trainer wäre toll. Denn bisher haben sie sich selber organisiert und der Betreuer und Tischtennisfan Andre Markgraf brachte ihnen einige Tricks bei. Norbert Stegemann verbreitet Zuversicht. Er spreche mit einem Sportverein und was das Können anlangt: „Ich glaube, dass alle vier das schaffen.“ Und während dieses Gespräches ist in Britta Melcher wieder eine sportaffine Idee entstanden. Die Behindertenbeauftragte sagt: „Ich könnte mich um die Zugtickets kümmern.“