

Freude am Leben

Unser Sportverein nennt sich Freude am Leben.

Freude am Leben ? Wie geht denn das ?

Schließlich haben wir alle unseren Schaden, keiner ist richtig gesund. Jeder hat schon gespürt, wie es ist, wegen gesundheitlicher Schäden nicht alles mitmachen zu können, seinen geliebten Beruf aufzugeben, sich ausgegrenzt zu fühlen.

Unser Vereinsvorsitzender sitzt im Rollstuhl, ein junger Mann noch, aber Vorbild für alle in seinem nicht nachlassenden Lebensmut, seiner Umsicht und Fürsorge für andere.

Manche haben ihre bitteren Erfahrungen mit Krebs machen müssen, ihnen fehlen ganze Körperteile oder Organe. Andere wiederum haben Ersatzteile im Körper, ohne die es nicht mehr geht. Manche organisieren ihren Alltag nach dem Rhythmus der notwendigen Insulinspritzen.

Wo kommt da Freude auf ?

Wie kommt es dazu, dass Elisabeth L., die Älteste von uns immer wieder sagt, sie sei so froh auf uns getroffen zu sein ? Bei Wind und Wetter ist sie mit ihrem Eduard L. dabei. Kein Wanderweg ist den beiden zu lang.

Immer wieder werden neue Interessenten mitgebracht, die meisten bleiben sowohl beim Schwimmen und auch beim Wandern.

Schwimmen, das heißt **Wassergymnastik**, ist an mehreren Wochentagen zu verschiedenen Zeiten in Hellersdorf, Kaulsdorf Nord und Weißensee. Aus allen Schwimmkursen, also aus mehreren Stadtbezirken treffen sich Interessierte zum zweiwöchentlichen **Wandertag**.

Eigentlich sind das längere Spaziergänge durch Berlins schöne Umgebung. Wir machen unsere Touren meist auf Vorschlag unserer Sportfreunde. Das hat den Vorteil, dass dann meist ein Orts- und Gelände-Kundiger dabei ist. Bewährt hat sich dabei der Besuch einer kleinen Ausstellung oder Sehenswürdigkeit. Auf diese Weise kann man viel Neues kennen lernen oder Erinnerungen wieder auffrischen.

Um nur einiges zu nennen: Wir durchstreiften das Wuhletal mit den Gärten der Welt, wir erfreuten uns an der Dahlien-Schau im Britzer Garten, wir schwitzten am Langen See und erfreuten uns dort an einer Schmetterlings-Ausstellung.

Im Köpenicker Forst waren wir im Naturkabinett Teufels-See. Wir erkundeten das schöne Urstromtal von Schildow bis Lübars, die schönen Wege entlang des Müggelsees. Auch das Krongut Bornstedt mit dem alten Friedhof war unser Ziel ebenso wie die Schlösser und Gärten von Sanssoussi.

Unterwegs wird immer eingekehrt oder ein kleiner Imbiss eingenommen. Nie dominieren die Gespräche über Krankheiten. Jeder kennt jeden und akzeptiert den anderen mit seinen gesundheitlichen Handycaps. Es gibt aber anregende Gespräche über die Natur, über die eigenen Erfahrungen im Garten, über Kinder und Enkel, über die neuesten Kino-Filme. Bücher werden ausgetauscht und empfohlen. Rita K., die gute Seele, weiß auch noch über das kleinste Unkraut am Wegesrand Wissenswertes zu berichten.

Christel K. ist in der Lage mit ihrem Humor einen ganzen Doppelstockbus in Neukölln zu unterhalten. Es wird viel und herzlich gelacht. Immer sind wir eine gutgelaunte Truppe. Ich kenne keinen Tag in der Woche, an dem meine Lachmuskeln so strapaziert werden.

Freude am Leben ? Ja, das geht !

Nächsten Donnerstag ist wieder Wandertag ! Die Tour geht am Langen See entlang. Treffpunkt 11 Uhr am S-Bahnhof Grünau.

Artikel vom 07.10.2010
Monika T.