

Zu Hause Fragen der Pflege klären

pm **ALTKREIS BERSENBRÜCK.** Pflegebedürftigkeit kann über Nacht oder durch eine langwierige Krankheit entstehen. Für die Beteiligten ist sie jedenfalls eine besondere Herausforderung, denn zur unmittelbaren pflegerischen Versorgung kommt meist auch erheblicher organisatorischer Aufwand: Welche Unterstützung im häuslichen Umfeld steht zur Verfügung? Bei welcher Institution sind welche Anträge zu stellen? Gibt es einen Platz in der Tagespflege zur Entlastung der Familie? Solche Fragen seien am besten in Ruhe und zu Hause zu besprechen, heißt es in einer Mitteilung der AOK. Für das Osnabrücker Land leistet das Martina Köhne und für die Stadt Osnabrück Maïke Tesch, beides Pflegeberaterinnen bei der AOK Niedersachsen. Der Service für die Versicherten ist individuell, umfassend und kostenlos. Ein positiver Aspekt sei auch, dass die AOK in die regionale Struktur der Versorgung älterer Menschen eingebunden sei, heißt es in der Mitteilung weiter.

Versicherte können einen Termin mit Maïke Tesch, Telefon 05 41/ 348-6 53 95, und Martina Köhne, Telefon 0 54 61/ 80 84 43 91, vereinbaren.

„Himmlisches Kochen“ in Nortrup

NORTRUP. Die Dorotheen-Kirchengemeinde Nortrup-Loxten lädt am Mittwoch, 23. Februar, von 16.30 bis 18.30 Uhr Kinder ab acht Jahren zum „Himmlischen Kochen“ ins Gemeindehaus ein. Unter Leitung der Ernährungsberaterin Anne Schulte werden Kinder ganz praktisch an die Zubereitung einer gesunden Mahlzeit herangeführt. Dazu heißt es in der Einladung: „Hast Du Lust, etwas über Lebensmittel zu erfahren?, Lebensmittel zu verarbeiten?, Kleine Gerichte zuzubereiten?, Auf gemeinsames, himmlisches Genießen?“.

Info/Anmeldung bis Montag, 21. Februar, an: evangelisch-lutherisches Pfarramt, Telefon 0 54 36/220.

KOMPAKT

Vortrag im MGH: „So bestimme ich selbst“

QUAKENBRÜCK. Das Mehrgenerationenhaus des Vereins für Jugendhilfe, Friedrichstraße 37a, in Quakenbrück lädt am Mittwoch, 23. Februar, von 15 bis 17 Uhr zur Veranstaltung „Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht“ ein. „Wie bestimme ich, was unternommen werden soll, wenn ich entscheidungsunfähig bin und nicht mehr selbst handeln kann?“ Es stehen drei Möglichkeiten zur Verfügung: die Patientenverfügung, die Betreuungsverfügung und die Vorsorgevollmacht. Im Vortrag und im Gespräch mit Rechtsanwalt und Notar H. Diers werden Antworten auf alle wichtigen Fragen zu diesem Thema gegeben. Hierzu sind alle Interessierten eingeladen. Die Kosten für Kaffee und Kuchen betragen fünf Euro. Info/Anmeldung: Telefon 0 54 31/ 903 0140 oder Telefon 0 54 31/90 30 10.

Das Leben positiv verändern

Die Arbeit der Clemens-August-Klinik

Von Ilona Uphaus

ALTKREIS BERSENBRÜCK. Treffen kann es jeden irgendwann im Lauf des Lebens: Burn-out, Depressionen, kurz: die Seele in der Krise. Nicht zuletzt seit Robert Enkes Tod kein Tabu-Thema mehr. Tatsächlich steigt die Zahl der Menschen, die psychotherapeutische Hilfe in Anspruch nehmen. Der Chefarzt der Clemens-August-Klinik in Wahide, Dr. Lothar Neitzel, hat im Oktober 2010 ein weiteres Angebot für die gemeindenahe Versorgung eröffnet: die Tagesklinik. Wir durften Patienten und Fachkräfte ein Stück begleiten.

Umgeben von Wald, liegt das zweigeschossige Gebäude etwas abseits des Hauptgebäudes. Zutritt nur für Patienten der Tagesklinik“ verkündet ein Schild an der Eingangstür. Im Büro des Empfangsbereichs treffen wir die Stationsleiterin, Schwester Monika Diersen. Hier ist der „Bahnhof“, hier laufen die Fäden zusammen. Patienten reisen mit dem Auto an oder werden mit dem Klinik-Shuttle vom Zug abgeholt. Nach dem Aufnahmegespräch und der Untersuchung in der Institutsambulanz gibt Diersen die Therapiepläne aus.

Neben der Leitung der Klinik, Dr. Neitzel, und Oberärztin Cordula Schiele küm-



Bei Stationsleiterin Monika Diersen laufen die Fäden zusammen. Fotos: Ilona Uphaus

mern sich die Ärztinnen Dr. Christiane König und Dr. Anna Bechler um die Patienten. Als Psychologen stehen ihnen Anna König und Annika Raabe zur Seite. 16 Patienten verbringen hier sechs bis zehn Wochen lang ihre Tage – von montags bis freitags – und fahren abends nach Hause. „Die Patienten können abends erproben, was sie tags gelernt haben“, meint Christiane König. Die Tagesklinik sei allerdings nur für Menschen geeignet, deren familiäres Umfeld keine große Belastung darstelle. Und „der Patient muss strukturiert sein“, sagt die Ärztin, dazu gehöre auch pünktliches Erscheinen.

Das Leben umkrempeln

Zu den ersten Patienten der Tagesklinik gehört Rudi R., ein 52-jähriger Familienvater aus dem Landkreis Osnabrück. Einen langen Leidensweg hatte er hinter sich, bis er in der Clemens-August-Klinik ankam. „Burn-out“ lautete die erste Diagnose. Sechs Wochen lang habe er eine „psychosomatische Reha“ absolviert, völlig erfolglos. Dann sei er bei einem niedergelassenen Psychologen gewesen, aber auch der habe ihm nicht helfen können.

Inzwischen hieß die Diagnose „Depression“. Dass sein Hausarzt ihm dann eine Überweisung für die Clemens-August-Klinik ausstellte, „war das Beste, was mir passieren konnte“, sagt Rudi. Zehn Wochen war er hier. Er sagt, er habe gelernt, „mehr auf sich selbst zu achten und auf die Familie“. Viele Patienten „krepeln ihr ganzes Leben um“, stellt er fest. Das möchte er gar nicht, nur beruflich hat er Veränderungen vorgenommen.

Ähnliches äußert Kai S. *. Vor vier Jahren sei er in der Clemens-August-Klinik aufgrund von Depressionen stationär behandelt worden. Als sich jetzt wieder Anzeichen für eine neue Krise meldeten, habe er „sofort die Notbremse gezogen“. Der 30-Jährige ist begeistert von der „intensiven Betreuung“. Er sei von allen sehr herzlich aufgenommen worden. Den Sinn der Therapie sieht er darin,

„sich und sein Leben zum Positiven hin zu ändern“.

Der Tag beginnt auch heute mit dem gemeinsamen Frühstück, das sich die Patienten selber zubereiten. Danach heißt es „Morgensrunde“, in der Tagesablauf und Besonderheiten besprochen werden. Bei Kai steht heute Vormittag Ergotherapie in der Handwerksgruppe an. In den Ergo-Räumen befinden sich moderne Geräte für jedwede kreative Tätigkeit unter Anleitung der Ergotherapeuten Anna-Lena de Vries und Thomas Stiff. Ein Brennofen für Selbstgepöfertes ist ebenfalls vorhanden. Wer seine kognitiven Fähigkeiten verbessern möchte, dem stehen in einem anderen Raum Computer zur Verfügung, zum Beispiel für Gedächtnistraining.

Hände wissen mehr

Sehr beliebt ist auch die Kunsttherapie. Doch bei vielen nicht gleich von der ersten Stunde an, hat Kunsttherapeutin Anette Piwowarski festgestellt. Für viele Erwachsene sei es ungewohnt, die eigene Kreativität auszuprobieren. „Die Hände wissen mehr als der Kopf“, sagt sie, darum sei das Ergebnis der Malerei für die Patienten oft überraschend.

Etwas zu malen sei so wie „nackt werden“, das brauche Vertrauen. Sehr skeptisch ging auch Rudi zur ersten „Malstunde“, wollte sich eigentlich gleich wieder abmelden, „blieb aber hängen“ und ist inzwischen völlig begeistert. Zusätzlich gibt es Sportangebote, Schwimmen und einen Raum für Entspannungstraining. Ein „stiller Raum“ befindet sich im Dachgeschoss: die Bibliothek, in der auch Hörbücher ausgeliehen werden. Mittwochnachmittag ist Außenaktion angesagt. Neben Besuch von Sehenswürdigkeiten in der Umgebung sind demnächst auch die Anlage eines Kräuterbeetes und die gemeinsame Gartengestaltung geplant.

Das Mittagessen wird angeleitet durch die Küche im Haupthaus. Nur freitags kochen vier Patienten zusammen mit einem Mitarbeiter,



In der Kunsttherapie bei Anette Piwowarski zeigen sich überraschende Ergebnisse.

Planung und Einkaufen inklusive. Die Organisation sei zu Beginn manchmal schwierig, berichtet Fariena Hüsemann, hier gebe es Defizite, weil manche das gemeinsame Familienessen nicht gewohnt sind. Die Sozialarbeiterin unterstützt bei allen Themen rund um Arbeit, Wohnung und Finanzen. Ihr Ziel ist es, die Patienten dahin zu führen, ein selbstständiges und selbstbestimmtes Leben zu führen, unter Einbeziehung von Familie und Freunden. So trainiert sie mit ihren Schützlingen die Alltagsbewältigung und die soziale Kompetenz. Eine große Hilfe, sagt Kai, der sich früher mit der Kontaktaufnahme schwergetan hat. „Hier

geht es um praktische Lebenshilfe“, betont Monika Diersen.

Frei von Konventionen

Einen hohen Stellenwert haben Einzel- und Gruppengespräche. So gibt es zum Beispiel die „interaktionale offene Gruppe“. Jeder Therapeut ist für fünf bis sechs Patienten zuständig, die in der Gruppe ihre Erfahrungen aus den Einzeltherapien vertiefen und austauschen. Die Rückmeldung der Patienten untereinander werde ernst genommen, erklärt König. Rund zwei Drittel der Patienten seien weiblich, berichtet sie weiter. „Männer bekommen eher ein Magengeschwür oder einen Herzin-

farkt“, sagt sie. Sie hat ihr Hobby als freiwilliges Angebot für die Patienten mitgebracht: das Improvisationstheater. Und das „klappt erstaunlich gut“. Es sei „faszinierend, wie depressive Menschen aus sich herausgehen“, berichtet sie. Es sei für die Teilnehmer ein Riesenspaß, einmal „frei von Konventionen, albern und laut“ zu sein. Das kann Rudi nur bestätigen. Er habe die Zeit hier insgesamt sehr genossen und gehe gestärkt nach Hause, sagt er und verabschiedet sich von seinen Betreuern, denn seine Zeit in Neuenkirchen ist zu Ende.

Informationen im Internet: www.clemensaugust.de.

Deutsch-russische Völkerverständigung

Der Zirkus der Kulturen macht Station in Mollseifen – Ein Einblick in die Arbeit

pm **ALTKREIS BERSENBRÜCK.** „Hacke, Spitze, eins, zwei, drei; Hacke, Spitze, eins, zwei drei ...“ So tönt es aus dem Aufenthaltsraum des Naturfreundehauses in Mollseifen im Sauerland. Maxim Akhmadiev aus Perm (Ural/Russische Föderation) übt dort mit Schülern, Jugendlichen und Erwachsenen verschiedener Bildungseinrichtungen aus Russland und Deutschland mit der Balalaika für eine Abschlusspräsentation eine russische Polka ein. Der Zirkus der Kulturen aus dem Altkreis Bersenbrück ist wieder bei der Arbeit, um intensiv Länderkunde zu betreiben – auf dass das Verständnis untereinander wachsen möge.

Aus dem Keller des Hauses erklingt die polnische Nationalhymne. Hier arbeitet die Ländergruppe Polen unter der Leitung von Tatyana Kuchumova (Gymnasium Perm) und Caroline Zikle von der Haupt- und Realschule Bersenbrück. Sie haben sich vorgenommen, auch einen polnischen Hochzeitstanz einzustudieren. Ideengeberin dafür ist die Polin Klaudia Jakubowska aus der zehnten Klasse der Justin-Kleinwächter-Realschule Greven, die

mit ihrem Bruder erst seit kurzer Zeit hier in Deutschland lebt und deshalb zunächst nur polnisch und englisch spricht.

Munteres Treiben auch auf allen Fluren und in der Minisporthalle; hier üben die Farkire, Jongleure, Seiltänzer, Akrobaten und Balanceartisten unter der Anleitung von Siri und Sonja sowie den beiden Vietnamesen Daniel und Michael vom Zirkus Fantasia der Integrierten Gesamtschule aus Fürstenau – natürlich wieder unter der zirkuspädagogischen Anleitung des Künstlers Stefan Prekar aus Bonefeld.

Im eineinhalbstündigen Wechsel zieht Frischluft vom Keller aus durch alle Flure. Die Biathleten kommen unterdessen vom Olympiastützpunkt in Altastenberg vom Training zurück, erschöpft vom Skilanglauf, aber zufrieden mit ihren Schießergebnissen – liegend sowie stehend! Öffnet man die Türen des Hauptportales nach draußen, werden Gäste mit den Klängen der afrikanischen Trommelgruppe begrüßt und von dem strahlend blauen Himmel bei Minustemperaturen verwöhnt.



Bei der Arbeit: der Zirkus der Kulturen.

Foto: privat

Die Rhythmen kommen aus der „Villa“ oberhalb des Hanges. Hier üben nicht nur generationsübergreifend die Schüler vom Kinderhof Campemoor, der JKR aus Greven, der IGS aus Fürstenau, sondern auch die zukünftigen Sportassistenten und Jugendleiter aus Russland und Deutschland unter der Leitung von Martin Vetter aus Görllitz vom „Multikulturellen Zentrum“.

Draußen wiederum sind kleinere Gruppen mit Karte und Kompass unterwegs.

„Natur sportlich erleben“ heißt dieser Workshop. Vateria, Studentin aus Perm, derzeit im freiwilligen ökologischen Jahr im Umwelterstandort „Noller Schlucht“ in Dissen, versucht, zusammen mit Jessica und Maris (IGS Fürstenau) praxisnah Sport und Umwelt in Einklang zu bringen.

Schaut der Gast jedoch genauer hin, haben alle Teilnehmer eines gemeinsam – ein bunter Faden ist um ein Handgelenk gebunden. Dieser Faden wird in jeder freien

Minute genutzt, um bestimmte Figuren einzutrainieren, gilt es doch, Faden-spielprüfungen zu absolvieren. Franziska (Gymnasium Bersenbrück) ist als Übungsleiterin ständige Ansprechpartnerin.

Ins Haus zurückkehrend, sind es die Nähmaschinenräusche, die in die ehemalige Gaststube locken. Dort sitzt die älteste Jugendleiterin der Bundesrepublik Deutschland – Oma Jansen aus Frenen. Die 85-Jährige werkt an Kostümen für die Präsen-

tationen der Ländergruppen Russland, Madagaskar, Polen, Türkei, Kolumbien und Nepal. Geschäftiges Treiben herrscht in diesem Raum, denn hier sitzen und arbeiten die Logistiker des gesamten Bildungsprojektes um Miriam Dirksmeier aus Rieste – ein Job rund um die Uhr, muss doch auch noch eine Nachtwanderung, ein Discoband und ein Biathlonwettbewerb vorbereitet und dann auch noch der „Grippewelle“ getrotzt werden. Keine leichte Aufgabe bei gut 100 Teilnehmern, gilt es doch, auch ein besonderes Jubiläum zu feiern: zehn Jahre deutsch-russische Freundschaft, zehn Jahre Projektarbeit mit der Justin-Kleinwächter-Realschule aus Greven, 30 Jahre Projektarbeit mit der Integrierten Gesamtschule Fürstenau und – na ja – den 70. Geburtstag des Projektleiters Axel Klose aus Hecke.

Überraschungsgäste in Mollseifen gibt es auch: der Schulleiter der JKR-Greven, Ingo Krimphof, der Schatzmeister des Fördervereins der Schule, Ludger Demann, und der Elternvertreter der Klasse, Ralf Mütter, die ihren Dank übermitteln. Eine runde Sache also.