



Im Sommer genießt Rolf Zick seinen „grünen Salon“. Foto: Holtz

Ein filmreifes Leben

Das „Gedächtnis der Nation“ wurde Rolf Zick schon genannt. Zumindest für Niedersachsen stimmt das. Der Journalist ist der letzte Lebende, der seit dem Entstehen des Landes 1946 dessen Geschichte hautnah verfolgt und erlebt hat. Alle elf Ministerpräsidenten kannte er persönlich – und mit manchen hat er, wie er mit einem Schmunzeln sagt, nicht nur oft gesprochen, sondern u. a. auch ausgegibt „gesoffen“. Da gibt es natürlich einiges, was wert ist, festgehalten zu werden. Daran arbeitet Zick gerade mit Hochdruck. „Porträts der Ministerpräsidenten, so wie ich sie erlebt habe, sind der erste Teil des Buches, das „Der letzte Zeitzeuge“ heißen soll“, sagt der 97-Jährige, streicht sich über den weißen Vollbart und rückt die modische schwarze Metallrandbrille zurecht. „Im zweiten Teil berichte ich über Besonderheiten und Höhepunkte der Landespolitik, wie sich Politik und Presse in der Nachkriegszeit entwickelt haben, über das, was ich in den vergangenen 70 Jahren erlebt habe.“ Was sich vor dieser Zeit ereignet hat, darüber gibt es bereits einen Bericht in Buchform, den man, hat man ihn einmal begonnen, kaum noch aus der Hand legen kann: „Ich war dabei – und habe überlebt“. Rolf Zick beschreibt den einschneidendsten Abschnitt seines Lebens, die zehn Jahre von 1939 bis 1949 mit Kriegsteilnahme und

Kriegsgefangenschaft in Russland. Fast 50 Jahre hat er gebraucht, bis er über das Erlebte überhaupt sprechen konnte. Doch dann habe es ihn gedrängt, mit sich ins Reine zu kommen, sich von der Seele zu schreiben, was wie ein Trauma auf ihm lastete, sagt er. Vor allem für seine Kinder und Enkelkinder sei das im Eigenverlag veröffentlichte Buch gewesen. Ihnen wollte er erzählen, was er erlebt und empfunden und wie er gedacht und gehandelt hat. „So ist 1995 ein ganz persönlicher Bericht entstanden, der weder glorifizieren noch entschuldigen soll. Meine Kinder und Enkel sollten wissen, dass ich auch in der schlimmsten Zeit versucht habe, ein anständiger Mensch zu sein.“ Für das gut 300 Seiten starke Buch brauchte er keine Notizen oder Aufzeichnungen. „Es entstand aus einer Erinnerung, die ganz tief in mir sitzt.“ Die Kernaussage, um die es ihm geht: „Krieg ist ein solcher Irrsinn, der größte Irrsinn, den es auf der Welt gibt! Selbst mit aller Phantasie kann man sich nicht vorstellen, was Krieg und seine Folgen für den Einzelnen bedeuten. Wer einmal selbst einen Krieg mitgemacht hat, ist der leidenschaftlichste Verfechter des Friedens!“ Wenn er auf Einladung in Schulen von seinen Erlebnissen berichtet, kommt von den Jugendlichen meist auch die Frage, ob er selbst getötet habe. „Ja“, sagt Zick. Als 17-Jähriger war er nach dem Abitur einberufen worden, zog am 1. September 1939 in den Krieg und musste bis 1943, mit 22, als Chef einer schweren Flakbatterie, Hannover gegen die Luftangriffe verteidigen. „Die Luftwaffenhelfer, die zu dem Zeitpunkt aus den Gymnasien und Oberschulen klassenweise eingezogen wurden, waren 16 oder 17, so alt wie die Schüler, denen ich heute davon erzähle. Wir von der Luftabwehr haben auf die Flugzeuge geschossen, weil die mit ihren Bomben hier unten die Menschen getötet haben. Wir haben versucht, das zu verhindern und haben uns überhaupt nichts dabei gedacht, dass wir nicht nur die Flugzeuge, sondern auch die Jungs, die drin sitzen, töten. Wir mussten zuerst schießen, um nicht selbst getötet zu werden.“ 70 Luftangriffe hat Rolf Zick überlebt, und das Inferno, den Feuersturm, den die Brand- und Phosphorbomben anrichteten, kann er zeitlebens nicht vergessen. Bei seinen Vorträgen könne man eine Stecknadel fallen hören, sagt er. „Weil die Schüler zum ersten Mal Geschichte von einem erzählt bekommen, der sie selber erlebt hat.“ Auch in Volkshochschulen und anderen Institutionen wird der Zeitzeuge Zick immer wieder gebeten, zu berichten. Doch nicht nur das Inferno der Luftangriffe hat sich in sein Gedächtnis gebrannt, auch die unvorstellbaren Ereignisse, die nach Kriegsende folgten: Sein letzter Kriegsschauplatz mit Gefangennahme im Mai 1945 in der Tschechoslowakei und von dort aus der lange, qualvolle Weg über Stalingrad und Kasachstan nach Sibirien in eines der Kriegsgefangenenlager. Die dreijährige Gefangenschaft, die er als einer der Wenigen – sogar nach einer Diphterie-Erkrankung und einem Salzsäure-Experiment als „Versuchskaninchen“ der Russen – überlebte. „Alle die älter als Mitte 30 waren, konnten das Lager gar nicht überleben. Nur wer körperlich ganz auf der Höhe war, den unbedingten Überlebenswillen hatte und sich niemals gehen ließ.“ Viele seien durchgedreht, irre geworden, aber meistens vorher schon gestorben, sagt Zick. „Vieles ist so schrecklich, so schrecklich, dass man es gar nicht erzählen kann.“ Er selbst traf, zum Skelett abgemagert, mehr tot als lebendig, 1948 im Heimkehrerlager Friedland ein. Dann habe es zuhause in Lengden bei Göttingen noch ein Jahr gedauert, bis er sich körperlich einigermaßen erholt hatte. „Aber seelisch – das dauert viel, viel länger, jahrelang.“ Danach, meint der alte Herr, habe ihn nichts mehr schrecken und aus dem Gleis werfen können. Ein zweites Leben begann, und insgesamt, findet er, hat er viel Glück gehabt, viel Schönes und Interessantes erleben dürfen und einiges geschafft: Noch im Krieg, 1944, hatte er Anne, eine Österreicherin, in Wien kennengelernt und dort 1945 geheiratet. Im selben Jahr war sein Sohn Rolf-Günther zur Welt gekommen, von dem er allerdings jahrelang nichts wusste und erst nach seiner Heimkehr erfuhr. 1951 wurde Tochter Anne-Maria geboren. Zick erzählt, wie er langsam, ganz langsam wieder Vertrauen zu Menschen entwickelt hat und Boden unter die Füße bekam, vom Hilfsarbeiter in einem Industriebetrieb bis zum Journalisten und Chefredakteur. 1974 gründete er den „Nord-Report“, einen PresseDienst mit bis zu 16 Mitarbeitern, der über 70 Zeitungen und alle Radio- und Fernsehsender Niedersachsens sowie Parteien und Fraktionen belieferte und später nach der Fusion mit dem „Rundblick“ von Tochter Anne-Maria übernommen wurde. Durch seine gute Vernetzung, die Wertschätzung, die Zick überall genoss, und durch seine jahrzehntelange Tätigkeit in der Landespressekonferenz, 20 Jahre auch als deren Vorsitzender, nahm er als Berichterstatter an zahlreichen Presse- und Delegationsreisen teil, kam in der ganzen Welt herum und lieferte spannende und exoti-

sche Geschichten und Reiseberichte ins heimische Niedersachsen. „Wir waren beim König von Spanien, beim König von Schweden, in Kanada, Indien, Brasilien, Argentinien, Afrika, in Australien oder Teufel wo. Allein in Israel, Jordanien und Umgebung war ich siebenmal und dreimal in China. Das ist ja kein Land, das ist ein riesiger Kontinent! Auch die Emirate – hochinteressant!“ Noch heute spürt man seine Begeisterung. „Da hab ich viel, viel Schönes erlebt!“ Die letzte große Reise hat er mit knapp 80 Jahren absolviert. Wohin? Er lacht: „Ist ja nun fast 20 Jahre her. Weiß ich nicht mehr.“ Sehr geholfen habe ihm immer sein Humor und seine positive Einstellung zum Leben und zu den Menschen. „Ich kann über vieles reden und mich über vieles freuen. Ich bin kein Miesepeter. Mir macht es viel mehr Spaß, wenn ich fröhlich bin mit Leuten, und ich sehe in allen vor allem das Positive“, sagt einer, für den Freundschaft und Geselligkeit weit über dem Faktor „Geld“ angesiedelt sind. „Ich habe nie in meinem Leben viel Geld verdient. Mein erstes festes Geld gab es 1956, 360 DM als Ressortchef für Sport beim Göttinger Tageblatt. Als Chefredakteur für die „Niedersachsen-Korrespondenz“ hatte ich ein ganz normales Gehalt. Dann in meinem Pressebüro – wenn ich am Monatsende die 16 Mitarbeiter ausgezahlt habe, blieb für mich nicht allzuviel übrig. Aber es hat immer gereicht.“ Wieder lacht er sein mitreißend fröhliches Lachen, und die wachen blaugrauen Augen funkeln. „Leben und leben lassen“ ist zu seinem Lebensmotto geworden. Das beherzigt er auch im Zusammenleben mit Tochter Anne-Maria. Seit 2003, als seine Frau im Alter von 82 Jahren nach fast 60 Jahren Ehe starb, lebt Rolf Zick mit der heute 66-jährigen unter einem Dach. Sein Lieblingsplatz in dem gemütlichen Reihenendhaus in Lehrte ist die Terrasse. „Unser grüner Salon“, sagt er, mit Blick in einen wunderschönen Garten, das Hobby von Tochter Anne-Maria. Wie das Zusammenleben funktioniert? „Da gibt es zwei wichtige Kriterien: Die Jungen müssen das Sagen haben und die Alten den Schnabel halten. Das hab ich auch erst lernen müssen. Ein halbes Jahr haben wir uns ziemlich gezoft. Das zweite Kriterium: Jeder braucht im Haus sein eigenes Reich, wo er machen kann, was er will.“ Im Erdgeschoss ist die „WG“ mit Wohn-, Esszimmer und Terrasse, im Obergeschoss das Reich der Tochter und im Souterrain eine ausgebaut Wohnung für Rolf Zick. Auch der Tagesablauf ist geregelt: Frühstück, Mittag- und Abendessen werden gemeinsam eingenommen. Abends steht TV auf dem Programm, „Hallo Niedersachsen“. „Weil wir beide noch landespolitisch interessiert sind und gucken wollen, was die Kollegen heute so machen. Oft schimpfen wir allerdings: Diese Pfeifen, was ist das wieder für ein Blödsinn!“ Anschließend informiert man sich noch bei der „Tagesschau“, und dann macht jeder, was er will. „Ich gehe meist an den Computer.“ Im Augenblick hat er den „Letzten Zeitzeugen“ am Wickel. Die Publikationen Zicks ergeben eine lange Liste, ebenso wie seine Auszeichnungen, u. a. die Niedersächsische Landesmedaille, das Große Verdienstkreuz des Niedersächsischen Verdienstordens und das Verdienstkreuz 1. Klasse des Verdienstordens der Bundesrepublik Deutschland. Er ist Ehrenmitglied zahlreicher Institutionen, in denen er sich zum Teil heute noch engagiert. Fest im Programm ist auch die alljährliche Kur in Bad Füssing. „Das mache ich seit 30 Jahren, und es tut mir sehr gut: Fango, Massagen, Muße – dort habe ich fast alle meine Bücher konzipiert.“ Ans Sterben denkt der 97-Jährige nicht. Wie aus der Pistole geschossen kommt diese Antwort: „Nein, eigenartigerweise gar nicht, obwohl ich es wohl müsste. Aber ich lebe und arbeite genau wie immer.“ Auch seinen knallroten BMW 520i, Bj. 1990, chauffiert er noch routiniert durch den Verkehr. Der Senior lacht fröhlich: „Der ist gerade wieder beim TÜV gewesen und soll mich bis ans Lebensende begleiten.“ So hält er es auch mit seinem Markenzeichen, dem schwarzen „Elbsiegler“, der markanten Mütze, zu der er auf einer seiner zahlreichen Schiffsreisen gekommen ist. Eva Holtz

Veranstaltungen im Klinikum Wahrendorff.

20. Juli, 18–23 Uhr Schlagerparty im Cafégarten, Dorff-Platz in Köthenwald
21. Juli, 17–19:30 Uhr Hannover 96 : PEC Zwolle, Wahre Dorff Arena, Ilten
28. Juli, 13–16 Uhr Flohmarkt im Park in Ilten
3. August, 18 Uhr Matjesessen im Park in Ilten
2./09./ 16./ 23. September, 11–14 Uhr Sonntags: Jazz im Park in Ilten
30. September, 11–17 Uhr Jazz im Park XXL in Ilten
19. Oktober, 19 Uhr Gourmetabend, Dorff-Gärtnerei in Ilten



... und die beiden Töchter haben nun ihren Frieden damit gemacht.

Foto: Giesel

In der Todesanzeige von Joachim Göhmann wurde um Spenden für das Klinikum Wahrendorff gebeten. Rund 3.000 Euro sind zusammengekommen und werden vom Förderverein „Die Wahren Dorff Freunde“ für Projekte für Bewohner eingesetzt. „Toll“, freuen sich seine beiden Töchter und gehen bewusst sehr offen mit der Depression und dem Suizid ihres Vaters um. „Seitdem wir das tun, haben wir erfahren, dass er kein Einzelfall ist. Schlimm, dass psychische Krankheiten so tabuisiert und schambefahet sind. Es könnte sehr viel Leid verhindert werden.“ Joachim Göhmann war ein Mensch, dem alles im Leben zu gelingen schien: Erfolgreicher Unternehmer, seit Jahrzehnten glücklich verheiratet, zwei wunderbare Töchter, bei denen der 76-Jährige seine Firma, sein Lebenswerk, in guten Händen wusste, Enkelkinder, die er liebte, gute Freunde und Hobbys, die ihm viel bedeuteten. Wie ist es möglich, dass so einer schwere Depressionen bekommt und sich schließlich umbringt? Seine beiden Töchter, Tanja Göhmann und Anuschka Schöle, erinnern sich an den Vater und an den Weg, den seine Erkrankung genommen hat, und erst im Nachhinein können sie einiges besser verstehen und einordnen. „Unser Vater war eine starke Persönlichkeit, der für alles eine Antwort und immer einen Plan B hatte“, sagt Anuschka Schöle und ihre Schwester Tanja ergänzt: „Papa konnte so gut kochen und tat es auch so gern.“ Er sei ein lebensfroher, lebensbejahender Mensch gewesen, der mit Vollidamp durchs Leben brauste. Er liebe schnelle Autos, fuhr begeistert und wagemutig Ski und packte ständig neue Projekte an. Ganz viel wollte er schaffen. Seinen Betrieb für Parkett und Bodenbeläge mit 35 Beschäftigten, den er ab Mitte 1970 aufgebaut hat, und die Messezimmer-Vermietung (36 Premium-Zimmer), wollte er ständig vergrößern – und dabei war es so stolz auf seine Familie, die in der Firma mitarbeitete und stets zusammenhielt. „Es hat alles gepasst“, sagen die Töchter. Tanja Göhmann erinnert sich: „Wenn wir früher Essen gegangen sind mit Lieferanten, Architekten oder anderen Geschäftspartnern, da konnte die Runde noch so groß sein: Er hat die Menschen unterhalten und zum Lachen gebracht. Er hatte die lauteste Stimme und hat alles in Gang gehalten.“ Doch dann wurde ihr Vater 70. Das sei für ihn wie eine magische, vielleicht auch beängstigende Zahl gewesen. „Im Rückblick meine ich aber, dass er schon einige Jahre zuvor begann, angreifbarer zu werden“, erinnert sich Anuschka Schöle, „für uns noch unbemerkt, hat er sich verändert.“ Die Familie hat es als normalen Prozess eingestuft: Man wird eben ruhiger mit dem Alter. Anuschka Schöle meint heute: „Vielleicht war es aber schon die Depression.“ Als man bei ihrer Mutter Demenz feststellte, wurde auch die Veränderung des Vaters immer deutlicher: „Er hat sich noch fast vier Jahre lang sehr liebevoll um sie gekümmert – neben allem beruflichen Stress. Bis er nicht mehr konnte.“ Dann besuchte er seine Frau in der

Tagesklinik, sah die gebrechlichen alten Menschen und hat einmal zu seinen Töchtern gesagt: „Das passiert mir nicht!“ Es kam der Moment, als er über schwerste Schlafstörungen klagte. Er schob sie auf Stress im Beruf und dass er nicht abschalten könne. Es habe sehr lange gedauert, bis er die Schlafstörungen überhaupt habe zugeben können, sagt Tanja Göhmann. Hatte sich ihr Vater vorher nicht über jeden Burn Out lustig gemacht und es „Arbeitsverweigerung“ genannt. Psychische Krankheiten hat es in seinen Augen nicht gegeben, alles Einbildung! Dann eine OP, die viele Männer seines Alters hinter sich bringen, ein harmloser Skiu Unfall im gemeinsamen Winterurlaub mit der Familie – und Joachim Göhmann brach plötzlich zusammen. „Abends weinte er: Ich bin im Arsch!“ Seine Familie war entsetzt. „Wir haben nicht realisiert, wie schlecht es ihm ging. Er war lange Zeit ein hervorragender Schauspieler gewesen“, sagt Tochter Tanja. In der Folgezeit kam nach und nach eines zum anderen: Es stellten sich Wahnvorstellungen ein. Er verstieg sich z. B. in die fixe Idee, seine Frau betrüge ihn, und man wolle ihn mit Medikamenten vergiften. „Da wussten wir endgültig, dass mit ihm etwas nicht stimmt“, nickt Anuschka. Die Töchter konnten ihn überreden, sich in einem Krankenhaus komplett durchchecken zu lassen. Er habe nach allen möglichen Krankheiten regelrecht gelehzt. „Es war für uns nicht zu verstehen, dass er jedesmal entsetzlich enttäuscht war, keine Diagnose zu bekommen.“ Im Krankenhaus erwähnte Joachim Göhmann erstmalig Suizidgedanken. Man riet der Familie, ihn schnellstmöglich ins Klinikum Wahrendorff zu bringen. „Das war anfangs sehr holprig. Denn er war keiner, der sich führen lässt und sich unterordnet“, sagt Anuschka Schöle. Dann lernte er dort einen Mitpatienten kennen, mit dem er sich gut verstand, schien neuen Lebensmut zu entwickeln, und alle hatten den Eindruck, es ginge aufwärts. Nach sieben Wochen wurde Joachim Göhmann entlassen und sollte von einem niedergelassenen Psychiater weiterbetreut werden. Doch es dauerte keine vier Wochen, und sein Verhalten veränderte sich erneut. Auch in der Firma wurde er aggressiv, beschuldigte seine Mitarbeiter, ihn zu betrügen und war überzeugt, dass er sich in großem Umfang verkalkuliert habe. So kannten ihn seine Leute nicht und waren erschrocken. „Es gab viel Stress im Betrieb, weil er sich unmöglich benahm. Er wollte alles dict machen und meinte, es könne nicht weitergehen“, sagt Anuschka Schöle. Die Töchter entdeckten, dass er eigenmächtig alle Psychopharmaka abgesetzt hatte. „Er hat uns belogen und gesagt, er nähme sie“, ergänzt Tanja Göhmann. Und dann gab es einen unheimlichen Versuch: Joachim Göhmann nahm seine Schreckschusspistole und probierte ihre Wirkung aus. Ein Nachbar beobachtete ihn und informierte die Familie. Tanja brachte ihren Vater erneut ins Klinikum Wahrendorff, und er kam in eine geschützte Abteilung. „Er hat furchtbar geweint, was wir ihm antun und wollte keinesfalls in dieser Abteilung bleiben.“ Mit seinem schauspielerischen Talent schaffte er es, auf eine offene Abteilung verlegt zu werden. Schon am nächsten Tag war er weg. Eine Radfahrerin fand ihn in den Feldern. Obwohl es eigentlich nicht hätte schief gehen können, überlebte er diesen Selbstmordversuch. Monatelange stationäre Behandlungen folgten, und er tat den Suizidversuch ab wie einen Schnupfen: „War ein Fehler, mach ich nicht wieder.“ Erneut mobilisierte Göhmann sein Schauspielertalent, markierte vor den Ärzten den starken Mann und wurde als „austherapiert“ entlassen. Doch dann, erinnern sich die Töchter, sei er ein Anderer gewesen: Still, in sich gekehrt, düster und auch körperlich hinfällig. „Er schlurfte wie ein 105-Jähriger.“ Die Olympischen Winterspiele im Februar verfolgte der ehemals leidenschaftliche Skifahrer noch intensiv – und dann verschwand er. Die Schwestern fanden ihn in der Lagerhalle hängend. Das Erzählen bringt auch die Tränen zurück. Die eine Schwester war und ist für die andere eine große Stütze. Hatten anfangs Entsetzen, Kummer, Wut und Ratlosigkeit in ihnen gewütet, haben sie inzwischen viel Verständnis für ihren Vater. Sie haben sich kundig gemacht, haben immer wieder versucht, seine Gedanken und Gefühle nachzuvollziehen, sprechen oft über das Erlebte und erinnern sich an viele schöne Begebenheiten und Geschichten aus dem Leben mit ihm. Tanja Göhmann sagt: „Er wollte niemandem zur Last fallen und seinen Weg selbst in die Hand nehmen. Vielleicht war das sein Plan B.“ Eva Holtz

Zwei Buchtipps zum Thema, empfohlen von Prof. Dr. Gerhard Schmid-Ott, Leitender Arzt Psychosomatik im Klinikum Wahrendorff:
Johnstone M., „Mein schwarzer Hund – Wie ich meine Depression an die Leine legte“, 2008, Verlag Antje Kunstmann;
Goffman, E., „Stigma. Über Techniken der Bewältigung beschädigter Identität“, 1975, Subkramp Verlag



Regen im Juni: Das Sommerfest musste ins DoG ausweichen. Foto: Reichenbach

Ambulante Psychiatrische Betreuung Kontakt: Christian Somol, Tel. 05 11/7003 55 11
Ambulanz Suchtmedizin-Sprechstunde Gartenstr. 19, 30161 Hannover, Terminvereinbarung: Tel. 05 11/169331-0, Termin nach Vereinbarung
APS – Akademie für Pflege und Soziales GmbH, APS – Betreuer-Angelhörigenfortbildung zu Psychiatrie-Themen, Karlsruher Str. 2b, 30519 Hannover, Ansprechpartner: Cordula Schweiger, Tel. 05 11/8647 54
Auftragsarbeiten in der Arbeitstherapie Ansprechpartner: Günter Pöser, Tel. 05 12/90-2551 oder poeser@wahrendorff.de
Bibliothek Rudolf-Wahrendorff-Str. 17a, 31319 Ilten, Ansprechpartner: Marlene Bruns, Tel. 05 12/90 25 96, Öffnungszeiten: Di, Do: 15.30–17.30 Uhr, Sa: 14.00–16.00 Uhr
Bügelstube Köthenwald Wara Gasse 4, 31319 Sehnde, Ansprechpartner: Katrin Ruhnke und Doris Wollborn, Tel. 05 12/90-2863, Öffnungszeiten: Mo–Do 8.00–12.00 und 12.30–16.00 Uhr, Fr 8.00–12.00 und 12.30–15.00
Cafégarten Köthenwald Wahre Dorffstr. 1, 31319 Sehnde, Kontakt: Anke Zeisig, Tel. 05 138/701 21 10, geöffnet Mai–Oktober Mo–Fr 14.00–21.00 Uhr, Sa–So 12.00–21.00
Café Kuckucksnest Wahre Dorffstr. 1, 31319 Köthenwald, Kontakt: Sylvia Hengstmann, Tel. 05 12/90 25 14, Öffnungszeiten: Mo–Fr 8.00–17.00 Uhr, Sa–So 10.00–17.00 Uhr
Café und Restaurant Sympatico Borgentrickstr. 4–6, 30519 Hannover, Ansprechpartner: André Weiß, Tel. 05 11/8489 53-15, geöffnet Mo–Fr 8–18 Uhr, Sa und So 11–16 Uhr
Dorff-Gärtnerei-Ilten Schender Str. 19, 31319 Sehnde, Ansprechpartner: Ludger Goeke, Tel. 05 12/90-2681 oder dorffgaertnerei@wahrendorff.de, Öffnungszeiten: Mo–Fr 8.00–18.00 Uhr, Sa 8.00–12.30 Uhr und So 10.00–12.00 Uhr
Dorff-Laden (Second-Hand, 96-Shop, Kiosk) Wahre Dorffstr. 1, 31319 Köthenwald, Tel. 05 12/90-2558, geöffnet Mo–Fr 8.00–12.00 und 12.30–16.30, Sa 9.00–12.00 Uhr
Epilepsie Selbsthilfegruppe, 1. Freitag im Monat: „Zwischenzeit“, Schauffelder Str. 11, Hannover, Ansprechpartner: Klaudia Bade, Tel. 05 11/66 90 88
Fahrradwerkstatt Wara Gasse 4a, 31319 Köthenwald, Ansprechpartner: Thomas Jaunich und Lothar Brand, Tel. 05 12/90-27 12, geöffnet Mo–Fr 8.00–12.00 Uhr und 13.00–18.00 Uhr von Mai–Sep. (von Okt.–Apr. bis 16.30 Uhr)
Kaffeerunde für Ehemalige/Interessierte Klinik im Park, Station 2, Rudolf-Wahrendorff-Str. 17, 31319 Sehnde, Ansprechpartner: Regina Tegtmeyer, Tel. 05 12/90-24 12, Treffen jeden Do um 16.00 Uhr
Kunstwerkstatt Köthenwald Wahre Dorffstr. 1, 31319 Köthenwald, Ansprechpartner: Annette Lechelt und Johanna Krause, Tel. 05 12/90-2875, Öffnungszeiten: Mo–Do 08.00–17.00 Uhr, So 12.00–17.00 Uhr
Medikamenten-/Alkoholprobleme Frauengruppe, Klinik im Park, Station 2, Rudolf-Wahrendorff-Str. 17, 31319 Sehnde, Ansprechpartner: Regina Tegtmeyer, Tel. 05 12/90-2306, Treffen jeden Dienstag von 17.00–18.30 Uhr
Seelsorge Büro PIA Köthenwald (Seminarraum), RWH Ilten, Pastoren: Hille de Maeyer 01751 916727 und Ilka Greunig 051 32/90-22 19, Diakon Werner Mehlente 051 32/90-2284
Sorgentelefon gebührenfrei und rund um die Uhr, Tel. 0800-845 93 90
Tagesstätte Parkstraße Parkstr. 16, 31275 Lehrte, Ansprechpartner: Yvonne Gruczun, Tel. 05 12/5027957, Öffnungszeiten: Mo–Fr 8.00–16.00 Uhr
Transkulturelles Zentrum für Psychiatrie und Psychotherapie Tagesklinik Linden, Schwarzer Bär 8, 30449 Hannover, Kontakt: Frau Gülay Akgül, Tel. 05 12/90-2516
Traumaambulanz Gartenstr. 19, 30161 Hannover, Ansprechpartner: Oliver Glawion, Tel.: 051 32/90-38 38
Veranstaltungs-Service Räume für Veranstaltungen, 20–200 Sitzplätze, Service u. Restauration auf Wunsch, Ansprechpartner: Nicole Koschinski, Tel. 051 32/90-2202
Wa(h)renhaus Ilten Ferd.-Wahrendorff-Str. 1, 31319 Sehnde, Tel. 05 12/90-33 84, Öffnungszeiten: Mo, Mi–Fr 8.00–16.30, Di 8.00–12.30



Foto: privat

Dr. Hans-Jürgen Derda, Leiter Mittelalter / Frühe Neuzeit / Judaica, Braunschweigesches Landesmuseum, Braunschweig:
Als Mittelalterhistoriker fallen mir sofort Franz von Assisi, der Heilige Franziskus, und Elisabeth von Thüringen, die Heilige Elisabeth, ein. Beide sind damals von ihrer Umgebung für verrückt erklärt worden. Warum? Franz, ein Sohn reicher Kaufleute, und Elisabeth, die aus höchsten Adelskreisen stammte, kümmerten sich um Bedürftige und entschieden sich selbst ganz bewusst für ein Leben in Armut, um die Not und die unfreiwillige Armut der anderen sichtbar zu machen. Das wäre auch heute etwas sehr Außergewöhnliches und wahrscheinlich in den Augen vieler sogar etwas total Verrücktes. Obwohl wir angeblich alle Freiheiten haben, werden die Zwänge verschiedener Art doch immer stärker, die Freiräume, um „verrückt“ zu sein, immer kleiner.

Prof. Dr. Andrea Rössler, Romanisches Seminar der Leibniz Universität Hannover:
Für mich heißt „ver-rückt“ zu sein, neben der Spur zu sein, also die Routine und das Erwartbare zu verlassen. Das kann extrem witzig und befreiend sein, aber auch Angst machen, wenn die Situation aus dem Ruder läuft. Et was Verrücktes zu machen, ist für mich zumeist positiv. Ich finde, ich mache das viel zu selten. Meist traue ich mich das auf Reisen, vielleicht weil man da ohne-

hin experimentierfreudiger ist. Zum Beispiel einfach nur so fremde Menschen anzusprechen, die mir sympathisch erscheinen – wie ein Kind ohne Berührungsängste. In einer Fremdsprache fällt mir das oft leichter als in meiner Muttersprache.

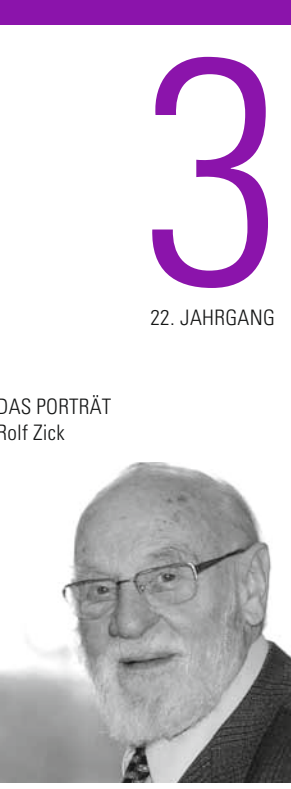
Was ist ein Promi?

Heike (54):
Ne, berühmt will ich lieber nicht sein. Dann sitzen einem immer die Paparazzi im Nacken. Die Prominenten können einem fast leid tun – und die Ehepartner auch. Die leiden darunter auch.

Janina (22):
Ich wäre gern teilweise berühmt, weil man dann viel Aufmerksamkeit bekommt. Zum Beispiel wie Vivien, die Sängerin von „Aloha from Hell“. Sie sieht richtig gut aus, und die Stimme klingt richtig schön.

Norbert (56):
Als junger Mensch war ich Hochleistungsschwimmer, und Mark Spitz war mein Vorbild. Bodybuilding hab ich auch gemacht. Da war Arnold Schwarzenegger mein Vorbild. Es gibt viele Berühmtheiten. Wenn ich sie alle aufzählen würde, säßen wir heute Abend noch hier. Ich bin auch ein Star. Das weiß nur keiner! Hab früher mal als Möbelpacker gearbeitet, immer körperlich harte Arbeit gemacht. Aber dann hab ich Morbus Bechterew bekommen ...

Impressum
is' ja ilten!
Herausgeber:
Klinikum Wahrendorff GmbH
Gesamtkonzeption, Redaktionsleitung: Eva Holtz
Layout: Ulm[ri]sch, Petra Laue, Matthias Höppler-Fid
Fotos: Joachim Giesel, Eva Holtz, Reinhold Pesker, Stefanie Reichenbach
Anschrift der Redaktion:
Klinikum Wahrendorff
Rudolf-Wahrendorffstr. 22, 31319 Sehnde, Tel. 05 12/90 22 50, Fax 05 12/90 22 66
Internet-Seite: www.wahrendorff.de
e-mail: info@wahrendorff.de
is' ja ilten erscheint vierteljährlich
Alle Personen, die hier zu Wort kommen oder erwähnt und mit vollem Namen genannt werden, sind ausdrücklich damit einverstanden.



DAS PORTRÄT
Rolf Zick

GESUNDE ERNÄHRUNG
Fit durch Food



TRAGISCHE GESCHICHTE
Ein Powermensch tritt ab



PROMINENTE BEFRAGT
Was ist verrückt?





Gesunde Ernährung ist für jeden interessant.

Fotos (2): Giesel



Fit durch Food – ein riesen Erkenntnisgewinn

„Das Limette-Minze-Wasser schmeckt mir am besten“, sagt Stefanie L. Seit einem dreiviertel Jahr hat die Bewohnerin der Parkstraße 7 in Köthenwald ihr Essen komplett umgestellt und begleitet begonnen, Sport zu treiben. Seitdem hat sie 15 Kilo abgenommen, ist sehr stolz auf ihren Erfolg und mittlerweile voller Ehrgeiz, weiter zu kommen: „Ich war bei Größe 54 und hab jetzt 46/48. Es sollen aber noch 15 oder 20 Kilo weniger werden.“ Nein, ein Opfer sei das für sie nicht, sagt die 29-Jährige und lächelt. Seitdem fühle sie sich viel wohler und könne sich besser bewegen. Voller Zuversicht schmiedet sie schon Pläne für die Zukunft. Heute, beim Aktionstag „Fit durch Food“, den 20 Mitarbeiter der Parkstraße 7 im Eingangsbereich des Hauses auf die Beine gestellt haben, ist die junge Frau eines der Beispiele, wie Pfunde purzeln und Lebensfreude steigt, wenn Essen nicht als Ersatz herhalten muss, sondern bewusst genossen wird. „Alkohol und Drogen sind bei uns verboten, da muss oft das Essen herhalten, um Kummer, Unglück, Sorgen und Langeweile zu bekämpfen“, weiß Heimleiterin Sabine Hachmeister, die nicht länger zusehen wollte, wie viele ihrer Bewohnerinnen immer schwergewichtiger und dabei immer unglücklicher wurden: „Dabei reden wir gar nicht übers Abnehmen. Wir wollen informieren, wie man sich schmackhaft und gleichzeitig gesund und kalorienreduziert ernähren kann – und es auch noch Spaß macht.“ Seit einem knappen Jahr versorgen sich die Bewohnerinnen und Bewohner der Wohnbereiche in der Parkstraße 7 selbst. Zusammen mit

dem Personal werden die Speisepläne erarbeitet, Zutaten eingekauft, und dann wird gemeinsam ausprobiert, zubereitet und das Ergebnis genossen. Ein besseres Training für den Alltag und eines das mehr Freude macht, könne es nicht geben, ist die Heimleiterin überzeugt. „Und die Mitarbeiter ziehen begeistert mit. Gesundes Essen ist ja ein Thema, an dem jeder Interesse hat.“ In Zukunft soll es auch regelmäßige Workshops zum Thema, „Achtsam essen, achtsam genießen“, geben, die das Parkstraßen-Team im ganzen Klinikum Wahrenndorf anbieten wird. „Ich hoffe, dass dieses Projekt, zu dem der heutige Aktionstag der Auftakt ist, Schule machen wird im Klinikum“, sagt Sozialarbeiterin Julia Madl. Auf einem Tisch stehen mehrere große Getränkespender, aus denen man Wasser, das mit unterschiedlichen Obstsorten und Kräutern angesetzt ist, probieren kann. Es gibt selbstgebackenes Brot, Donuts, die aus geriebenen Äpfeln und Bananen, Haferflocken und Vanillezucker bestehen, frisch aus dem Waffeleisen kommen und herrlich duften. Daneben locken Apfel-Blätterteigrosen, die wie gemalt aussehen. An einem Stand kann man fertig gekaufte und selbsthergestellte Produkte probieren und hat den direkten Geschmacksvergleich: Schokomüсли, Himbeerjoghurt, Erdbeermarmelade, Eistee oder Kräutertiffrischkäse. „Fast 100 Prozent der Tester sagen, die selbstgemachten Produkte schmecken besser“, hat Ergotherapeutin Andrea Saß erlebt. Auf erklärenden Schildchen ist genau aufgeführt, was im einen und was im anderen Produkt enthalten ist – und der Vergleich fällt unfassbar aus: „Zum Beispiel beim Schokomüсли: 30 Bestandteile, allein fünf verschiedene Zuckersorten und viele Zusatzstoffe. Für das Selbstgemachte haben wir nur sechs Bestandteile gebraucht.“ Habe man das Selberrnachen einmal ausprobiert, halte sich der Herstellungsaufwand sehr in Grenzen, meint sie. „Es

macht außerdem sehr viel Spaß, ist letztlich preisgünstiger, und der Fantasie sind kaum Grenzen gesetzt.“ Ihre Kollegin, Silke Bauer nickt: „Man isst wieder gern, und es ist bewusstes, emotionales Essen. Wenn wir beispielsweise Brot backen, duftet es einfach himmlisch!“ Nebenan wird an einem Stand darüber aufgeklärt, wie viel Zucker in 30 verschiedenen Nahrungsmitteln enthalten ist. Kleine oder größere Berge von Würfelzucker verdeutlichen die Menge. Es ist eine sehr eindrucksvolle Darstellung, wie viel versteckter Zucker in nahezu allem ist, was fertig gekauft wird: So hat z. B. ein Joghurtdrink mehr Zucker als die gleiche Menge Cola. Ganz schlecht schnitten auch Fruchtsäfte und -tees ab und die bei Kindern sehr beliebten Fruchtzwerge. Auch bei Ketchup und sogar beim Krautsalat geht es nicht ohne eine überraschend große Menge Zucker. Sozialarbeiterin Julia Madl sagt: „Uns geht es ums Bewusstmachen: Was ist eigentlich in meinem Essen?“ Und gerade was den Zuckergehalt angeht, seien die Besucher total geschockt. Der Schockeffekt ist auch dem großen Glas auf dem Tisch daneben sicher. Dort wurde der Kult-Brotaufstrich „Nutella“ unvermischt in seinen Einzelteilen dargestellt – und wirkt nur noch ekelig: Im Glas sind dicke Schichten von Zucker und Fetten, eine undefinierbare weißliche Paste und eine sehr dünne Schicht schwarzen Kakao zu sehen. Am Stand der Sporttherapie erfährt man, wie lange Ergometer und Crosstrainer betätigt werden müssen, um die Kalorien von Schokobons einerseits und Erdbee-

Familie ist Liebe, und das ist sehr wichtig

Für ihre Bauchtanznummer beim letztjährigen „Supertalent Wettbewerb“ ernannte Nicole-Jasmin donnernden Applaus und begeisterte „Zugabe-Rufe“ und wurde von der Jury zur Siegerin gekürt. Sie selbst konnte es kaum fassen und weinte Freudentränen – und will in diesem Jahr natürlich erneut antreten. „Aber in einem anderen Kostüm. Diesmal nicht rot sondern bunt. Das mache ich wieder selbst, zusammen mit Andrea Honigmann von der Soziotherapie“, sagt die 33-Jährige, die seit vier Jahren im Klinikum Wahrenndorf lebt. Vor mehr als zehn Jahren, als sie in einer betreuten Wohngemeinschaft in Celle wohnte, hat eine Haushaltsmitarbeiterin sie auf die Idee mit dem Bauchtanz gebracht. „Die hat mir das beigebracht und hat immer zu mir gesagt: Du hast Talent, mach es, du kannst es!“ Die Frau schenkte ihr vier CDs mit orientalischer Musik, zeigte ihr die Bewegungen und übte mit ihr. Inzwischen trainiert und tanzt die junge Frau längst ohne deren Anleitung – immer barfuß, wie sie sagt und gerne mit Publikum. „Es macht mir Freude, wenn ich die Leute glücklich mache. Ich schenke ihnen ein Lächeln, und freue mich, wenn sie zurücklächeln.“ Am schönsten findet sie, wenn das Publikum spontan mittanzt – so wie es bei ihrem Auftritt beim „Supertalent“ gewesen ist. Für ihren Freund, einen Mitbewohner, mit dem sie seit zwei Jahren zusammen ist, tanzt sie nicht. „Das wäre zu viel Annäherung. Das will ich nicht. Ich will nur zeigen, was ich drauf habe.“ Und wenn bei ihren öffentlichen Auftritten derartiges passiert? „Das ist mir sehr unangenehm! Aber da passt mein Freund schon auf und sagt dann: Finger weg, das ist meine Verlobte!“ Nicole-Jasmin lächelt und beginnt, von sich zu erzählen. Zusammen mit drei Brüdern und zwei Halbschwestern wuchs sie in einer Problemfamilie auf. Doch das ist Vergangenheit, darüber möchte sie nicht sprechen; lieber über den Stern, den sie für ihre Mutter am Himmel ausgesucht hat. „Sie ist schon mit 47 gestorben, da war ich 20. In meinem Herzen lebt Mama aber weiter. Bei sternenklarem Himmel gucke ich hoch zu ihrem Stern und zu ihr und rede mit ihr.“ Schon früh ist bei Nicole-Jasmin eine psychische Erkrankung festgestellt worden, und sie erinnert sich daran, dass es Wahnvorstellungen gab, die sie in Panik versetzten: Im Schlauch der Dusche sah sie eine Würgeschlange; meinte, der Wasserkocher könne explodieren, oder sie bildete sich ein, ihren Hamster bei lebendigem Leibe verspeist zu haben. Später kam ein schwerer Schwangerschaftsdruck. Mit 17 war wegen ihrer Erkrankung ein weiterer Schulbesuch nicht mehr möglich. „Ich hab das Hauptschulzeugnis.“ Ihr inzwischen 10-jähriger Sohn lebt bei Pflegeeltern in Leipzig. „Seit seinem 5. Geburtstag habe ich ihn nicht mehr gesehen, aber manchmal bekomme ich Fotos und Nachrichten.“ Gern hätte sie mehr Kontakt zu dem Jungen, sagt sie. „Er sagt zu seiner Pflegemutter ‚Mama‘. Das macht mich traurig. Er ist doch ein

ren andererseits zu kompensieren. Thomas Seegers, der Küchenchef der „Wahren Dorff Küche“, ist von dieser Ausstellung tief beeindruckt. „Alles, was ich probiert habe, schmeckt! Es ist einfach toll, was hier gemacht wurde, und es zeigt, dass nicht immer Fertigprodukte verwendet werden müssen. Ich möchte doch auch, dass unsere Bewohner und Patienten gesund leben. Jetzt muss ich aber noch die Runde machen“, sagt er und ist sich sicher, dass er einige Anregung für seine Küche mitnehmen kann. An den Wänden hängen kleine Poster: „Zwischen Essen und Ernährung können Welten liegen“, „Ein gutes Essen ist Balsam für die Seele“ oder „Das Leben ist zu kurz für schlechtes Essen“. „Stimmt“, nickt Thomas Seegers, der Profi. Stefanie L. tauscht sich mit einigen Mitbewohnerinnen aus: Wem welche Wassermischung am besten schmeckt und welche Speisen besonders gut ankommen. „Salat mit Frischkäse und einem Warmdressing mit Gemüsebrühe, und anstelle von Fertigpömmen machen wir Spalten aus frischen Kartoffeln im Backofen, mit ganz wenig Olivenöl und schön gewürzt. Unser Brot backen wir selber und machen auch die Getränke jetzt selber“, sagt Janina J. Die 23-Jährige hat ebenso deutlich abgenommen wie Birgit G.: „Das hätte man schon viel früher machen sollen. Man fühlt sich einfach wohler“, sagt die 50-Jährige und genehmigt sich noch einen Probegapen Brot mit selbstgemachtem Brotaufstrich. Eva Holtz

Stück Fleisch und Blut von mir!“ Und manchmal, wenn sie Kinder sieht, muss sie weinen. Sie tröstet sich mit dem Gedanken, dass er sie bestimmt kennenlernen möchte, wenn er älter ist. „Dann wird er fragen, warum habe ich denn zwei Mamas?“ Zu ihrem Vater hat sie seit einigen Jahren wieder Kontakt. „Einmal hat er mich zwei Wochen zu einem Motorrad-Urlaub mitgenommen. Das war toll!“ Bald hat er Geburtstag, und sie will ihn unbedingt besuchen. „Leider ist er auch nicht mehr ganz gesund. Früher war er mal LKW-Fahrer und Mama war Frisöse“, erzählt Nicole-Jasmin, die sich schon sehr auf die Familienfeier freut. „Mein kleiner Bruder ist dann auch da. Mit ihm hab ich guten Kontakt. Der hat zwei Kinder, die sind richtig süß.“ Zu Weihnachten sei sie immer dort. „Da bringe ich auch schöne Geschenke mit. Familie ist Liebe, und das ist sehr wichtig.“ Eva Holtz

Der Brunnen in Iten ist einer ihrer Lieblingsplätze.

Foto: Giesel



Schön, dass die Kinder heute hier sind!



Viele neue Erfahrungen am Zukunftstag: Die Schüler und die Bewohner sind ein gutes Team.

Fotos (2): Giesel



Matilda ist 12 und hat sich vorgenommen, mit den Bewohnern zu reden: „Man sieht die ja immer, weiß aber nicht wie sie leben. Das interessiert mich.“ Der 11-jährige Sultan wäre lieber zur Polizei gegangen: „Da war aber alles schon besetzt.“ „Meine Mama arbeitet hier, und ich möchte wissen, was sie macht“, sagt Lilian (12). Der 12-jährige Jason nickt. Auch seine Mutter arbeitet im Klinikum Wahrenndorf: „Wenn sie erzählt hat, fand ich interessant, was hier so passiert.“ Heute ist „Zukunftstag“: 50 Schülerinnen und Schüler zwischen 10 und 16 Jahren wollen das Klinikum Wahrenndorf kennen lernen. „Es hatten sich mehr als doppelt so viele Kinder angemeldet. Aber das wäre zu viel gewesen“, sagt Psychologin Andrea Kath aus dem Pflegedienstbereich. In Kooperation mit der Akademie für Pflege und Soziales (APS) und den Auszubildenden des Krankenhauses hat sie den heutigen Tag organisiert. Nachdem im Dorff Gemeinschaftshaus die Begrüßung, eine erste Information und die Einteilung in kleine Gruppen stattgefunden hat, machen sich die Kinder, begleitet von Azubis und Mitarbeitern, auf den Weg zu einem der vielen Bereiche der Arbeitstherapie (AT). In der Verpackungs-AT wird schon auf sie gewartet. Ergotherapeutin Carina Gärtner erklärt, was hier gemacht wird: „Ihr merkt schon, dass viele einzelne Schritte notwendig sind.“ Wolfgang, Claudia und Petra sind Feuer und Flamme, den Kindern zu zeigen, was sie hier tun. Zwei Stunden werden die Gäste gemeinsam mit den Bewohnern Inhalte abwägen, Infoblätter zu teilen und die Kartons falten und bestücken. „Das Gewicht insgesamt muss unbedingt stimmen“, mahnt Claudia, und Petra demonstriert, wie die Kartons gefaltet werden müssen. Der 10-jährige Iman schaut genau zu und macht es nach – genau wie Jason. „Das macht ihr aber gut!“, werden sie von den Bewohnerinnen gelobt, die ihre „Schüler“ mit Argusaugen beobachten. Als letzter Schritt steht das Packen vom „Inkarton“ in den braunen „Umkarton“ an. Auch das klappt reibungslos. „Ihr scheint ja aufgepasst zu haben, perfekt. Ihr macht das top!“, freut sich Bewohnerin Claudia. Während der Arbeit kommt man ins Gespräch. Die Bewohner möchten von ihren Gästen wissen, in welche Schule und Klasse sie gehen und was sie später einmal werden wollen. „Ich möchte am liebsten was mit Kindern machen, aber auf jeden Fall was mit Menschen“, sagt Lilian. Die 15-jährige Marie weiß schon genau, dass sie Ärztin werden möchte, während Jason findet, dass es mit der Entscheidung noch Zeit hat.

In der Abteilung nebenan hilft eine Gruppe den Bewohnern beim Zuteilen und Verpacken kleiner Porridgeportionen. Mia (11) weiß schon genau: „Es müssen immer 15 Tüten in einen Karton.“ Durch Abwiegen wird das überprüft, und dann kann Sultan die Pakete beiseite stellen. „Macht Spaß, ist besser als Schule“, findet er. Auch hier sind die Kinder konzentriert und fleißig bei der Sache, und die Bewoh-

ner sind begeistert. „Aber hallo, wie die hier mitarbeiten! Die könnten wir gut immer gebrauchen. Vielleicht gibt’s dann früher Mittagspause, weil wir so schnell fertig sind“, meint Olaf. Der Bewohner strahlt: „Ich finde es sehr schön, dass die Kinder heute hier sind.“ Die Zeit bis zum Mittagessen vergeht wie im Fluge – und die Antworten im Fragebogen für die „Wahre-Dorff-Rallye“ füllen sich nach und nach. Nach dem Essen wird gewechselt, und die Kinder können weitere Bereiche kennenlernen, z. B. den klinischen Bereich oder andere Arbeitstherapien wie die Gärtnerei, die Tischlerei, die Miele- oder die Maler-AT. Viele der Kinder sind überrascht, welche Möglichkeiten es im Klinikum für die Bewohner gibt. Lilian nicht, ihre Mutter hat ihr bereits davon erzählt. Bei der Abschlussrunde im Dorff Gemeinschaftshaus ist es sehr lebendig. Es gibt viel zu erzählen, viele Erlebnisse und Erfahrungen auszutauschen. Eine der wichtigsten: „Die Leute, die hier wohnen, sind nicht viel anders als wir“, ... dass manche Leute Dinge gar nicht können, was für uns total leicht ist“, ... dass man mit den Menschen hier viel Spaß haben kann, gut mit ihnen reden kann und viele sehr nett sind.“ Eva Holtz

Hawaiianischer Sommer in Köthenwald

Schon beim Aufbau im Kaffeegarten von Köthenwald kann es eine Bewohnerin nicht mehr erwarten: „Mach die Musik lauter, ich möchte tanzen!“ Dass die Veranstaltung, die von den Absolventen des Freiwilligen Sozialen Jahres (FSJ) und des Bundesfreiwilligendienstes (BFD) des Klinikums ausgerichtet wird, noch gar nicht begonnen hat, kümmert sie nicht. Sehr energisch besteht sie auf ihrem Wunsch. Schließlich tut ihr Gregor von Olnhausen von der „Akademie für Pflege und Soziales“ den Gefallen. Der Sozialwissenschaftler ist zuständig für die jungen Leute, die im Klinikum Wahrenndorf das FSJ oder den BFD absolvieren. Sofort stellt die Bewohnerin auf die kleine Bühne, schwingt die Beine und legt voller Temperament los. Drumherum ist noch viel zu tun: Einige bauen den Stand auf, wo es Waffeln, Getränke, alkoholfreie Cocktails und Grillgut geben wird, andere

decken die Holztische mit weißen Papiertischdecken ein und dekorieren sie mit echten Ananasfrüchten. Luftballons werden aufgeblasen und aufgehängt, das Glücksrad und der Tisch für die Gesichtsbemalung aufgestellt und die große Wand, an der man sich mit einem bunten Handabdruck verewigen kann. Auch die bunten Hawaii-Ketten sind heiß begehrt und zaubern Südsee feeling nach Köthenwald. Für die 15 jungen Leute ist die letzte Woche der insgesamt vier Seminarwochen, die sie während des FSJ absolvieren, angebrochen. Die „Hawaiianische Sommerfete“ für die Bewohner ist ihr Abschlussprojekt – und noch dazu eine Premiere. „Wir wissen nicht, wie unsere Fete bei den Bewohnern ankommen wird und wie viele kommen. Aber wir geben uns alle Mühe, damit es schön wird“, sagt Gregor von Olnhausen. Seine leisen Befürchtungen erweisen sich als unbegründet. Der Platz füllt sich mehr und mehr, und alle Aktionen sind gut besucht. Alexandra Heese ist mit Jan Probian für das Glücksrad zuständig. Gerade haben sie alle Hände voll zu tun, einen besonders eifrigen Aktiven, der mit dem Drehen gar nicht mehr aufhören möchte, in die Schranken zu weisen. Kein Wunder, denn egal wie, gewonnen wird hier immer etwas. Das hat dieser Bewohner schnell mitbekommen. „Ich hatte vorher nie Kontakt zu psychisch kranken Menschen. Ganz am Anfang musste ich mich erstmal einleben, aber dann hat es sehr viel Spaß gemacht. Die Menschen hier sind so lieb, man erlebt so viel Neues, und es ist nie langweilig“, sagt die 20-jährige Alexandra, die in einem beschützten Bereich der Arbeitstherapie eingesetzt ist. „Die Erfahrungen hier haben mir auch in meiner eigenen Entwicklung weitergeholfen. Ich bin viel offener geworden und weniger schüchtern.“ Einen Beruf im sozialen, z. B. im therapeutischen Bereich, kann sie sich nach ihrer Zeit im Klinikum sehr gut vorstellen. Für den 19-jährigen Jan, der seinen BFD in der zum Klinikum Wahrenndorf gehörenden Klinik in Celle absolviert, ist schon klar, dass es in diese Richtung geht: „Alle in meiner Familie machen etwas Soziales. Zuhause wurde viel darüber erzählt, und ich fand das immer spannend. Das ist jetzt auch meine Erfahrung: Ich mag alles an dem Beruf.“ Am liebsten würde er gleich im klinischen Bereich loslegen, sagt er, aber einige Ausbildungsschritte seien noch zu absolvieren. Sein Kollege Philipp Jüsten (20) nickt. „Ich finde es auch sehr spannend. Es ist eine Welt, mit der man sonst wenig Berührung hat. Unter meinen Bekannten ist keiner, der schon mal in der Psychiatrie gearbeitet hat. Ich habe hier viel über Menschen gelernt, Positives und Negatives. Besonders freue ich mich, wenn es mir gelungen ist, einen guten Zugang zu jemandem zu bekommen, der schwierig ist. Da fühlt man sich mit dem was man macht, richtig.“ Seinen Plan, Tischler zu werden, will Philipp jedoch immer noch verfolgen. Nach allem, was er hier erlebt hat, wäre für ihn nun aber auch eine Tätigkeit in der Holz-Arbeitstherapie des Klinikums eine gute Option, meint er. Am Stand für Speisen und Getränke ist inzwischen ebensoviel Betrieb wie auf der Tanzfläche vor der Bühne, am Schminktisch oder am Glücksrad. „Das ist heute ein schöner Abschluss der Seminarwochen“, sagt Alexandra Heese, „ein schöner Tag mit den Leuten, und man sieht ja, wie sie sich freuen.“ Eva Holtz

Voll im Trend und sehr beliebt: die Gesichtsbemalung.

Foto: Holtz



Neuigkeiten Wissenswertes Erfreuliches



Insgesamt waren 123 Teilnehmer aus dem Klinikum dabei.

Foto: Peisker

B2RUN Hannover 2018 – Hitzeschlacht am Maschsee

Auch am Abend herrschten noch tropische Temperaturen, als am 31. Mai der zehnte „B2RUN Hannover“ am Nordufer des Maschsee startete. Rund 10.000 Teilnehmer aus ca. 500 Unternehmen gingen auf die 6,5 km lange Strecke. 123 Mitarbeiter des Klinikum Wahrenndorf ließen sich ebenfalls auf die Hitzeschlacht ein, und alle kamen ins Ziel! Dort, in der HDI-Arena, hatte das Klinikum einen eigenen Stand für alle Läuferinnen, Läufer und Fans aufgebaut, und man konnte sich nach dem Lauf mit einem isotonischen Getränk erfrischen und mit Bananen, Brezeln oder Müsli stärken. „Ein großer Dank geht an unsere Auszubildenden Carolin Schimann, Aysan Acar, Ali Assaid und an unsere Duale Studentin Katharina Epp. Sie haben unseren Stand hervorragend betreut! Großes Lob auch an alle Läuferinnen und Läufer, die sich bei der Hitze bis ins Ziel gequält haben“, freute sich Dr. Marcel Wendt, Leiter der Sporttherapie, die für die Organisation des Laufes und des Standes verantwortlich zeichnete. Auch Geschäftsführerin Heide Grimmelmann-Heimburg, die selbst mitgelaufen war, zeigte sich hochzufrieden: „Das Event war erneut perfekt organisiert. Trotz des heißen Wetters war nach dem Rennen eine Bombenstimmung an unserem Stand. An einem Event wie diesem merkt man, dass Wahrenndorf Spaß macht!“ Heimleiter Uri Sorrentino fand bemerkenswert, dass mit 123 Läufern etwa 10 Prozent der Klinikum-Mitarbeiter dabei waren. Für ihn selbst war es der dritte B2RUN – und sein bisher bester. Der Leitende Arzt Dr. med. Christian Tettenborn ging zum ersten Mal an den Start, denn er gehört noch nicht so lange zum Ärzteteam des Klinikums. Doch für ihn stand ebenso fest wie für viele andere Teilnehmer aus dem Wahrenndorf-Team: „Das war nicht mein letzter B2RUN! Es war ein tolles Event, und schön ist auch, dass man auf diese Weise die Mitarbeiter einmal von einer anderen Seite kennenlernen kann.“ Besonders froh war er jedoch darüber, dass alle Läufer heil und gesund ins Ziel gekommen sind. Eine der besten unserer Gruppe war Nadine Apel. Sie erreichte ein hervorragendes Ergebnis und lief in 28:10 Minuten als 277. von 8.573 Teilnehmern ins Ziel.

Lukas Duda, Sporttherapie Klinikum Wahrenndorf