

Ein Wochenende – nur für mich

Wochenendevent „beinamputiert-was-geht.e.V.“ - ein voller Erfolg

Text: Christine Niedrich

Fotos: Bernd Reinecke, Christine Niedrich

Ein tolles Programm haben die Organisatoren vom Verein "beinamputiert-was-geht.e.V." Bernd, Claudia, Hiltrud, Leila, Sabine und Tanja, am Wochenende vom 4. bis 6. Mai 2012 auf die Beine gestellt. Für wirklich jeden war etwas Besonderes dabei: Ob informative Vorträge und themenbezogene Foren, sportliche Angebote oder verschiedene Wellnessangebote. Und das alles in einer wunderbaren Location, der Begegnungsstätte der Manfred-Sauer-Stiftung in Lobbach, die voll und ganz auf die Bedürfnisse behinderter Menschen ausgerichtet ist. Zu diesem Event reisten aus allen Teilen Deutschlands sowie aus Österreich und der Schweiz 54 Teilnehmer sowie 25 Gäste an.



Nach Check-in und Begrüßung kamen in einem offenen Forum, einfühlsam moderiert von Claudia, vor allem die von Beinamputation Betroffenen zu Wort. Für sie war es zum einen sehr wichtig, Probleme vor Menschen anzusprechen, die ja oft mit ganz ähnlichen Schwierigkeiten zu kämpfen haben und zum anderen, sich von den positiven Erfahrungen inspirieren und mittragen zu lassen. Es herrschte von der ersten Stunde an eine entspannte und vertraute Atmosphäre. Der Abend bot nach einem schmackhaften Abendessen auch noch Gelegenheit, sich in Pilates auszuprobieren oder eine Fußmassage – für den einen – zu genießen.



Viele ließen die Eindrücke des ersten Abends bei einem hausgebrauten Bier oder einem Glas Wein im mediterranen Ambiente (und Klima) des beeindruckenden Atriums sacken.

Nach einem leckeren Frühstück vom Buffett startete das breitgefächerte Programm mit einem Vortrag über Resilienz von der blinden Dozentin Dipl.Wi.Ing. und Personal Coach Astrid Weidner. Eine kurzweilige Stunde sprach sie darüber, dass man durchaus das Schicksal, das einem durch eine so gravierende Behinderung wie einer Beinamputation widerfährt, positiv gestalten kann. Wie uns auch dieses gemeinsame Wochenende hautnah zeigte, wachsen viele Betroffenen, und auch ihre Angehörigen daran. Die vielen optimistischen Gesichter auf den Fotos unseres Fotobuches strahlen genau das aus.

Nach einer kurzen Pause regte der erfahrene und sehr engagierte Orthopädietechniker-Meister Thomas Kipping aus Stockum-Püschchen im Westerwald wichtige Denkanstöße an. Sein Anspruch: Orthopädietechniker und DU – wir bilden ein starkes Team! Denn viele Erwartungen an die prothetische Versorgung, zunächst in der Klinik geweckt, können vor allem in den ersten Monaten so nicht erfüllt werden. Es ist nicht nur emotional, sondern rein physisch eine schwere Zeit. Das ganze Leben wird umgekrempelt, die Belastbarkeit hält sich in Grenzen und dann noch der lange Weg, bis man halbwegs mit der Prothese klar kommt. In dieser Zeit ist der Orthopädietechniker eine ungeheuer wichtige Bezugsperson.

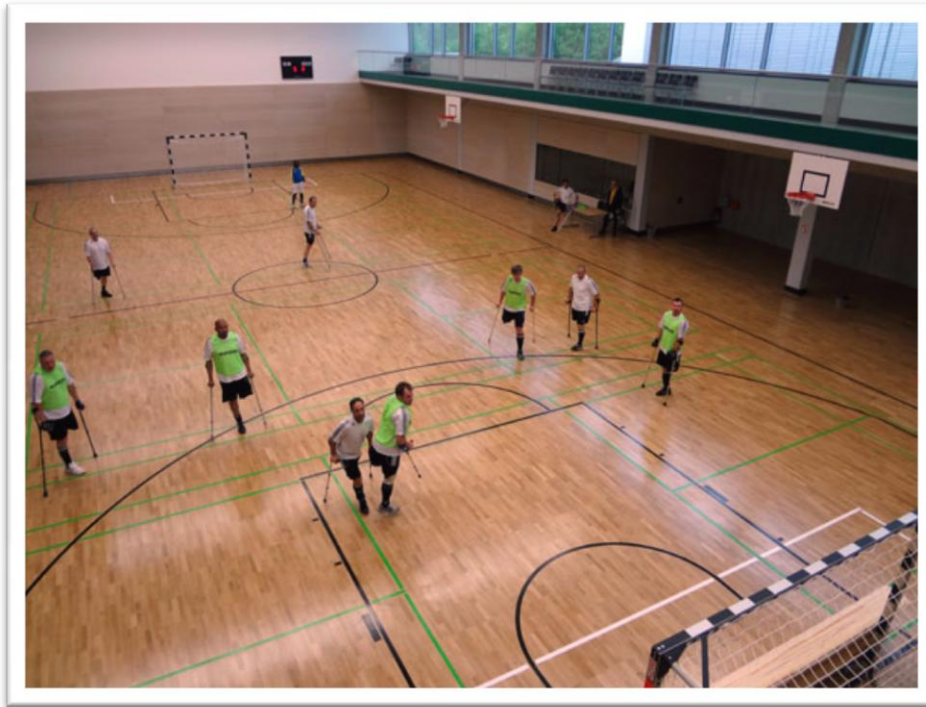
Nach einem leichten Mittagessen ging es weiter mit Vorträgen, wie „Rehabilitation & Arbeit“ mit Klaus Schönfelder. Das ist natürlich ein bedeutender Aspekt, gehört die Arbeit doch über weite Strecken zu einem erfüllten Leben und für Behinderte ist es oft nicht leicht, einen Arbeitsplatz zu finden und noch dazu einen, der den besonderen Bedingungen angepasst ist oder werden muss. Parallel dazu stellte Claudia Adams, im benachbarten Seminarraum die Frage „Ich werde älter – oder doch nicht?“. Aus ihrer langjährigen Erfahrung einer geschärfteren Körperwahrnehmung, sie ist schon seit ihrem dritten Lebensjahr amputiert, verwies sie auf einen häufig sensibleren Umgang Amputierter mit ihrem Körper und ihrer Gesundheit. Doch warf sie auch die Frage in die Runde: Wie seht Ihr Euch in 10 oder 20 Jahren? Welches Lebensmodell schwebt Euch vor? Hauptaspekt in den zahlreichen Meinungsäußerungen war dabei behindertengerechtes Wohnen. Schnell wurde klar, dass es gerade auf diesem Gebiet wenig Angebote gibt und viele Betroffene sich selbst überlassen sind. Manche stellen sich dieser Herausforderung und planen sogar eine Wohngemeinschaft mit anderen Amputierten. Was ja auch Sinn macht, da viele Bedürfnisse ganz ähnlich sind und Hilfsmittel wie rollstuhlgerechte Wohnbereiche oder Lifte gemeinsam genutzt werden könnten. Für andere bleibt jedoch eine ungewollte Isolation, viele Interessen und Wünsche können nicht wirklich ausgelebt werden.

Ein weiteres zeitgleiches Angebot bot Markus Steckmeier mit „Schnupperradeln“. Zur Verfügung standen verschiedene Fahrradtypen. Ein Handbike, ein Tandem mit integriertem Liegerad oder mit einer Rückholfeder ausgestattete Fahrräder. Markus und sein Freund Kalle gaben wichtige Tipps und Hilfestellungen.



Nach dem Schnupperradeln wurde eine Lektion in Selbstverteidigung von dem selbst amputierten Ernst Richter angeboten. Auch wenn wir als Beinamputierte eingeschränkt sind, wollen wir uns nicht hilflos fühlen. Dass Angreifer mit den richtigen Techniken vertrieben werden können, gibt doch ein gutes Gefühl!

Das Kongresszentrum der Manfred-Sauer-Stiftung verfügt sogar über eine perfekt ausgestattete riesige Sporthalle. Hier spielten unter Leitung von Sportfreak Markus Steckmeier die Amputee-Soccer leidenschaftlich Einbein-Fußball.



Im großen Seminarraum hingegen gab es einen geschlossenen Gesprächskreis unter dem Motto „Sex und Erotik – beinamputiert – was geht?“ Wie war das erste Mal danach? Wie wohl und schön fühlen wir uns in unserem Körper? Mutig, selbstbewusst und einfühlsam stieß Claudia Adams diese Gesprächsrunde an. Genauso bewundernswert die Offenheit der Teilnehmer, die klar machten, dass es noch reichlich Gesprächsbedarf gibt und eine Vertiefung dieses Themas gewünscht wird.

Kurze Kaffeepause und wieder in die Sporthalle, wo Bernd Reinecke ein Sitzballspiel leitete. Oder doch lieber zum Schwimmen und in die drei verschiedenen Saunen? Und auch hier alles wieder gut durchdacht und behindertengerecht ausgestattet – einfach entspannend. Markus Steckmeier gab hier Anleitungen zum richtigen Schwimmstil oder unterstützte unseren mit 86 Jahren ältesten Teilnehmer.

Ebenfalls zeitgleich, oft gab es ja drei Angebote in derselben Zeitschiene, konnten sich Interessierte den von Sabine Mees und Tanja Kieß ausgewählten Film „Butterfly Circus“ ansehen, in dem es um eine wunderbare Geschichte über Schicksal, Hoffnungen und Chancen ging.

Ein besonderer Höhepunkt des Wochenendes war dann das gemeinsame Abendessen mit einem tollen Menü an edel gedeckten Tafeln. Auch die musikalische Begleitung von Marcus Hartmann an Keyboard und Gitarre rundete die festliche Atmosphäre ab. Hier bot sich endlich reichlich Gelegenheit, um mit alten und neuen Bekannten ins Gespräch zu kommen und sich zu versprechen, doch unbedingt in Kontakt zu bleiben.

Schon war der letzte Eventtag gekommen. Gelegenheit zur Andacht bot der „Impuls für den Tag“ mit Wilfried Hörri. Danach hielt Dr. Martin Rehbein einen erkenntnisreichen Vortrag zu „Muskelaufbau-Training für Amputierte“. Dem folgte ein weiterer Vortrag. Gerhard Bartz referierte zum Thema „Persönliches Budget – finanzielle Zuschüsse selbst verwalten“. Schon vor der Mittagszeit ging das erlebnisreiche Wochenende in der herrlichen Manfred-Sauer-Stiftung zu Ende.



Mit einem zu Recht von Stolz erfüllten, zufriedenen und etwas erschöpften Rückblick verabschiedeten sich Sabine Mees und Bernd Reinecke ganz offiziell von allen Teilnehmern.

Einige Unermüdlische starteten danach jedoch noch zu einer gemeinsamen Fahrradtour mit Markus Steckmeier durch.

Inzwischen erhielten die Organisatoren sehr viele positive Rückmeldungen. Die hingebungsvolle Ausgestaltung des Events mit seinem immensen Programmangebot bescherte allen ein erlebnisreiches Wochenende, von dem so viel Anregung und Beistand weiter nachwirken. Großen Dank an alle fleißigen Akteure und nicht zuletzt an die "**Aktion Mensch**" für ihre Unterstützung.

AKTION MENSCH

DAS WIR GEWINNT