



4 EDITORIAL

6 BILDUNGSURLAUB IN DER WASSERBURG RINDERN
Körper und Seele in Einklang

7 ERDBEERFEST IM WOHNRAUM-TEAM
Ein sonniger Tag voller Erdbeerfreuden mit dem Wohnraum Team

8 FEIERABENDMÄRKTE 2023
Wie jedes Jahr, gingen im Mai die Feierabendmärkte wieder los.

9 NACHRUF

10 MITARBEITER*INNEN VORSTELLUNG

12 MIT EINER HAND LÄSST SICH KEIN KNOTEN KNÜPFEN
Eine Kooperation der Werkstätten von Spix und der Lebenshilfe

14 EIN EINZUG INS HAUS CASTANEA
Interview mit Jasmin Hertha

17 ERSTER STAMMTISCH DES BWF WAR EIN ERFOLG
*Neue Quartalstreffen fördern Austausch und Nähe zwischen Gastfamilien, Klient*innen und Team.*

17 HEILENDE LIEBE: DURCH DIE AUGEN EINES TIERISCHEN BEGLEITERS

18 SOMMER, SONNE, WOHNRAUM-TEAM
Gemeinsame Arbeit, Lachen und Genuss unter der Sonne

19 PSYCHOSESEMINAR
Welche individuelle und gemeinsame Selbsthilfe ist für mich sinnvoll?

20 HOLZBÄNKE FÜR DEN FÖRDERVEREIN GGS KONRAD-DUDEN E.V.
24 Holzbänke aus Teamarbeit und traditionellem Handwerk

21 FERIEN OHNE KOFFER – DIE MÖWE
Ein Tag voller Genuss und Gemeinschaft

22 HEILSAMER FAMILIENLEBEN
Betreutes Wohnen in Familien

24 WARTEN, BIS DER ARZT (ODER DER THERAPEUT) KOMMT...
Wege und Angebote der psychischen Unterstützung in Deutschland

25 LOGBUCH DER FERIENFREIZEIT AUF BORKUM
vom 10.07.23-14.07.23

28 SPIX-NUTZERSPRECHER*INNEN

29 GRUPPENANGEBOTE

30 IMPRESSUM

31 KONTAKTDATEN



Foto: Viola Schwirtz

Von Eiskaffee, Spekulatius und Veränderungen

Ich sitze hier nun also auf meiner Terrasse, der Blick in den Garten, um das Vorwort für die Oktober-Ausgabe zu schreiben. Wir haben September, meteorologisch der erste Herbstmonat. Statt rot verfärbtem Laub und einem frischen Wind nehme ich nur Hitze wahr, 31 ° um genau zu sein. Vor mir auf dem Tisch ein Eiskaffee, daneben Spekulatius. Nicht unbedingt die klassische Kombination, schmeckt aber trotzdem. So wie sich das Wetter immer weiter verändert und der Klimawandel voranschreitet, so gibt es auch in unserer aller Leben Veränderung.

Veränderung braucht Zeit und Mut. Doch warum genau sind Veränderungen eigentlich so schwierig für uns? Der Mensch ist ein Gewohnheitstier. Bekannte Strukturen und Abläufe geben uns Sicherheit und helfen uns, gut durch den Alltag zu kommen. Doch manchmal wird es nötig, sich von einem bestehenden Zustand zu verabschieden und sich auf Neues einzulassen. Beispielsweise dann, wenn wir merken, dass es so wie es ist, nicht mehr gut für uns ist.

Auch Jasmin Hertha hat sich für eine Veränderung entschieden. Sie war eine der ersten Bewohner*innen des Haus Castanea. Warum sie sich für den Umzug entschieden hat und wie sie sich eingelebt hat, das erzählt sie Euch in ihrem Artikel.

In der Werkstatt von Spix gab es ebenfalls die Motivation, etwas Neues auszuprobieren. In Kooperation mit der Werkstatt der Lebenshilfe wurde ein trägerübergreifender, betriebsintegrierter Arbeitsplatz für Klemens Cornelis geschaffen. Ziemlich spannend zu sehen, welche Hürden es hierbei gibt und wie diese in Angriff genommen werden.

Der Garten des Wohnraum-Team benötigte ebenfalls eine Neuerung. Fanden zumindest die Nutzer*innen und Kolleg*innen. Mit vereinten Kräften wurde dort gearbeitet und das Ergebnis kann sich wirklich sehen lassen. Aber überzeugt Euch selbst.

Gartenarbeit... genau, da war ja was. In meinem Garten muss ich auch mal wieder Hand anlegen. Das Unkraut lächelt mich aus dem Beet an, der Rasen ist ähnlich lang gewachsen wie meine Kräuter. Allerdings wäre für diese Veränderung ein wenig Motivation nötig. Und bis ich diese hab, ist der Sommer dann wohl endgültig vorbei. Und danach gönne ich mir dann einen heißen Kaffee. Mit Spekulatius natürlich.

Kathrin Lemmen
(Redaktionsleitung)



Komm in unser Team!

Wir suchen

pädagogische Fachkräfte (m/w/d)

für diverse Bereiche unserer gemeindepsychiatrischen Arbeit.

Du hast einen Abschluss in einem sozialen Beruf, eine gültige Fahrerlaubnis und Lust, auf eine neue Herausforderung?

Wir bieten

- unbefristeten Arbeitsvertrag
- Vergütung nach TVöD SuE, betriebliche Altersvorsorge
- 28+3 Tage Urlaub und 2 Erholungstage
- Gesundheits- und Weiterbildungsförderung
- wertschätzendes und kollegiales Betriebsklima

Wir haben Dein Interesse geweckt?

Dann schicke Deine Bewerbung an k.wagner@spix-ev.de



Bildungsurlaub in der Wasserburg Rindern

Spix fördert 50 % der Kosten!



Fotos: Teilnehmer*innen der Gruppe

Das dritte Jahr in Folge haben wir im Rahmen unseres Bildungsurlaubs in Kleve auf der Wasserburg an dem Kurs „Feldenkrais und Fietsen“ teilgenommen.

Feldenkrais ist eine körperbezogene Behandlungsform, mit deren Hilfe die Qualität von Bewegungen und Körperhaltungen grundlegend verbessert werden kann. Und wir können sagen: Es stimmt!

Mit bis zu 16 Teilnehmer*innen fügt dieser Kurs Leib und Seele innerhalb einer Woche so viel Gutes zu, dass man sich jedes Jahr erneut anmeldet. Unter der Leitung von Herrn Manus Terbeek macht diese Art der Entspannung und Bewegung richtig Spaß. Man lernt seinen Körper besser kennen und wie man mit kleinsten Bewegungen die Muskeln besser nutzen und einsetzen kann.

„Fietsen“ - dieser Ausdruck erklärt sich von selbst.

Meist in den Nachmittagsstunden werden geplante Radtouren mit einer Länge von 30 bis 60 Kilometern gefahren. Auch hier kann man diese Art der Bewegung umsetzen.

Es besteht die Möglichkeit sein eigenes Fahrrad mitzubringen oder sich vor Ort gegen einen Obolus eines zu

leihen; E-Bikes sind auch möglich.

Die Verpflegung in der Wasserburg ist „bombe“. Die Unterkunft befindet sich in sehr ruhiger Lage direkt am See. Trotzdem ist die Stadt nicht weit entfernt und leicht zu erreichen. Abends saßen wir mit den anderen Teilnehmer*innen in gemütlicher Runde bei einem Glas Wein oder Wasser zusammen. Es kamen interessante Themen auf den Tisch, ein reger Austausch.

Es ist einfach klasse so eine Möglichkeit zu haben.

Nach dieser Woche starten wir wieder erholt und gestärkt in den Berufsalltag.

Anke Overkamp & Petra Flores
(Mitarbeiterinnen betreutes Wohnen)



Jedes Körbchen wollte gefüllt sein

Erdbeerfest im Wohnraum-Team

Am Samstag, dem 24.06.2023 war es endlich soweit, sich bei bestem Wetter auf das Erdbeerfest einzustimmen. Getroffen wurde sich bereits morgens am Büro an der Friedenstraße 68, um dann gemeinsam mit dem Auto zum Erdbeerfeld zu fahren. Als wir angekommen waren, wurden die Schüsseln verteilt und alle stürzten sich auf die Erdbeeren.

Während des Pflückens, wurde das Probieren natürlich nicht vergessen, denn schließlich mussten wir ja wissen, welche roten Schätze da in unseren Schüsseln liegen. Glücklicherweise waren wir uns alle schnell einig, dass es sich um besonders leckere Erdbeeren handelte. Aufgrund der hohen Temperaturen machten wir natürlich auch verdiente Pausen im Schatten am Rande des Erdbeerfeldes, um dann anschließend das Pflücken und Probieren fortzusetzen.

Das Erdbeerfeld haben wir dann nach ungefähr zwei Stunden mit knapp acht Kilogramm gepflückten und vielen gegessenen Erdbeeren verlassen. Im Büro wieder angekommen waren sich alle einig, dass es ein großer Spaß war und jetzt erst die eigentliche Arbeit noch anstehen würde - das Entfernen der Stiele und das Halbieren der Erdbeeren. Als auch diese Aufgabe erledigt war, wurde gemeinsam noch ein mitgebrachter Boden mit den frischen Erdbeeren belegt. Nachdem der Tortenguss fest war, hatte sich schon wieder die Vorfreude auf den frischen Erdbeerkuchen eingestellt. Der Kuchen wurde dann in Windeseile und komplett von den Anwesenden verputzt.

Die noch restlichen Erdbeeren wurden an alle helfenden und fleißigen Hände gleichmäßig verteilt. Da wir aber so fleißig gepflückt hatten, waren wir uns einig, dass wir von den restlichen Erdbeeren frische Marmelade kochen wollten. Glücklicherweise hatte sich unser Betreuer sowas wohl

schon gedacht und hatte alles Notwendige mitgebracht, so dass dann nochmals einige Gläser Marmelade gekocht wurden.

Am Ende des Tages waren sich alle einig, dass es ein gelungener Tag war und sich der ganze Aufwand gelohnt hatte.

Jetzt erinnern wir uns jedes Mal an diesen schönen Tag zurück, wenn wir unsere selbstgepflückten und zu Marmelade verarbeiteten Erdbeeren essen und es wieder heißt...Erdbeerfest! Und wir vom Wohnraum Team sind auch 2024 wieder dabei.

Ingo Grill (Nutzer Wohnraum-Team) und Frank Große Brinkhaus (Mitarbeiter Wohnraum-Team)



... und probiert wurde auch!



Feierabendmärkte 2023

Im Mai die Feierabendmärkte wieder los.

Wettertechnisch haben wir uns auf alle Eventualitäten eingestellt. Im Juni war es recht kühl, aber die Sonne war da. Im August hingegen ist der Feierabendmarkt im wahrsten Sinne des Wortes „...ins Wasser gefallen“. Die Wetterprognosen waren so schlecht, dass die Veranstaltung abgesagt wurde.

Aber ansonsten haben Tagesstätte und Reha-Zentrum gemeinsam einen Stand aufgebaut und besetzt. Hier wurden die Produkte zum Verkauf angeboten, die die Klient*innen selbst hergestellt haben. In der Auswahl waren Tonfiguren, Windspiele, und andere dekorative Kleinigkeiten aus Ton. Weiterhingabes noch handgemachte Holzartikel zum Beispiel aus Schwemmh Holz und Drahtgeflecht zu erwerben. Die selbstgefertigten Karten aus der Papier- und Schreibwerkstatt gab es auch in diesem Jahr in den unterschiedlichsten Variationen. Und... der Verkauf war gut. Eine große Nachfrage gab es vor allen Dingen im Keramikbereich.

Der Feierabendmarkt war gut besucht. Und nachdem die Besucher*innen für ihr leibliches Wohl gesorgt hatten, zeigten sie großes Interesse an den handgemachten Unikaten aus den verschiedenen Arbeitsbereichen der Tagesstätte und des Reha-Zentrums.

Die positive Resonanz des Verkaufs wurde von den Klient*innen mit viel Freude und Stolz aufgenommen. it neuer Motivation wird jetzt wieder kreativ in den Arbeitsbereichen gearbeitet.

Marion Jansen (Mitarbeiterin Tagesstätte)



Fotos: Claudia Hasselmann (Mitarbeiterin Rehazentrum)



Nachrufe

Fernanda Pierno

geb. 28.01.1957 | gest. 24.03.2023



Fernanda, du warst ein wahres Urgestein, ein Original im Haus Vivaldi. Dein Name, aus den gothischen Wörtern für Schutz und Dreistigkeit zusammengesetzt. Wie passend, denn du warst einerseits so schützenswert und in anderen Momenten durchaus streitbar. Waren wir Mitarbeiter*innen auch mal „stinkende Otter“ oder „Weiber“, konntest du dich nach deinen kurzen Wutausbrüchen auch immer entschuldigen.

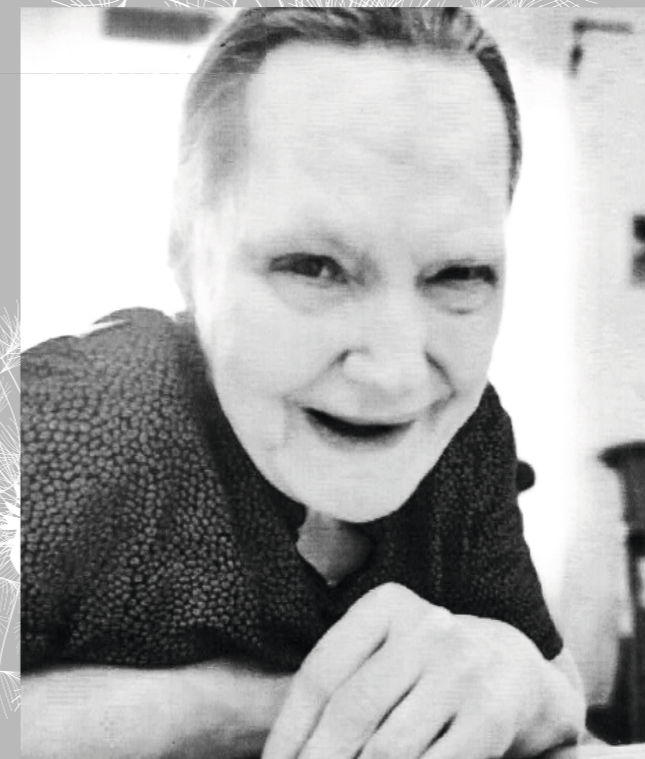
Für manchen gab es sogar eine Umarmung. Deine Heimatliebe machte sich besonders auf dem Teller bemerkbar. Pizza und Spaghetti waren deine Leibspeisen. Bis zum Schluss warst du willensstark und hast dich nicht von Kaffee, Cola und Zigaretten abbringen lassen. Wir durften dich dreißig Jahre lang begleiten. Deine gewöhnungsbedürftige Art des Redens, Singens, des Lautseins war durchaus liebenswürdig. Deine Krankheiten machten dir dein Leben so schwer.

Am 24.03.2023 musstest du dann gehen. Tröstlich, dass du hier versterben durftest, hier in deinem beschützten Zuhause. Das Haus Vivaldi ist ohne dich nicht mehr dasselbe. Du fehlst hier sehr.

Deine Vivaldis

Almut Ellerbrock

geb. 05.07.1948 | gest. 26.01.2023



Almut, auch du gehörtest zu den ersten Bewohnern, die vor 30 Jahren ins Haus Vivaldi eingezogen sind. Deine Erkrankung hat dich durchs Leben getrieben, dennoch konntest du hier immer mal wieder zur Ruhe kommen.

Deine vielen Besonderheiten machten dich unverwechselbar. So gabst du uns Mitarbeiter*innen besondere Namen. Frau Mosche Dajan, Oberpfleger Müller, Annesuse, Engelbert Edelbrecht oder Betty ohne Sorgen. Die Ansprache Schwester bzw. Oberpfleger konntest du bis zum Schluss nicht ablegen, war sie dir aus deiner Zeit in Bedburg Hau so geläufig. Du mochtest die Musik, Roy Black und Howard Carpendale waren deine Favoriten.

Auch Sissi und die wundervolle Romy Schneider auf deren Kissen du dich gerne gebettet und mit der Daunendecke hast zudecken lassen, begeisterten dich. Wenn du mit deinem weltberühmten Handtäschchen über die Gruppe gewandelt bist und eine Zigarette abstauben konntest, war die Welt für dich im Döschchen. Wir waren erschrocken und traurig, als uns die Nachricht erreichte, dass du kein Jahr nach deinem Auszug ins Pflegeheim im Krankenhaus verstorben bist. Wir werden dich nicht vergessen.

Deine Vivaldis

Vorstellung Angelina Blaha



Hallo zusammen,

mein Name ist Angelina Blaha und ich komme aus Dinslaken. Seit Januar 2023 bin ich nun als pädagogische Fachkraft im ambulant betreuten Wohnen. In meinem Team bin ich sehr gut aufgenommen worden. Sie stehen mir mit Rat und Tat zur Seite.

Zuvor habe ich im stationären Wohnen gearbeitet. Ich bin sehr glücklich über meine beruflichen Wechsel, da ich gern vor neuen Herausforderungen stehe und mich über neue Erfahrungen freue.

Angelina Blaha

Vorstellung Frank Große Brinkhaus



Hallo Spix Info Leser*innen,

ich möchte mich Euch kurz vorstellen. Mein Name ist Frank Große Brinkhaus und ich komme aus Schermbeck, wo ich seit 2007 wohne. Mittlerweile bin ich 49 Jahre jung. Ich habe schon in den verschiedensten Berufen gearbeitet. Ich war beispielsweise schon als Schlosser im Fahrzeugbau tätig und habe auch beruflich einen 40 Tonnen LKW gefahren. Da zu meinen Interessen die aktive Mitgliedschaft in der freiwilligen Feuerwehr Alt-Schermbeck zählt, fahre ich mittlerweile nur noch die großen roten Autos und bin dort auch als aktiver freiwilliger Feuerwehrmann tätig.

Beruflich entschloss ich mich dann im Jahre 2003 dazu, nochmals eine neue Ausbildung zum Altenpfleger zu absolvieren, welche ich 2006 dann auch geschafft habe. Seit 2006 habe ich dann in der stationären Altenpflege gearbeitet.

Nach gut 20 Jahren in der Altenpflege suchte ich dann wieder eine neue Herausforderung und bin so durch eine Bekannte auf Spix aufmerksam geworden. Mittlerweile bin ich seit dem 01. März 2023 im Wohnraum-Team tätig.

An dieser Stelle möchte ich mich bei allen Klienten*innen und den Kollegen*innen für die herzliche Aufnahme bei Spix bedanken. Ich freue mich auf eine weiterhin spannende und gemeinsame Zeit!

Frank Große Brinkhaus

Vorstellung Maike Matten



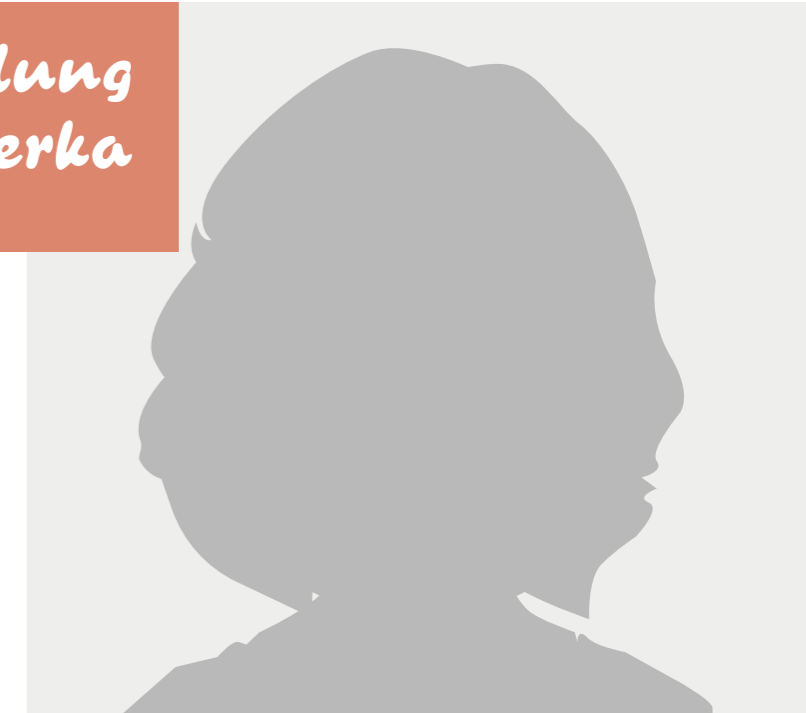
Hallo zusammen!

Mein Name ist Maike Matten. Ich bin 27 Jahre alt und komme aus Dinslaken. Ich habe 2017 meine Erzieherausbildung abgeschlossen und in verschiedenen Kitas gearbeitet.

Die Arbeit mit Kindern hat mir zwar viel Spaß gemacht, aber mein Interesse nach neuen Herausforderungen und einem anderen Arbeitsbereich wurde immer größer. Meiner Schwester habe ich es zu verdanken, dass ich auf das BeWo von Spix aufmerksam geworden bin und mich beworben habe. Jetzt bin ich seit Februar 2023 fester Bestandteil des BeWo-Teams, wo ich sehr herzlich aufgenommen und anfänglich begleitet wurde. Die Arbeit bietet immer wieder neue Herausforderungen, denen ich mich gerne und mit viel Eifer stelle. Ich freue mich darauf viele weitere Erfahrungen sammeln zu können und Menschen auf ihrem Weg begleiten und unterstützen zu dürfen.

Viele Grüße
Maike Matten

Vorstellung Ulrike Peterka



Hallo ihr Lieben,

mein Name ist Ulrike Peterka und ich bin jetzt seit Januar 2023 bei Spix angestellt.

1986 habe ich mein Examen als Krankenpflegehelferin absolviert und war seitdem bis Ende 1989 in vielen Bereichen tätig. Seit 1990 lag der Schwerpunkt meiner Tätigkeit im Fachbereich der stationären Psychiatrie.

Da ich eine andere Form der psychiatrischen Arbeit kennen lernen wollte, bin ich froh, bei Spix ein neues Tätigkeitsfeld für mich gefunden zu haben.

Viele liebe neue Kollegen*innen durfte ich hier kennen lernen und freue mich auf die Arbeit im Haus Vivaldi.

Eure Ulrike Peterka





Lebenshilfe

Spix

Mit einer Hand lässt sich kein Knoten knüpfen

Eine Kooperation der Werkstätten von Spix und der Lebenshilfe

Schon länger gab es den beiderseitigen Wunsch der Jobcoaches der Werkstätten des BIN-Netzwerkes (Berufliche Inklusion Niederrhein), sich untereinander austauschen. Ziel war es, sich bei der Inklusion behinderter Menschen werkstattübergreifend zu unterstützen. Durch Corona hat sich das, wie vieles andere auch, leider nicht ergeben. Umso schöner

war die spontane Idee von Michael Cornelißen (Fachkoordinator Übergang allgemeiner Arbeitsmarkt bei der Lebenshilfe Unterer Niederrhein) einfach mal in die WfbM von Spix zu kommen. Die Kollegen*innen waren erfreut und erklärten sich genau spontan zu einem Austausch bereit. In diesem Rahmen wurde die Idee zu einer Kooperation geboren, aus der sogar

ein betriebsintegrierter Arbeitsplatz (BiAp) für einen Klienten der Lebenshilfe, Klemens Cornelis, entstanden ist. Klemens arbeitet mit mehreren Kollegen*innen von Spix in der Kantine des Bildungszentrums Baugewerbe Wesel (BZB), die hier ebenfalls BiAps haben. Unterstützt wird die Einarbeitung und der Betrieb der Kantine durch einen Gruppenleiter und den Jobcoaching Dienst von Spix.

Klemens bekommt zur weiteren Förderung ein Coaching der Lebenshilfe. Hier ist eine wertvolle, wertschätzende Zusammenarbeit entstanden, von der die Klient*innen untereinander profitieren, was Verständigung und gegenseitiges Verständnis angeht. Denn natürlich gibt es auch schon mal Ansprüche an den „Anderen“, wo die geistige Behinderung des einen und die psychische Erkrankung des anderen aufeinanderprallen und hier gegenseitiges Verständnis füreinander erwirkt werden muss.

Nach einem erfolgreichen Praktikum von Klemens und der Einrichtung des BiAps zum 01.02.23 hat das beiderseitige Coaching zu einem tollen Miteinander geführt. Man möchte sich gegenseitig nicht mehr missen!!! Denn Klemens ist unverzichtbar an der Spülmaschine, kümmert sich zuverlässig um die Wäsche, wie um das Eindecken und Säubern der Tische im Seminarbereich.

Natürlich war es auch etwas Neues, von Werkstatt zu Werkstatt einen BiAp einzurichten. Ein Novum! Denn den Vertrag mit dem BZB hat Spix geschlossen. Wie kommen wir also so zusammen, dass auch Klemens mit den gleichen Konditionen dort arbeiten kann, wie die Spix - Beschäftigten?

Also wurde ein Mustervertrag entworfen und der Verwaltung von Spix vorgelegt, um zu prüfen, ob dieser den rechtlichen Formen und Normen entspricht. Es folgte die Einreichung beim Kostenträger, der dieser



unkonventionellen Lösung zustimmte. Nach einigem Hin und Her war es dann soweit, der Vertrag konnte geschlossen werden und die Zusammenarbeit war besiegelt.

Darüber hinaus fruchtet die Zusammenarbeit aber auch in einem gegenseitigen Austausch von Adressen und Anfragen von Arbeitgebern, die das Portfolio von beiden Werkstätten bereichern ohne sich gegenseitig etwas wegzunehmen. So steht aktuell die Überlegung im Raum, einen gemeinsamen E-Mail-Verteiler einzurichten. Dies würde den Austausch und das Hinterlegen von Adressen und Informationen zu den Anforderungen der Arbeitgeber ermöglichen, sozusagen eine übergreifende „Stellenbörse“ schaffen. Noch steht das Ganze auf Kinderfüßen und wir freuen uns auf die weitere Entwicklung der Kooperation. Wenn die letzten Fragen bezüglich Datenschutz und Technik geklärt sind, hoffen wir bald zu einem Ergebnis zu kommen.

Wir freuen uns auf die weitere Zusammenarbeit und machen vielleicht anderen Werkstätten Lust, sich uns anzuschließen und auszutauschen.

*Ursula Grolms (Spix), Michael Cornelißen (Lebenshilfe)
Foto(s): Angelika Tenbergen*





Ein Einzug ins Haus Castanea

Im Mai war es endlich soweit. Nach der Eröffnung konnte das Haus Castanea nun auch für seine zukünftigen Bewohner*innen die Pforten öffnen. Eine von Ihnen ist Jasmin Hertha, die seit dem 29.06.2023 eines der Apartments im oberen Stock des Hauses bezieht und es seitdem mit Leben füllt. Heute möchte sie einen Einblick in die aufregende Zeit rund um ihren Einzug und die ersten Wochen im neuen Wohnprojekt geben.

Frau Hertha, vielleicht fangen wir erstmal ganz von vorne an. Wo haben Sie denn vor ihrem Einzug gelebt?

Jasmin Hertha: „Also vorher habe ich in einer Wohneinrichtung in Oberhausen gewohnt. Man kann es vielleicht so in etwa mit dem Vivaldi vergleichen. Von da aus bin ich in eine Außenwohngruppe gekommen. Da war es dann so, dass immer zwei Leute in einer Wohnung wohnten. Das hat zum Schluss mit meiner Mitbewohnerin nicht mehr so gut geklappt. Ihr hat vieles nicht gepasst und es gab viel Streit. Eigentlich gab es auch in der Wohnform davor immer viel Streit. Da sind Sachen gelaufen die keiner braucht und die ich nicht mehr erleben will.“

Und wie genau sind Sie dann auf das Haus Castanea aufmerksam geworden?

Jasmin Hertha: „Ich wollte auf jeden Fall aus der Wohnform raus. Durch den ganzen Streit und die schlechte Stimmung kam dann der Gedanke an eine eigene Wohnung und wie schön das sein könnte. Mit dem Gedanken bin ich dann zu meiner gesetzlichen Betreuerin. Sie war aber nicht ganz so

begeistert davon. In einem ehrlichen Gespräch hat sie mir dann gesagt, dass ihr der Gedanke etwas Bauchschmerzen bereitet. Eine eigene Wohnung mit nicht mehr als drei bis fünf Stunden Betreuung in der Woche fand sie noch zu früh für mich. Und eigentlich hatte sie auch recht. Die ganze übrige Zeit plötzlich allein zu sein ist auch noch sehr viel. Wir haben dann aber zusammen besprochen, wie eine geeignete Wohnform aussehen könnte. Und so ist dann der Wunsch entstanden. Eine Wohnform, in der jeder sein eigenes Apartment hat aber trotzdem noch engmaschig



betreut wird. Ich glaube, so sind wir dann allmählich auf das Castanea gekommen.“

So ein Einzug bringt gedanklich sicher vieles mit sich. Vorstellungen, Erwartungen, Wünsche und vielleicht auch Ängste. Wie war das bei Ihnen?

Jasmin Hertha: „Ich habe mich einerseits sehr auf die neuen Leute die ich kennenlernen durfte gefreut. Egal ob Bewohner*innen oder Mitarbeiter*innen. Andererseits hatte ich plötzlich auch Ängste die hochgekommen sind. Ob wir uns alle verstehen werden und ob das Ganze ein schönes Miteinander werden kann. Ich lege nämlich schon viel Wert darauf, dass ich mich mit den Leuten in meinem direkten Umfeld gut verstehe. Daher vielleicht auch die große Angst, dass es hier nicht so werden könnte.“

Und dann kam der Tag des Einzuges. Wie lief das Ganze denn ab und was waren Ihre Eindrücke?

Jasmin Hertha: „Also ich muss erstmal sagen, dass die Fahrt hier hin so schnell verging. Das war bei den Besuchen vorher immer viel länger. Ich glaube aber, dass das an der Aufregung und auch an der Vorfreude lag. Als ich dann hier war, wurde ich erstmal sehr freundlich empfangen. Von den Mitarbeiter*innen aber auch von den beiden Bewohner*innen, die hier schon vor mir eingezogen sind. Und dann ging es für mich schon ans Schleppen, Aufbauen, Auspacken und Einräumen. Da hatte ich zum Glück Hilfe von meinen alten und neuen Betreuer*innen. Aber das war ja die Tage vorher auch schon der Fall. Wir haben ja vorher schon einige große Sachen rüber geschafft. Und organisiert musste ja auch einiges werden, weil ich natürlich auch nicht direkt alles hatte, was man so braucht. Im Endeffekt hat aber

alles gut geklappt und ich hab mich direkt wohlfühlt. Bis zu dem Einzugstag hatte ich für mich immer noch nicht ganz fest, dass ich jetzt wirklich allein in einer Wohnung leben werde und ich sozusagen mein eigener Herr bin. Das hat sich an dem Tag dann aber natürlich schnell verändert.“

Vermutlich war auch die Anfangszeit eine sehr Besondere. Wie haben Sie diese erlebt?

Jasmin Hertha: „Ich kam mir vor wie im Urlaub. So viele warme Sonnentage wie wir hatten. Aber besonders wegen der Atmosphäre und den vielen grünen Fleckchen die Wesel zu bieten hat. Man muss dazu sagen, dass ich ja vorher in der Stadt gewohnt habe. Das war da alles so grau in grau. Natürlich gab es da auch Bäume aber bei weitem nicht so schön wie hier. Was die Atmosphäre hier aber direkt besonders gemacht hat ist das Miteinander. Jede/r Einzelne weiß, dass wir alle in einem Boot sitzen. Der Zusammenhalt ist einfach da. Und trotzdem war ich am Anfang natürlich schon ein bisschen baff. Ich wusste ja nicht wie der Laden läuft und musste erstmal hinter die Abläufe kommen. Etwas zu hören oder selber zu erleben sind dann doch zwei sehr unterschiedliche Dinge. Aber das hat sich schnell gelegt. Ich wurde von allen an die Hand genommen und finde mich jetzt gut zurecht. Zu wissen, wann welche Dinge anstehen, gibt mir Sicherheit. Und durch diese Sicherheit hab ich die Möglichkeit, wieder selbstständig zu sein. Ich traue mir immer mehr zu.“

Da sprechen Sie ja schon den nächsten Punkt an. Sie wohnen nun schon einige Wochen hier. Was hat sich für Sie dadurch verändert?

Jasmin Hertha: „Ich bin endlich irgendwo angekommen, wo ich mal zur Ruhe kommen kann. Ich hab mal hier gewohnt, dann habe ich mal da gewohnt. Dann habe ich wieder die Stadt gewechselt. Ich habe mich aber nie so richtig wohl gefühlt. Das ist hier anders. Und auch wenn die Vergangenheit einen ab und zu doch wieder einholt, kann ich damit besser umgehen, wenn ich es sonst ruhig um mich habe. In den letzten Wochen gelingt es mir auch immer besser Ruhezeiten zu erkennen und für mich zu nutzen. Das konnte ich vorher nicht. Ich stand immer unter Strom. Ich wusste nicht, dass es wichtig ist, sich auch mal Zeit für sich selber zu nehmen und zur Ruhe zu kommen. Und schon gar nicht wann und wie ich diese Zeiten gestalte.“

Und wie sieht es jetzt nach einigen Wochen mit den anfänglichen Erwartungen und auch Ängsten aus?

Jasmin Hertha: „Also meine Erwartungen sind sogar übertroffen worden. Die Wohnung ist tatsächlich größer als ich sie in Erinnerung hatte, sodass alle meine Sachen ohne Probleme reingepasst haben und ich mir alles genau so einrichten konnte, wie ich es mir vorgestellt habe. Und auch die Ängste die sich zu Beginn breit gemacht haben waren

wirklich unbegründet. Ich bin hier von allen so mit offenen Armen empfangen worden. Wir sind ein gutes Trüppchen. Jeder akzeptiert den anderen so wie er ist. Und auch wenn wir mal nicht einer Meinung sind, bleibt es irgendwie respektvoll und jeder bekommt die Zeit die er oder sie braucht. Bald ziehen ja noch mehr Leute ein und ich muss sagen, dass ich mich wirklich darauf freue.“

Haben sich denn vielleicht schon erste kleine Ziele im Hinblick aufs Wohnen oder Ihren Alltag ergeben?

Jasmin Hertha: „Selbstständig zu sein ist ein großes Thema. Und dazu gehört für mich neben den normalen Aufgaben im Alltag auch die Gewöhnung an einen Arbeitstag. Deswegen hatte ich vor kurzem ein Vorstellungsgespräch im Rehazentrum. Die Räumlichkeiten, die Menschen und die Stimmung haben mir total gefallen und ich hatte direkt das Gefühl, davon profitieren zu können. Jetzt freue ich mich auf das zweiwöchige Praktikum das bald ansteht.“

Dann sind wir auch schon fast am Ende angelangt. Zum Schluss würde ich noch gerne wissen, was das Haus Castanea Ihrer Meinung nach besonders macht.

Jasmin Hertha: Da fallen mir ganz spontan zwei Dinge ein. Zum einen ist es die Art und Weise wie wir hier miteinander sprechen. Man kann sich jederzeit mit Problemen, Sorgen oder anderen Anliegen an die Mitarbeiter*innen und Bewohner*innen wenden. Man bespricht die Sachen dann ganz offen und ehrlich zusammen. Bis jetzt sind wir so immer zu einem Ergebnis gekommen, dass für alle gut war. Und natürlich das Miteinander. Egal ob Bewohner*innen oder Mitarbeiter*innen. Jeder ist verschieden und trotzdem tragen alle auf ihre Art und Weise zum Konzept bei. Das macht das Ganze so interessant und besonders. Es ist für mich halt ein richtiges Zuhause geworden.

*Interview und Fotos:
Viola Schwirtz (Mitarbeiterin Haus Castanea)*



Erster Stammtisch des BWF war ein Erfolg

Beim gemütlichen, alljährlichen Neujahrsessen kam seitens der Gastfamilien des BWF der Wunsch auf, sich häufiger in dieser netten Runde zu treffen.

Gesagt, getan.

Nach einer kurzen Planungsphase im Team ist auch schon die erste Einladung auf den Weg gebracht worden. In Zukunft soll der Stammtisch einmal im Quartal stattfinden. Das erste Treffen fand im Café Country in Hamminkeln statt und wurde von Gastfamilien und Klient*innen gleichermaßen gut angenommen.

Es sollen bewusst Orte außerhalb der Gastfamilien und der Räumlichkeiten von Spix gewählt werden, um die Abende so zwanglos wie möglich zu gestalten. In gemütlicher

und lockerer Atmosphäre fanden nette Gespräche statt. Die verschiedenen Gastfamilien kamen ebenso in einen wertvollen Austausch wie auch die Klient*innen, welche sich sonst nur auf Ausflügen begegnen.

Auch die Mitarbeiterinnen hatten so die Chance die Gastfamilien und Klient*innen, welche sie in der Regel nicht betreuen, näher kennenzulernen. So können künftig alle Beteiligten eventuell aufkommenden Vertretungssituationen entspannter entgegensehen.

Der rege Austausch ist durch leckere Speisen und Getränke abgerundet worden. Das Résumé dieses Abends ist ganz klar:

Der Stammtisch soll auf jeden Fall wiederholt werden.

Katharina Prost (Mitarbeiterin BWF)

Heilende Liebe: Durch die Augen eines tierischen Begleiters



Hallo Keks, Dein Frauchen hat mir erzählt, dass Du sie immer einmal in der Woche in eine Einrichtung für psychisch kranke Menschen begleitest. Was gefällt Dir an Deiner Aufgabe dort ganz besonders gut?

„Die bedingungslose Liebe, die dort fließen kann. Ich frage die Menschen nicht, woran es ihnen fehlt und ich bewerte sie nicht. Ich schaue in ihre Herzen und sehe ihre Seelen. Ich sehe die Narben dort und dunkle Stellen. Ich sehe aber auch, wie ihr Energiefeld beginnt zu leuchten, wenn man ihnen die Liebe und Aufmerksamkeit schenkt, die sie so dringend brauchen. Bedingungslos. Ohne etwas dafür zu fordern. Ohne Fragen zu stellen. Ohne zu werten. Einfach nur da sein und den anderen so sein lassen, wie er ist. Wisst Ihr eigentlich, dass man Menschen dadurch manchmal zu viel mehr anspornen kann, als wenn man Forderungen oder Erwartungen an sie stellt?

Auch wenn man jemanden anfeuert und motiviert, setzt man ihn manchmal dadurch unter Druck. Indem man sie einfach so sein lässt, wie sie sind und sie dafür liebt, sagt man ihnen: Du bist gut. Und das bringt sie dazu, immer noch besser zu werden. Es ist eigentlich so einfach – aber Ihr Menschen macht es oft so schwer. Dafür sind wir Tiere dann gut – um Euch immer wieder zurück in die Einfachheit zu bringen und Euch zu zeigen, wie man Dinge auch einfach lösen und angehen kann.“

*Text: Marion Lakomy
Foto: Isabell Janzen*





Sommer, Sonne, WohnRaum-Team

Endlich ist der Sommer da und mit ihm das wunderbare Wetter, das uns nach draußen lockt. Die Sonne strahlt am Himmel und die Temperaturen sind angenehm warm. Was gibt es Schöneres, als diese Zeit im eigenen Garten zu verbringen?

Gemeinsam haben wir uns daher an einem sonnigen Tag zusammengefunden, um mit viel Liebe zum Detail unseren Garten aufzuhübschen. Mit vereinten Kräften haben wir Unkraut gezupft, den Rasen gemäht, die Hecken geschnitten und

die Beete von altem Laub befreit. Außerdem haben wir neue Pflanzen gepflanzt und dem Garten neues Leben eingehaucht. Anschließend haben wir unsere neuen Gartenmöbel aufgebaut, welche nun zum Verweilen, Genießen und Entspannen einladen. Dabei haben wir herzlich gelacht und uns über die Fortschritte gefreut, die wir gemeinsam erreicht haben.

Aber was wäre ein Gartentag ohne einen schönen Abschluss?

Denn natürlich hat die Gartenarbeit auch hungrig gemacht, so dass wir den Grill angeheizt und



uns mit leckeren Würstchen, Fleischspießchen und Kartoffelsalat belohnt haben. Geschlemmt wurde natürlich auf unseren neuen Gartenmöbeln.

Es war eine wahre Freude, gemeinsam an einem Projekt zu arbeiten und dabei die frische Luft, die warmen Sonnenstrahlen und den Spaß zu genießen.

Wir sagen „Cheers!“ und freuen uns auf ein schönes gemeinsames Beisammensein im Garten, denn dieser ist nun bereit uns zu empfangen und uns schöne Erlebnisse zu schenken.

Text und Fotos: Nurcan Tagay (Teamleitung Wohnraumteam)



PSYCHOSESEMINAR

30. Oktober 2023 / 18.00 bis 20.00 Uhr

Thema: Selbsthilfe – Welche individuelle und gemeinsame Selbsthilfe ist für mich sinnvoll?

SPZ Caritas Dinslaken

Edith-Stein-Haus, Duisburger Straße 98

27. November 2023 / 18.00 bis 20.00 Uhr

Thema: Depressionen - Was kann ich tun?

VHS Wesel

Ritterstraße 10 - 14, Raum 312

Weitere Infos bei Martin van Staa (m.vanstaa@spix-ev.de) oder unter www.bewo-fittkauwichmann.de/downloads





Holzbänke für den Förderverein GGS Konrad-Duden e.V.

Der Auftrag, Holzbänke für den Förderverein zu bauen, kam durch Mundpropaganda zustande und wurde an den Gruppenleiter der Holzwerkstatt herangetragen. Das Material für die Sitzflächen stellte der Förderverein und es sollten so viele Bänke wie möglich gebaut werden. Interessant war, dass für den Bau vier verschiedene Holzarten verwendet wurden.

Die Sitzflächen bestehen komplett aus Kieferleimholzplatten. Die Füße der Bänke bestehen aus Fichtendreischichtplatten, Buchensperrholz und Leimholzplatten. Alle Füße wurden aus Reststücken gefertigt, die noch in der Holzwerkstatt lagerten. Somit war es nicht notwendig, hierfür extra neues Material zu kaufen. Es wurde also rohstoffschonend gearbeitet. Es gab zur Herstellung und Orientierung eine Musterbank, nach der die neuen Bänke gebaut werden sollten.

Die Herstellung der Bänke begann damit, dass die Sitzflächen und die Füße mit der Formatkreissäge auf Maß gesägt wurden. Der nächste Schritt war nun alle sichtbaren Kanten abzurunden. Zum einen hat es natürlich optische Gründe, zum anderen wird dadurch auch die Verletzungsgefahr minimiert. Die langen Kanten wurden mit der Tischfräse abgerundet.



Für das Abrunden der Ecken kam der Kantenbandschleifer zum Einsatz. Hier war es wichtig, das Werkstück in einer Bewegung an dem Schleifpapier entlang zu führen, damit eine gleichmäßige Rundung entstand. Die großen Flächen, wie zum Beispiel die Sitzfläche, wurden mit dem Langbandschleifer auf eine Ebene geschliffen.

Ein besonderes Merkmal an den Bänken ist, dass für die Montage keine Schrauben verwendet wurden. Alle Bauteile wurden verleimt. Jetzt denkt man zuerst an Holzdübel... ich übrigens auch... aber weit gefehlt. Für die Verbindungen kamen sogenannte Lamellos zum Einsatz. Das sind flache ovale Holzstücke. Für diese Lamellos mussten in allen Flächen, die miteinander verbunden werden sollten, Schlitzte gefräst werden. Dafür gibt es ein extra Gerät. Nachdem alles gefräst war, konnten die einzelnen Bauteile miteinander verleimt und mit Schraubzwingen zusammengepresst werden. Zu Beginn habe ich erwähnt, dass für die Füße verschiedene Holzarten verwendet wurden. Jeder Fuß besteht aus zwei Bauteilen und nun war es natürlich wichtig darauf zu achten, dass jeder Fuß aus der gleichen Holzart besteht. Dafür war ein genauer Blick auf die Maserung aber auch auf die Holzfarbe nötig.

Nachdem der Leim ausgehärtet war, konnten die Bänke von Hand nachbearbeitet werden. Es wurden also alle Flächen nochmal geschliffen. Im letzten Schritt wurden alle Bänke dann noch mit einem speziellen Öl bestrichen. Schön war zu sehen, dass das Team, bestehend aus dem Arbeitsbereich der Holzwerkstatt und zwei Teilnehmern des Berufsbildungsbereiches, Hand in Hand gearbeitet

hat. Einen Großteil der Maschinenarbeiten übernahm der Arbeitsbereich, aber auch die Leute aus dem Berufsbildungsbereich durften sich an kleineren Arbeiten mit den Maschinen ausprobieren. Natürlich alles unter den Augen des Gruppenleiters.

Am Ende entstanden 24 Holzbänke für den Förderverein. Ein tolles Ergebnis. Viel wichtiger war allerdings der Spaß an der Arbeit, die gute Zusammenarbeit im Team und die Freude über dieses tolle Ergebnis.

Danke an Carsten Schmitz, Denis Anissimov, Mehmet Aydin und Anthony Thomas, die den Arbeitsbereich der Holzwerkstatt bilden und ein Danke geht auch an die beiden Teilnehmer des Berufsbildungsbereiches Michel Böhlke und Enrico Wendler. Nicht zu vergessen ist natürlich auch der Gruppenleiter Georg, der mit seinem Fachwissen und seiner ruhigen Art die Gruppe mitgenommen hat und jedem die Möglichkeit gegeben hat, etwas zu lernen.

Text und Fotos: Manuel Braun (Beschäftigter WfbM)



Ferien ohne Koffer – Die Möwe

Ein Tagesausflug der Vivaldis ging am 25. Mai 2023 nach Haltern am See. Endlich konnten wir mit dem Ausflugsschiff „die Möwe“ auf dem Halterner Stausee eine Rundfahrt mitmachen. Dieses Elektroschiff ist neu und fährt seit März 2023 über den Halterner Stausee.

Vor zwei Jahren war eine Schiffstour schon einmal geplant, leider ist sie aufgrund von schlechtem Wetter ausgefallen.

Wir haben zu viert die wunderschöne Fahrt genossen und es uns bei Kaffee und Kuchen gut gehen lassen. Auch das Wetter hat gepasst.

Zum krönenden Abschluss haben wir lecker in einem griechischen Restaurant gegessen und den Tag ausklingen lassen. Danach ging es wieder nach Hause.

*Birgit van der Leest
(Bewohnerin Haus Vivaldi)*



Bernd Böhme genießt die Fahrt.



Birgit van der Leest, Bernd Böhme und Mitarbeiterin Kerstin Westenhorst verlassen zufrieden die Möwe.



Heilsames Familienleben Betretes Wohnen in Familien

bereits „groß“. Timm war 16, Nicki 21 und Tatjana 26 Jahre alt. Die beiden älteren waren schon ausgezogen.

Und Sie beide haben sich genau dieses Kind ausgesucht?

D.Walden: Ja! Was soll ich sagen? Dunkle Locken, große braune Augen – dieses kleine zarte Wesen hat uns tief berührt. Er hat unser Herz im Sturm erobert. Und dann ging alles sehr schnell. Wir sprachen mit der Familie, und bald darauf konnten wir ihn zu uns nehmen. Er winkte noch zum Abschied, und dann war er bei uns.

Das klingt so herzlich! Wie ging es dann weiter?

D.Walden: Es folgten viele verschiedene Therapien: Reiten, Schwimmen, Physiotherapie. Das Wunderbare war, dass sich seine Krampfanfälle in kürzester Zeit erheblich besserten. Es schien, als ob die 24-Stunden-Betreuung ihm die Struktur und Sicherheit gab, die er benötigte. Später wurde bei ihm neben der Epilepsie nur noch eine leichte geistige Behinderung und eine Autismus-Spektrum-Störung diagnostiziert.

Und wie gestaltete sich das Familienleben?

D.Walden: Da meine Kinder schon älter waren, als Skilly zu uns kam, hatte er anfangs nicht so viel Kontakt zu seinen Geschwistern. Aber meine Tochter Tatjana war bereits Mutter, sodass Skilly quasi mit ihrem Sohn und meinem Enkel aufwachsen konnte. Weil sie sich seltener sehen, ist

Heute bin ich zu Besuch bei Frau Walden, die seit 2019 als Gastmutter vom BWF (Betretes Wohnen in Familien) betreut wird. Sie und ihr mittlerweile erwachsener Pflegesohn, Herr S. Saday (genannt Skilly), bewohnen zwei getrennte Wohnungen in einem Haus im beschaulichen Oberhausener Stadtteil Schmachtendorf. Wir treffen uns in ihrem wunderschönen, liebevoll gepflegten Garten. Wir sitzen in dem gemütlich eingerichteten Gartenhäuschen, umgeben von einer wahren Pflanzenpracht – dem Ergebnis unermüdlicher Fürsorge und Hingabe an die Natur. Viele heimische Vögel haben hier mittlerweile ein Zuhause gefunden, und selbst die Katze des Nachbarn hat es sich hier gemütlich gemacht. Es wird bald Herbst, und die ersten Blüten beginnen zu welken. „In dieser Zeit wird mein Garten erst so richtig schön“, sagt Frau Walden.

Frau Walden, wie lange ist Ihr Pflegesohn schon bei Ihnen?

D.Walden: Skilly ist seit 1996 bei uns. Er kam damals mit seiner Familie aus Albanien nach Deutschland. Er war gerade mal drei Jahre alt und hatte bereits den Großteil seines jungen Lebens im Krankenhaus verbracht. Seit er ein halbes Jahr alt war, erlitt er immer wieder heftige epileptische Anfälle, erstmals ausgelöst durch einen Fieberkrampf während einer Meningitis. Ich glaube, es gab auch viele emotionale Auslöser. Diagnose: körperlich und geistig schwerstbehindert. Als mein Mann und ich uns entschieden, ein Pflegekind aufzunehmen, waren unsere eigenen Kinder



die Beziehung zu den älteren Geschwistern nicht so intensiv. Aber er weiß, dass er sich jederzeit zu 100% auf sie verlassen kann. Wenn es darum geht, wichtige Fahrten zu machen oder ein neues Handy einzurichten – kein Problem! Mit 18 zog Skilly in eine Wohngruppe der Caritas in Oberhausen und lebte dort in einer 3er WG. An den Wochenenden kam er aber immer gerne nach Hause. Von Freitag bis Sonntag war er stets bei uns. Leider kam er mit seinen Mitbewohnern nicht so gut zurecht. Das Zusammenleben mit den sehr unterschiedlichen Persönlichkeiten war nicht einfach. Auch war die Betreuung nicht so intensiv, wie Skilly sie benötigt hätte. Als bei ihm 2014 zusätzlich Diabetes Typ II diagnostiziert wurde, zog er vorerst wieder bei uns ein.



Und wie sind Sie beide dann zum BWF gekommen?

D.Walden: Das war 2019. Über eine Freundin, die im Kontakt mit der KoKoBe (Koordinierungs-, Kontakt- und Beratungsstelle) Oberhausen stand, erhielt ich eine Visitenkarte vom BWF (Betretes Wohnen in Familien) Spix e.V. in Wesel. Ich erfuhr, dass über Spix bereits mehrere andere erwachsene Pflegekinder in deren Familien betreut wurden. Im Januar 2019 besuchte uns Frau Pilath zu Hause und führte ein intensives Gespräch mit uns. Kurz darauf erfolgte die Aufnahme. Seitdem werden wir regelmäßig von einer pädagogischen Fachkraft betreut. Es ist ein gutes Gefühl, regelmäßige Treffen und Gespräche zu haben. Bei Problemen ist immer jemand da, der zuhört. Wir sind froh, dabei zu sein!

Mittlerweile wohnt Herr Saday in einer eigenen Wohnung im selben Flur wie seine Gastmutter. Er arbeitet dreimal wöchentlich in einer Werkstatt der Albert-Schweitzer-Einrichtung in Dinslaken. Bald wird er seinen Gabelstapler-Führerschein machen, worauf er besonders stolz ist. Er hat eine feste Freundin, mit der er gerne Kaffee trinkt, und einen Freizeitbegleiter, der wöchentlich einige Stunden mit ihm verbringt.

D.Walden: Unser Leben mit Skilly kann manchmal wirklich herausfordernd sein. Aber im Grunde ist er ein wirklich liebenswerter Kerl. So kennen und lieben wir ihn!

Interview und Fotos: Angelika Tenbergen
(Mitarbeiterin BWF)





Warten, bis der Arzt (oder der Therapeut) kommt...

Eigentlich zählt die medizinische Versorgung in unserem Land in weltweitem Vergleich zu den Besten. Mit etwa 1900 Krankenhäusern und insgesamt rund 490.000 Betten sind wir, außerhalb pandemischer Zeiten, gut aufgestellt. Die ambulante Versorgung durch Hausärzt*innen sieht schon etwas schlechter aus, insbesondere auf dem Land. Aber - wer körperlich akut erkrankt, sich ein Bein bricht oder an Krebs erkrankt, erfährt eine sofortige Behandlung. Bei einer psychischen Erkrankung hingegen sind wir hiervon meilenweit entfernt. Kein neues Thema, leider!

Die fachärztliche und therapeutische Unterversorgung besteht schon seit geraumer Zeit, wurde jedoch durch die Corona-Pandemie zusätzlich verstärkt. Gesellschaftliche Einschränkungen, verstärkte Isolation, sogar die Reduzierung und Erschwerung der Inanspruchnahme medizinischer sowie psychosozialer Behandlungen führten bei vielen Menschen zu einer Verschlechterung der psychischen Gesundheit und somit zu einem erhöhten Bedarf an angemessener und spezifischer Behandlung.

Bereits die Suche nach niedergelassenen Fachärzt*innen im Bereich Psychiatrie gestaltet sich schwierig. Unzählige Fachärzt*innen auf diesem Gebiet sind angestellt in den hiesigen Psychiatrien. Lokale und gut erreichbare Praxen sind sehr rar und hierdurch häufig überlaufen. Wartezeit für einen Ersttermin? Vier bis sechs Monate sind hier keine Seltenheit. Hierdurch werden häufig die eigenen Hausärzt*innen zur ersten Anlaufstelle. Ein erster wichtiger Schritt, um sich Hilfe zu suchen. Jedoch kann dieser Besuch niemals eine psychiatrische Behandlung oder eine Therapie ersetzen.

Viele betroffene Menschen fühlen sich alleine gelassen und unterinformiert. Die Vorstellung, sich durch einen Dschungel an Informationen zu arbeiten, unzählige Telefonate zu führen und quälend lange Wartezeiten zu überbrücken, um eine dringend benötigte Behandlung zu erfahren – mehr

als unzumutbar für einen Menschen der zum Beispiel unter Depressionen leidet und es ohnehin kaum schafft seinen Alltag zu gestalten, geschweige denn morgens überhaupt aufzustehen.

Trotz aller Widrigkeiten gibt es sehr hilfreiche Informationen und Angebote, um akute Behandlungen schneller und während der Wartezeiten anderweitige Unterstützung zu erhalten.

Fachärzt*innen für Psychiatrie und Psychotherapie

Für alle psychischen Erkrankungen sind diese Fachärzt*innen die richtigen Ansprechpartner. Neben den lokalen Praxen gibt es sogenannte psychiatrische Institutsambulanzen, die ebenfalls die richtige Anlaufstelle sind.

Hier kann in den ersten Terminen eine ausführliche Diagnostik stattfinden und das weitere Vorgehen besprochen werden. Psychiater*innen sind mit den Diagnosen und einer entsprechenden medikamentösen Behandlung vertraut und können hierdurch eine medizinische Versorgung sicherstellen. Die meisten psychiatrischen Praxen beschränken sich auf die medizinische Behandlung und legen die therapeutische Versorgung in die Hände von Psychotherapeut*innen. Eine Überweisung hierfür kann von diesen Fachärzt*innen ausgestellt werden.

Hausärztliche Versorgung

Aufgrund der häufig langen Wartezeit bei Fachärzt*innen ist die Hausarztpraxis häufig die erste Anlaufstelle. Die Sorge des fehlenden Verständnisses ist häufig unbegründet. Zahlen zeigen, dass mittlerweile jede/r zehnte Patient*in der Hausarztpraxis unter einer psychischen Episode bzw.

Erkrankung leidet. Für Allgemeinmediziner*innen also mittlerweile Alltag. Zudem ist auch die Erkennung und Behandlung von psychischen Störungsbildern mittlerweile Teil der Grundausbildung in der Allgemeinmedizin.

Das Gespräch dort kann richtungsweisend sein. Ihr/e Hausärzt*in wird keine ausführliche Diagnostik durchführen können, aber Ihnen einen Weg aufzeigen und möglicherweise erste Behandlungsschritte einleiten. Je nach Form und Schwere der Symptome können Hausärzt*innen bereits Medikamente verschreiben, die Ihnen helfen. Besteht die Notwendigkeit, erhalten Sie einen Überweisungsschein für eine Akutbehandlung. Damit erhalten Sie einen Vermittlungscode zur Psychotherapie.

Vermittlung über 116 117

Mit dem Vermittlungscode auf dem Überweisungsschein rufen Sie die 116 117 an oder besuchen die Internetseite www.116117.de. Hier wird man Ihnen einige Fragen stellen und im Anschluss einen Termin innerhalb der nächsten 4 Wochen in einer psychotherapeutischen Praxis anbieten. In diesem Termin findet eine grundlegende Diagnostik und damit verbunden die Abwägung der Behandlungsnotwendigkeit und die Planung der Therapie.

Beratungsstellen

Um Wartezeiten zu überbrücken, gibt es einige regionale Anlauf- und Beratungsstellen. Auch das Internet bietet heutzutage spezielle Plattformen, auf denen eine Beratung sogar online per Chat oder Mail möglich ist.

In einer solchen Beratungsstelle arbeiten häufig Fachkräfte aus den Bereichen der sozialen Arbeit oder Psychologie. In der Regel erhält man hier innerhalb weniger Tage bis Wochen einen Termin. Die Beratung erfolgt kostenlos, auf Wunsch auch anonym. Diese Form der Beratung ersetzt keine Therapie, kann aber mit entlastenden Gesprächen und kleinschrittigen Zielplanungen helfen, die Zeit bis zur Therapie zu überbrücken oder akute Krisensituationen zu meistern.

Manche Institutionen bieten auch Peer-Beratung. Dies bedeutet, dass man Beratungen von einem Menschen erhält, der selbst betroffen ist. Diese Form der Beratung kann für Menschen sehr hilfreich sein, um zu sehen, dass man nicht alleine mit diesen Symptomen und Problemen ist und von den Erfahrungen eines anderen Menschen zu profitieren. Um eine Online-Beratung zu nutzen können Sie beispielsweise gezielte digitale Beratungsstellen auswählen oder in der Google-Suche Schlagworte eingeben wie „Online Beratung Depressionen“.

Selbsthilfegruppen

Ein weiteres, weit verbreitetes Angebot der zeitnahen und direkten Unterstützung sind die Selbsthilfegruppen. Der regelmäßige Austausch mit Menschen, die mit der gleichen

Erkrankung ihren Alltag meistern, kann sehr wertvoll und entlastend sein. In jeder Stadt gibt es eine Vielzahl von Selbsthilfegruppen mit unterschiedlichen Schwerpunkten. Über die regionale Selbsthilfekontaktstelle oder das digitale Selbsthilfenetz unter www.selbsthilfenetz.de kann man sich gezielt eine passende Selbsthilfegruppe mit entsprechenden Kontaktdaten vermitteln lassen.

Telefonseelsorge

Schon seit 1956 gibt es in Deutschland die Telefonseelsorge. Nicht umsonst hat sich diese Form der Unterstützung etabliert. Rund um die Uhr kann man unter den Rufnummer 0800 – 111 0 111 oder 0800 – 111 0 222 an 365 Tagen im Jahr jemanden erreichen. Die Mitarbeiter*innen dort arbeiten alle ehrenamtlich und sind bestens geschult. Durch die beidseitige Anonymität fällt es vielen Menschen leicht, Probleme oder das aktuelle Befinden zu besprechen und jemanden zu haben, der einfach mal nur zuhört und nicht urteilt oder kritisiert.

Klinik

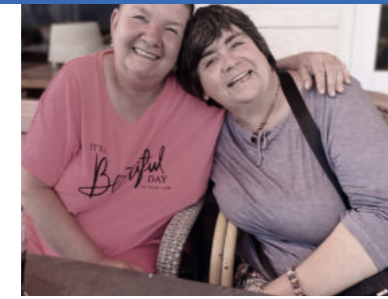
Wenn die Symptome so schlimm werden, dass Sie das Gefühl haben, dringend und sofort Hilfe zu benötigen, rufen Sie einen Krankenwagen. Dieser wird Sie in die nahegelegene Klinik bringen. Dort erhalten Sie in der Aufnahme eine akute Behandlung, in welcher die Ärzt*innen entscheiden, ob es zu einer stationären Aufnahme kommt und wie die weitere Behandlung aussieht. Hierfür muss sich niemand schämen, denn...mit einem gebrochenen Bein fahren Sie auch in die Notaufnahme.

Kathrin Lemmen





Logbuch der Ferienfreizeit auf Borkum vom 10.07.23-14.07.23



10.07.23 Guten Morgen Wesel!

Heute geht es endlich los, wir fahren nach Borkum. Nachdem sich alle Urlauber*innen aufgeregt und voller Vorfreude am Kaiserring getroffen haben, wurden die Fahrzeuge gepackt und los ging es. Heute hat Martin van Staa an die Pippibox in Lingen gedacht und alle machten eine kurze Pause.

Nach einer weiteren Stunde Fahrzeit fuhren wir mit dem Lied „Leinen los“ in Eemshaven ein. Die Fähre hat uns mit herrlichem Sonnenschein auf die Insel gebracht. Schnell wurden die Zimmer in der Jugendherberge bezogen, Fahrräder gemietet und schon waren wir startklar für die erste Erkundungstour.

Das Wattenmeer glich einer Badewanne und die heißen Füße wurden erstmal ins Wasser gesteckt. Bei einer kleinen Bestandsaufnahme unter fröhlichem Gelächter am Abend, wurden die ersten Sonnenbrände sichtbar. Morgen muss mehr Sonnenschutz her! Nach einem kurzen Ausklang, unter den Lauten von Möwen und Austernfischern, fielen alle zufrieden ins Bett, ganz gespannt auf den 2. Tag.

11.07.23 Moin Borkum!

Nach der ersten, manchmal unruhigen Nacht, gab es zur allgemeinen Stärkung erstmal ein tolles Frühstück. Lunchpakete wurden gepackt und um 10:30 Uhr sind viele

Teilnehmer*innen mit dem Bus in die Stadt gefahren. Herr van Staa hat mit einer kleinen Gruppe dem Wind getrotzt und nahm das Fahrrad, um den Inselkern zu erreichen.

Schnell wurden kleine Gruppen gebildet, die auf unterschiedlichste Weise den Strand und den Stadtkern erkundeten. Mittags trafen sich dann die müden „Insulaner“ in der Lokomotive, um bei Kaffee und Kuchen ihre Erlebnisse auszutauschen.

Nach dem Abendessen wurde bei einem kühlen Getränk gekegelt, bevor die Urlaubsgruppe, von der Sonne gezeichnet, ins Bett fiel.

Mehr Sonnenschutz muss her!

12.07.23 Moin Borkum!

Nach einer kurzen Nacht sind wir zu wahren Insulanern geworden. Während wir gemütlich unser Frühstück genießen konnten, gab der Himmel alles, um das Gelände der Jugendherberge unter Wasser zu setzen.

Ahoi Kameraden! Ein Schlauchboot wäre toll gewesen! Der ein oder andere Mitreisende durfte sich nochmal umziehen.

Erneut startete die Gruppe um 10:30 Uhr mit dem Bus in die Stadt. Heute wurden Souvenirs und Andenken erstanden, um danach erneut den Strand genießen zu können. Bei einem alkoholfreien Cocktail wurde am Strand gelacht

und geplaudert. Unsere persönliche Fotografin, Angelika Tenbergen, fing einige Momente mit der Kamera ein. Da gab es für Niemanden entrinnen.

Nach dem Abendessen kam die Gruppe erneut zusammen, um auf dem Gelände der Jugendherberge den Abend ganz gemütlich ausklingen zu lassen.

Einige Teilnehmer*innen hatten mittlerweile die Hautfarbe eines Hummers angenommen.

Mehr Sonnenschutz muss her!

13.07.23 Moin Borkum!

Seeluft macht hungrig und die ganze Gruppe nahm zu Tagesbeginn ein leckeres Frühstück ein. Wie in jedem Jahr bekommt der Thunfischsalat fünf Sterne.

Frisch gestärkt machte sich eine Gruppe auf in die Stadt und ein paar mutige Urlauber*innen trauten sich, unter den schaurigen Geschichten des Wattführers Akkermann, in das Wattenmeer, welches direkt hinter der Jugendherberge liegt.

Wir haben viel gelernt, Muscheln können laufen und Wattwürmer beißen. Natürlich reichte der Sonnenschutz nicht und der ein oder andere hat sich die Füße verbrannt.

Nachmittags wurden die ersten Koffer leider wieder gepackt, bis sich die Gruppe am Abend zum Stockbrot grillen traf.

Unter den Gitarrenklängen von Martin van Staa wurde fleißig schief gesungen und lautes Gelächter schallte über den Grillplatz bis, recht spät, zum letzten Mal die Betten aufgesucht wurden.

Für die Heimfahrt wurde sonniges Wetter angekündigt, also:

Mehr Sonnenschutz muss her!

14.07.23 Moin Borkum zum letzten Mal in dieser Freizeit!

Moin Borkum zum letzten Mal in dieser Freizeit! Die Koffer sind gepackt und die Teilnehmer*innen der Ferienzeit machen sich auf den Weg zur Fähre.

Da die Inselbahn Verspätung hatte, durften wir an Deck noch etwas länger den Ausblick auf den Hafen genießen. Wieder in Eemshaven gelandet, waren die Autos schnell gepackt und es ging ab in die Heimat. Die müde Gruppe ist um 16 Uhr wohlbehalten in Wesel angekommen. Und für nächstes Jahr wissen wir:

Mehr Sonnenschutz muss her!

Text und Fotos: Angelika Tenbergen (Mitarbeiterin BWF)



Spix-Nutzersprecher*innen



Werkstattatrat:

Tel.: 0172 - 386 90 07
werkstattatrat@spix-ev.de



Kirsten Schild



Jörg Wedel



Jerom Witte

Frauenbeauftragte:

Tel.: 01520 - 262 20 42



Angela Bestier



Veronica Scheibner

Tagesstätte:

Tel.: 0281 - 1 63 33 -13



Jessica Mauer



Peter Heppner

Bewohnerbeirat:

Tel.: 0281 - 95 99 17 - 0



Birgit van der Leest



Viktor van Dyck

Gruppenangebote

Bitte erfragen Sie vorher bei den Ansprechpartner*innen, ob aktuell Treffen stattfinden.



Selbsthilfegruppen in Wesel Kaiserring 16 46483 Wesel

Angehörigengruppe

i.d.R. jeden 4. Donnerstag im Monat 19.00 – 20.30 Uhr
Kontakt über Selbsthilfekontaktstelle: 02841 - 900016

Selbsthilfegruppe für Spieler

Jeden Montag im Monat von 19.00 – 21.00 Uhr
Infos unter: 0162 - 9330941 Bodo;
0173 - 8515466 Andreas
shg-wesel@gmx.de

Selbsthilfegruppe Borderline

Jeden 4. Montag im Monat von 17 – 18.30 Uhr
Infos unter: 02841 - 900016

Selbsthilfegruppe „Hoffnungsschimmer“ [Depressionen / Ängste]

Dienstags, 19.30 – 21.30 Uhr
Für Neueinsteiger jeden 1. Dienstag im Monat
Infos unter: 0281 - 44289055
Internet: www.shg-hoffnungsschimmer.de.tl
Email: info-selbsthilfegruppe-wesel@t-online.de

Selbsthilfegruppe „Das Ohr“ [Ängste / Depressionen]

Donnerstags, 19.00 – 21.00 Uhr
Infos unter: 0163 - 1875000 (Roland Stevens)
Mail: hallo@dasohr-wesel.de
Internet: www.dasohr-wesel.de

Selbsthilfegruppe HSP (Hochsensible)

Montag 14 tägig von 18.00 - 19.30 Uhr
Infos über die Selbsthilfekontaktstelle Moers: 02841 - 9000-16

Selbsthilfegruppe Kontaktabbruch zu den Eltern

Jeden 4. Mittwoch im Monat ab 18 Uhr
Kontakt über die Selbsthilfekontaktstelle:
02841 - 9000-16

Frauen für ein suchtfreies Leben e.V.

1.+ 3. Mittwoch/Monat von 19-21 Uhr
Infos unter: 0163/6972832 oder
www.frauen-fuer-ein-suchtfreies-leben.de

Selbsthilfegruppen in Xanten Marsstraße70, 46509 Xanten

Adipositas Selbsthilfegruppe

Jeden 2. Dienstag im Monat
19.00 – 21.00 Uhr
Infos unter: 02802 - 9589489 Frau Ritter

Selbsthilfegruppe Bipolar Erfahrene und Angehörige

Jeden 1. Donnerstag im Monat
20.00 – 21.30 Uhr
Infos über die Selbsthilfekontaktstelle Moers:
02841 - 9000-16

Sucht-Selbsthilfegruppe „Hoffnung e.V.“

Jeden Freitag
19.00 – 21.00 Uhr
Infos unter: 02801 - 70122 Frau Kalisch

Elternkreis für Eltern von anorektischen Kindern

Jeden 1. Montag im Monat
19.00 – 20.30 Uhr
Infos über die Selbsthilfekontaktstelle Moers:
02841 - 9000-16

Gesprächsgruppe für Ängste und Depressionen

Jeden Mittwoch
10.00 – 11.00 Uhr
Infos über Spix e.V. 02801 - 6611 Frau Pohler, Frau Walbrecht

SPZ Wesel

Kaiserring 16
46483 Wesel
Telefon 0281 - 16 33 317

Treffzeiten:

Montag: 15.00 – 18.00 Uhr
Dienstag: 15.00 – 18.00 Uhr
Donnerstag: 15.00 – 19.00
Wochenende & Feiertage:
11.00 – 15 Uhr aber nur nach Ankündigung

Gesprächsgruppe Wesel

Termine nach Absprache
Martin van Staa: 0281 - 16 33 317

Einzelberatung:

Martin van Staa: 0281 - 16 33 317 m.vanstaa@spix-ev.de
Vera Pohler: 0173 - 70 09 085 v.pohler@spix-ev.de
Isabell Janzen: 0173 - 16 96 430 i.janzen@spix-ev.de

SPZ Xanten

Marsstraße 70
46509 Xanten
Telefon 02801 - 66 11

Treffzeiten:

Donnerstag: 09.30 – 13.30 Uhr

Wochenenden und Feiertage:

Nach Ankündigung

Gesprächsgruppe Xanten

Jeden 1. Montag im Monat von 15.30-17.00 Uhr und
Jeden 3. Montag im Monat von 17.00-18.30 Uhr

Einzelberatung:

Sonja Walbrecht: 02801 - 66 11 s.walbrecht@spix-ev.de
Vera Pohler: 0173 - 70 09 085 v.pohler@spix-ev.de

Impressum

Herausgeber:

Spix e.V.
Kaiserring 16
46483 Wesel

Verantwortlich:

Klaas Wagner

Redaktionsleitung:

Kathrin Lemmen

Redaktionsteam:

Alexandra Hönnekes
Angelika Tenbergen
Petra Pilath
Silke Burmeister
Nicole Frasa
Melanie Gonzalez

Layout & Gestaltung:

Sascha Hübers

Titelfoto:

Angelika Tenbergen

Druck:

Flyeralarm

Auflage & Erscheinungsweise:

1000 Exemplare
erscheint vier Mal im Jahr

Wir drucken klimaneutral.

Ihre Meinung ist uns wichtig!

Haben Sie Anregungen, Lob oder Kritik?
Wir veröffentlichen gerne Ihre Leserbriefe oder
nehmen Ideen für künftige Ausgaben auf.

Senden Sie einfach eine Mail an:
k.lemmen@spix-ev.de

Kontakt Daten

Geschäftsführer: 0281 - 16 33 311
Klaas Wagner k.wagner@spix-ev.de

Kaufmännischer Leiter: 0281 - 319285164
Marcel Sassenberg m.sassenberg@spix-ev.de

Sekretariat: 0281 - 16 33 30
Karin Weis k.weis@spix-ev.de

Gemeindepsychiatrische Dienste

Fachbereichsleiterin: 0281 - 15 49 07 79
Michaela Jöhren-Bauer m.joehren@spix-ev.de

Sozialpsychiatrisches Zentrum

Kaiserring 16, 46483 Wesel
Ansprechpartner: 0281 - 16 33 317
Martin van Staa m.vanstaa@spix-ev.de

Marsstraße 70, 46509 Xanten
Ansprechpartner: 02801 - 66 11
Sonja Walbrecht s.walbrecht@spix-ev.de

Tagesstätte

Kaiserring 16, 46483 Wesel
Leitung Tagesstruktur: 0281 - 16 33 313
Petra Pilath p.pilath@spix-ev.de

Betreutes Wohnen (BeWo)

Augustastraße 12, 46483 Wesel
Teamleitungen: 0281 - 15 49 070
Carolin Hadder c.hadder@spix-ev.de
Kathrin Lemmen k.lemmen@spix-ev.de

Team Xanten (BeWo)

Marsstraße 70, 46509 Xanten
Teamleitung: 02801 - 98 81 641
Selina Villbrandt s.villbrandt@spix-ev.de

Betreutes Wohnen in Familien (BWF)

Kaiserring 16, 46483 Wesel
Leitung BWF: 0281 - 16 33 316
Petra Pilath p.pilath@spix-ev.de

Praxis für Ergotherapie

Viktoriastraße 10, 46483 Wesel
Leitung: 0281 - 47 36 78 55
Achim Rosen ergo@spix-ev.de

Besondere Wohnformen und Reha-Zentrum

Fachbereichsleiterin: 0281 - 95 99 171
Brigitte Langwald b.langwald@spix-ev.de

Haus Vivaldi
Friedenstraße 46, 46485 Wesel

Teamleitung: 0281 - 95 99 170
Ann-Kathrin Feldmann a.feldmann@spix-ev.de
Carina Mündges c.muendges@spix-ev.de

Besondere Wohnformen und Reha-Zentrum

WohnRaum-Team

Teamleitung: 0281 - 31 92 85 268
Nurcan Tagay n.tagay@spix-ev.de

Haus Alia und Clarenbachstraße
Salzwedeler Str. 23 und Clarenbachstr. 73-75,
46485 Wesel

Teamleitung: 0281 - 95 99 160
Franz Niederstrasser f.niederstrasser@spix-ev.de

Haus Castanea

An der Herz-Jesu-Kirche 4-6, 46483 Wesel
Teamleitung: 0281 - 16 33 806
Anke Meurs a.meurs@spix-ev.de

Betreutes Wohnen plus (BeWo plus)

Bocholter Str. 10, 46487 Wesel
Teamleitung: 0281 - 31 92 85 156
Jochen Ottmann j.ottmann@spix-ev.de

Reha-Zentrum

Friedenstr. 46, 46485 Wesel
Teamleitung: 0281 - 95 99 188
Alexandra Hönnekes a.hoennekes@spix-ev.de

Fachbereich Arbeit

Fachbereichsleiterin: 0281 - 319 28 51 20
Margret Sanders m.sanders@spix-ev.de

Werkstatt für behinderte Menschen (WfbM)

Bocholter Str. 8, 46487 Wesel
Zentrale/Verwaltung: 0281 - 31 92 85 100
Werkstattleiterin: 0281 - 31 92 85 120
Melanie Gonzalez Rodriguez m.gonzalez@spix-ev.de
Aufnahmeanfragen: 0281 - 31 92 85 124
Beate Münzner b.muenzner@spix-ev.de

Fahrrad-Station Gleis 31 0281 - 47 36 26 70
Franz-Etzel-Platz 11, 46483 Wesel gleis31@spix-ev.de

Café Vesalia 0281 - 47 36 4388
Dinslakener Landstraße 5, 46483 Wesel

Filiale Emmerich 02822 - 69 69 651
Arnheimer Straße 42, 46446 Emmerich

Grünpflege und Friedhofsgärtnerei 0281 - 286 00
Caspar-Baur-Str. 20, 46483 gruenpflege@spix-ev.de

Integrationsfachdienst (IFD) Wesel
Augustastraße 12, 46483 Wesel 0281 - 16 46 810
christel.erdmann@ifd-wesel.de

IFD Rheinberg 0281 - 31 92 85 254
Orsoyer Straße 6, 45495 Rheinberg

Betriebsrat

Kaiserring 16, 46483 Wesel
Vorsitzender: 0281 - 16 33 317
Martin van Staa m.vanstaa@spix-ev.de



Foto: Viola Schwirtz

Kostenlose Vereinszeitschrift für alle Interessierten



Alle Ausgaben auch unter www.spix-ev.de