

EINBLICKE – AUSBLICKE

VON KLIENTEN FÜR KLIENTEN

FRÜHLING 2016



FRÜHLING 2016

BLUMEN, BLÜTEN ,BARRAKUDA

+++ WILLKOMMEN BEI OP DE WISCH +++ LITERATÜREN +++

DIE BESONDERE UNTERLIPPE +++ HAPPY BIRTHDAY DORO +++

Aus dem Inhalt



Doro wird 99	4
Mein Ghana-Tagebuch.....	6
Sebastians Schatzkiste	7
Gesellschafts-ABC.....	8
Kais Filmtipp	10
Besserwisserei.....	12
Öko-Themen	14
Literaturtipps.....	16, 40-41
Neu bei Op de Wisch	18-20, 30-32
Klientensprecher	22, 27-30
Angebote der Begegnungsstätten.....	23-26
Psychiatrie in Hamburg.....	33-36
Rezept	37
Reitanlage	38
Vermischtes	39
Wege zur Gesundheit	42
Gruppenangebote	44
Adressen.....	46

Impressum

Redaktion: A. E., Holger H., Peter Houffouet, Sebastian Misseling, Kai Rehwoldt, K. U., VS, Hans Wienbrandt

V.i.S.d.P.: Ute Peters, Op de Wisch e.V.

Druck: alsterpaper Hamburg

Op de Wisch e.V., Alter Teichweg 7-9, 22081 Hamburg

redaktion@op-de-wisch.de

Wir danken allen, die mit Fotos und Texten zu dieser Ausgabe beigetragen haben. Die Redaktion behält sich eine Auswahl der eingesandten Texte vor. Die Einsender erklären sich mit Kürzungen und geringfügigen Eingriffen in Rechtschreibung und Ausdruck einverstanden. Die Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

**LIEB
SEIN**

In eigener Sache ...

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

zugegeben, beim Layout der Winterausgabe gab es einige Schnitzer. Das bedauern wir. Allerdings sorgte der eine oder andere für Erheiterung, so zum Beispiel das Portrait des neuen Kollegen Markus Hahn, das als Ausmalbild betitelt war (Herr Hahn bedankt sich für alle Kosmetiktippis, die ihn erreichten!). Im Winter haben wir im Redaktionsteam quasi mit neuer Besetzung die Gestaltung des Heftes versucht, die Routine müssen wir erst noch gewinnen. Wir versprechen aus den Fehlern zu lernen. Oder sie wieder gut zu machen: deshalb bilden wir (in der Hoffnung, dass sich niemand die Finger gebrochen hat) an dieser Stelle das Blasen-Mudra ab, das in der Winterausgabe fehlte.

Diese Frühlingsausgabe stellt grandios unter Beweis: So viel neu war selten im Mai! Angefangen bei neuen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, die wir herzlich willkommen heißen, über neue und spannende Gruppenangebote bis hin zu einer neuen Begegnungsstätte für Eimsbüttel, über die in der nächsten Ausgabe ausführlich zu berichten sein wird.

Alle sind herzlich eingeladen zum Einweihungsfest am 27. Mai in der Oberstraße (siehe S. 39).

Ansonsten haben wir in diesem extra-dicken Heft eine Menge zusammengetragen, das hoffentlich euer Interesse weckt. Es werden eine Menge Bücher für euch rezensiert. Vier von fünf (neuen) KlientensprecherInnen stellen sich und ihre Arbeit vor. Und neben vielen anderen Themen gibt es selbstverständlich eine Menge aus der psychosozialen Szene, das zu lesen lohnt.



Ein wenig stolz sind wir darüber, dass es uns gelungen ist, die Angebote der Begegnungsstätten übersichtlicher zu gestalten und unsere Perle, das Pferdeprojekt, mehr als bisher zu würdigen.

Bleibt die Hoffnung, dass euch diese blumige Ausgabe von „Einblicke – Ausblicke“ gefällt. Fühlt euch wie immer eingeladen, uns auch eure Texte und Anregungen zukommen zu lassen, damit es bunt bleibt und bunter wird!

Viel Spaß beim Lesen und Betrachten
Euer Redaktionsteam

Viel Glück und viel Segen Wir gratulieren Dorothea Buck zum 99sten

„Ein Mensch, der 99 Jahre alt wird, hatte sicherlich ein gutes Leben.“ – Dieser Gedanke ist naheliegend. Wie sonst sollte man es wohl so viele Jahre lang im Leben aushalten?

Bei Dorothea Buck (*5. April 1917) ist das aber anders. Die NS-Diktatur und später die Psychiatrie der jungen Bundesrepublik Deutschland brachten der an einer Psychose erkrankten jungen Frau großes Leid. Ihre Menschenwürde wurde verletzt. Sie wurde ihrer Träume beraubt und großen Verbrechen ausgesetzt.

All das überlebte Dorothea Buck. Je älter sie wurde desto „besser“ wurde ihr Leben. Nach den schlimmen Erfahrungen in der Psychiatrie und mit den darin eingebundenen Menschen widmete sie sich ihrer Lebensaufgabe: den Sinn in ihrer Erkrankung zu finden.

Sie arbeitete jahrzehntelang an ihrer Gesundung und persönlichen Entwicklung. Dazu nutzte sie einerseits ihr künstlerisches Talent und verarbeitete viele ihrer Lebensthemen in der Bildhauerei. Sie suchte die beruhigende und beglücken-



de Nähe zur Natur und beschäftigte sich fortwährend mit ihrem Denken und Fühlen. Dabei half ihr auch das Schreiben.

Zum anderen setzte sie sich für ein besseres Verständnis und eine bessere Versorgung psychisch erkrankter Menschen in der Psychiatrie ein, indem sie ihnen eine Stimme gab.

All dieses brauchte natürlich seine Zeit und so ist es sehr schön, dass Dorothea Buck so viele Lebensjahre geschenkt wurden und weiterhin werden. Mittlerweile kann sie sich an dem erfreuen, was sie durch ihren Einsatz bewirkt hat. Sie hat Menschen gefunden, die ihre Botschaft teilen und weitertragen. Außerdem unterstützt die Dorothea-Buck-Stiftung psychisch erkrankte Menschen finanziell, eine EX-IN-Ausbildung zu absolvieren. Hier lernen die Teilnehmenden sich

reflektiert, hilfreich und gleichgestellt für die Belange anderer Erkrankter in der Psychiatrie einzusetzen.

Welch schöner Grund 99 Jahre alt zu werden!

Die Redaktion von Einblicke – Ausblicke dankt Dorothea Buck im Namen aller Klientinnen und Klienten für Ihren Einsatz und ihre Offenheit, mit der sie uns einen ermutigenden Einblick in ihren Lebensweg gewährt hat.

Wer mehr über das Leben von Dorothea Buck, die ihren Geburtstag in einem Hamburger Seniorenheim begeht, erfahren möchte, dem empfehlen wir den Film „Himmel und Mehr. Dorothea Buck auf der Spur“.

A.E.

Bild links: Porträt und Skulptur von Dorothea Buck, Schule an der Gartenstadt, Hamburg

Erinnern und Lernen – von den Verbrechen der NS-Psychiatrie bis heute

Sonderveranstaltung: Mi., 25. Mai, 18 Uhr, Patriotische Gesellschaft, Trostbrücke 4, im Zusammenhang mit der Wanderausstellung „erfasst, verfolgt, vernichtet – Kranke und behinderte Menschen im Nationalsozialismus“ im Hamburger Rathaus, 24.5.-19.6.2016. Mit Vorträgen von Prof. Hendrik van den Bussche zur Hamburger Psychiatriepolitik bis Kriegsbeginn, Dr. Michael Wunder zur Euthanasie-Praxis in Hamburg, **Dorothea Buck „Wenn wir miteinander sprechen, bringen wir uns wenigstens nicht um“**, Prof. Dr. Klaus Dörner zum Durchbrechen des Schweigens, Prof. Dr. Jürgen Gallinat zu Lehren der Psychiatrie. Vorher um 17 Uhr Führung durch die Ausstellung.

Nächste öffentliche Vorführung des Films „Himmel und Mehr“ am 5. Juni 2016, 17:00 bis 18:30 Uhr, Metropolis Kino

Mein Ghana-Tagebuch

Living tree

Ein kleines Spektakel ist in jeder Abenddämmerung, wenn die Hühner sich zum Schlafengehen vorbereiten. Da kaum ein Haushuhn in Ghana einen komfortablen Stall inklusive Hühnerleiter und Hühnerstange hat, sich vor nächtlichen Fressfeinden aber dennoch in Sicherheit bringen muss, sucht es Schutz in Bäumen. Klingt leichter als getan, da es ja flugunfähig ist. Da kommt den Hühnern ein living tree gerade recht. Er wächst nicht allzu hoch und verzweigt sich sehr. Die älteren Tiere schaffen es trotz gestutzter Flügel schnell, die unteren Äste zu erreichen und dann so weit wie möglich nach oben zu klettern. Junghühner haben es schon schwerer und brauchen einige Versuche. Aber sie geben solange nicht auf, bis es ihnen schließlich gelingt. Kurz vor der Dunkelheit sind alle Hühnerfamilien im Baum versammelt. Ein letztes Piepen und Gackern vor der



einsetzenden Finsternis tut kund: dies ist ein (Über-)Lebensbaum. Aus Dankbarkeit wird der Boden eine Nacht lang vom Federvieh gedüngt.

Bild oben: Ein living tree, Fachleute erkennen die Gebrauchsspuren; dahinter die ghanaische Variante des Vergissmeinnicht (forget-me-not) mit zartduftenden rosa Blüten; dahinter Kokospalmen.

Bild links: jugendliches Huhn beim morgendlichen Spaziergang.



Sebastians Schatzkiste

Habsburger Unterlippe

Die Habsburger sind ein deutsches Fürstengeschlecht, das es seit über 800 Jahren gibt. Zu ihren Vorfahren gehörten, neben dem spanischen König Karl V. (1500-1558), der damals ein Weltreich beherrschte, auch Karl II. von Spanien, der von 1661-1700 lebte. Karl XI. (1685-1740) hatte eine Tochter, Maria Theresa (1717-1780), die spätere österreichische Erzherzogin und Königin von Österreich-Ungarn, die wiederum eine Tochter hatte mit Namen Marie Antoinette (1755-1793), der späteren Königin von Frankreich, die in der französischen Revolution auf der Guillotine endete. Alle diese Habsburger litten unter einer Erbkrankheit, einer Unterentwicklung

des Unterkiefers (echte Progenie = Kieferfehlstellung). Diese Unterentwicklung des Unterkiefers hatte eine extrem ausgeprägte Unterlippe zur Folge. Besonders stark ausgeprägt war sie beim spanischen König Karl II. Sprechen und Kauen fiel ihm sehr schwer. Ursache dieser Jahrhunderte langen Erbkrankheit war eine Endogamie, besser bekannt unter der Bezeichnung Inzest. Endogamie ist die Eheschließung innerhalb der Familie. Also: Vater heiratet Tochter, Bruder heiratet Schwester. Endogamie wird in Fachkreisen auch Bint'amm (arabisch für Tochter des Vaterbruders) genannt.

S.M.



Putz la Putz

Dann machst Du das, dann machst Du dies,
putzt hier, putzt da und überall
und jedes Mal fängst Du da wieder an,
wo Du gerade aufgehört hast.
Du könntest auch den ganzen Tag putzen.
Jedes Mal entdeckst Du wieder Neues.
Putz la Putz.
U. D.

Unser Gesellschafts-ABC

A B C E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z

Autismus

Aufgrund der Vielfalt von sehr schweren bis hin zu eher leichteren Beeinträchtigungen wurde auch der Begriff Autismus-Spektrum-Störung geprägt. Die schwerwiegendsten Symptome wie geistige Behinderung, auffällige Bewegungsstörungen und -wiederholungen, z. B. Schaukeln mit dem Oberkörper, wiederholtes Abtasten von Dingen, finden sich beim frühkindlichen Autismus (auch Kanner-Syndrom), bei weniger schweren Beeinträchtigungen kommen auch Insel-Begabungen, z. B. besondere Fähigkeiten beim Kopfrechnen oder beim Zeichnen, vor, während beim Asperger-Syndrom die Störungen in der Entwicklung erheblich weniger stark ausgeprägt sind und vereinzelt sogar Hochbegabungen anzutreffen sind. Bei Menschen mit Autismus ist die Verarbeitung von Sinnesreizen beeinträchtigt. Sie können Gestik oder Mimik nicht einschätzen, können kaum emotionale Kontakte herstellen und geraten schnell in einen Zustand der Reizüberflutung, ihre Verhaltensweisen sind sehr eingeschränkt und Veränderungen von Abläufen oder in der Umgebung können starke Reaktionen hervorrufen.

Anorexia nervosa

Anorexia nervosa wird auch als Magersucht bezeichnet. Aufgrund einer verzerrten Wahrnehmung des eigenen Körpers entsteht der krankhafte Wunsch durch Hungern oder übermäßige körperliche Aktivitäten Kontrolle bzw. eine Verringerung des Körpergewichts zu erreichen. Dabei besteht das Risiko von schwerwiegenden Gesundheitsschäden des Herzens, der Nieren und anderer Organe. Betroffen sind überwiegend Frauen. Typischerweise sind die Erkrankten sehr leistungs- und erfolgsorientiert, verfügen aber nur über geringes Selbstbewusstsein.

Arachnophobie

Die Bezeichnung dieser spezifischen Angststörung leitet sich aus dem Griechischen Wörtern arachne für Spinne und phobos für Angst ab. Die Angst vor Spinnen wird am besten verhaltenstherapeutisch behandelt, am erfolgreichsten mit der Konfrontationstherapie.

Zum Ausmalen



Kais Filmtipp: Equilibrium

Regie: Jan de Bond und Kurt Wimmer

mit Christian Bale, Ty Diggs, Sean Bean.

In *Equilibrium* leben die Menschen in einem totalitären System, das durch Verteilung und Konsum der Droge Prozium aufrecht erhalten wird. Prozium bewirkt, dass jegliche Emotion im Menschen erlischt. Das hat einen Grund, denn in dieser Welt bekommen Emotionen die Schuld an allem, was schlecht ist. Vor allem Krieg und Gewalt sollen durch das Fehlen von Emotionen verhindert werden. Da aber auch Kunst in jeglicher Form Emotionen auslösen kann, ist auch sie strengstens untersagt. Ob es eine Schallplatte von Wagner ist, ein Gemälde von van Gogh oder auch nur ein kleines rotes Band mit Parfum dran. Natürlich gibt es Menschen, die diese Dinge erhalten wollen, kein Prozium nehmen und rebellieren. Für sie hat der Staat eine Sondereinheit geschaffen: Gammatron-Kleriker – urbane Kampfmaschinen, die Flugbahnen ihrer Gegner vorraussehen, ihnen ausweichen und zurückfeuern. Ein sehr schöner Kampfstil, der nur in absoluter Konzentration durchgeführt wird. John Preston ist ein solcher Kleriker. Er begreift die Rebellen nicht, kann er ja auch nicht, er hat ja keine Emotionen. Also macht er ein verbotenes Selbstexperiment und setzt sein Prozium ab, um sich besser in die Rebellen hineinversetzen zu können. Langsam werden Gefühle in Preston wach und er sieht die Dinge aus einem neuen Blickwinkel.

Ich scheine einen Hang für Filme zu haben, die von der Kritik zerrissen, vom Kino-Publikum gemieden werden und dann zum Kult avancieren. Genau wie bei dem *13ten Krieger* oder *Tron*. Die Kritik warf *Equilibrium* vor, Darsteller und Umgebung seien zu trist, die Kampfszenen durch die Gammatron-Kampftechnik zu seltsam. Punkt eins: eine non-emotionale Welt ist nun mal trist öde grau und langweilig. Soll sie ja auch sein! Und das bringt der Film echt rüber. Punkt zwei: diese Kampf-„Choreo“ gab es vor *Equilibrium* schon mal unter dem gleichen Regisseur Kurt Wimmer in dem Film *Ultraviolet*, eine Comic-Verfilmung mit Milla Jovovich (bekannt aus *Das Fünfte Element* oder der *Resident Evil*-Filmreihe). Da hat keiner gemeckert.

Mich erinnert der Film an die Themen der Romane von Philip K. Dick: Gedankenmanipulation und totalitäre Staatssysteme. Der Film kann sich von der Story her lässig messen mit Filmen wie *Blade Runner*, *Minority Report*, *Total Recall*. Er hat nur nicht so viele Bumm-Effekte. Es wird geballert und gekämpft, aber nicht die ganze Zeit, es ist halt eben viel Dialog dabei. – Ich hätte es ganz gern, wenn ich meine Emotionen wenigsten phasenweise ausschalten könnte. Ich denke, dann wäre vieles wesentlich einfacher für mich. Kai

Frühling

die Wohnung über mir steht leer
im Fernsehen hat der Bürger Sendezeit
etwa tausend Millibar
in Mutters Garten blüht der Pflaumenbaum
wer rief eigentlich an?

Freitagnachmittag, ein Vogelschwarm
Freitagnachmittag

der Hund im Hof bellt herrenlos
im Westen ziehen wieder Wolken auf
und Sysiphos rollt seinen Stein
woher weiß Oetker, dass ich Hunger hab?
fünfzehn Uhr, vierzehn Grad

Freitagnachmittag, ein Vogelschwarm
Freitagnachmittag, die Katze schläft

Houffouet



Ginkgo-Blüte

Besserwisserei

Ab ins Grüne



Grün leitet sich aus dem mittelhochdeutschen Wort *gruoni*, was so viel wie wachsen oder grün werden bedeutet, ab. Nach dem Winter erwacht die Natur wieder zu neuem Leben und legt ihr grünes Kleid an. Grün steht also für Wachstum, Erneuerung und die Hoffnung auf neues Leben. Im Frühling entdecken viele Menschen auch ihre grüne Seite, die Seite des Herzens und der Herzensliebe. Dem Grün der Herzensliebe liegt im Farbkreis die Farbe Rot gegenüber, die allgemein mit der erotischen Liebe in Verbindung gebracht wird, ein Hinweis, dass hier nicht immer Übereinstimmung bestehen muss. Natürlich kann man nicht allen Menschen herzlich zugetan sein, manchmal hegt man gegenüber Menschen, mit denen man sich nicht grün ist, eine tiefe Abneigung und entwickelt sogar den Wunsch, diese Personen grün und blau zu schlagen, weil man sich zuvor grün und blau über sie geärgert hat. Diesen Impulsen sollte man aber keinesfalls nachgeben sondern sich besser einer beruhigenden Tätigkeit, z. B. der Pflege von Pflanzen widmen. Und wer sich gut um seine Pflanzen kümmert, der wird für seinen grünen Daumen mit prächtigem Wachstum belohnt. Wer aber als Grünschna-

bel lauter Anfängerfehler dabei macht, weil er noch grün hinter den Ohren ist, der kommt auf keinen grünen Zweig. Vielleicht entspannt auch ein Ausflug ins Grüne, vorausgesetzt, es wurde dort nicht eine Siedlung auf der grünen Wiese, einem bis dahin unerschlossenen oder abgelegenen Gebiet, errichtet. Es kommt vor, dass bei Ämtern und Behörden Pläne entwickelt werden, die in der Praxis Probleme aufwerfen. Weil in den Amtsstuben früher die Schreibtische mit einem grünen Bezug bzw. einer grünen Schreibunterlage versehen waren, entstand die Redewendung, etwas wäre am grünen Tisch geplant, als Umschreibung für Abweichungen von Theorie und Praxis oder auch für Fehlplanungen. Theorie und Praxis sind nämlich längst nicht immer das Gleiche und schon gar nicht dasselbe in grün. Diese Redewendung geht auf ein Modell der Automobilmarke Opel zurück, das im Volksmund Laubfrosch genannt wurde, weil es ausschließlich in der Farbe grün angeboten wurde und das baugleich mit einem Modell der Firma Citroen war. Dasselbe in grün also. H.W.

LIEB
SEIN

Gründonnerstag

Für die Herkunft des Namens Gründonnerstag gibt es verschiedene Erklärungen. Einige Theorien besagen, die Bezeichnung Gründonnerstag kommt vom mittelhochdeutschen Wort *gruoni*, was grünen oder auch wachsen bedeutet, und geht letztlich auf vorchristliche Frühlingsrituale und -feste zurück. Eine andere Erklärung besagt, der Name Gründonnerstag leitet sich von *grünen* oder *greinen* (= weinen) ab. Dies bezieht sich vermutlich auf die Tränen der Büsser, die in alter christlicher Tradition an diesem Tage wieder in die Kirchengemeinschaft aufgenommen wurden. Seit dem 12. Jahrhundert wird am Gründonnerstag an das heilige Abendmahl, das Jesus mit seinen Jüngern am Vorabend seiner Kreuzigung einnahm, erinnert.

Internationale Tage

Mai

- 3. Welttag der Pressefreiheit
- 8. / 9. Tage des Gedenkens und der Versöhnung für die Opfer des Zweiten Weltkrieges
- 15. Internationaler Tag der Familie
- 17. Weltfernmeldetag und Welttag der Informationsgesellschaft
- 21. Welttag der kulturellen Vielfalt für Dialog und Entwicklung
- 29. Internationaler Tag der Friedenssicherungskräfte der Vereinten Nationen
- 31. Weltnichtrauchertag

Juni

- 1. Weltelterntag
- 4. Intern. Tag der Kinder, die unschuldig zu Aggressionsopfern geworden sind
- 5. Weltumweltag
- 8. Welttag der Ozeane
- 12. Internationaler Tag gegen Kinderarbeit (ILO)
- 14. Weltblutspendetag
- 15. Welttag gegen die Misshandlung älterer Menschen
- 17. Welttag für die Bekämpfung von Wüstenbildung und Dürre
- 19. Internationaler Tag für die Beseitigung sexueller Gewalt in Konflikten
- 20. Weltflüchtlingstag
- 26. Internationaler Tag gegen Drogenmissbrauch und unerlaubte Suchtstoffverkehr
- 26. Internationaler Tag der UN zur Unterstützung der Opfer der Folter

Teilzeit-Vegetarier für oder besser gegen den Klimawandel

Es muss nicht jeden Tag Fleisch auf den Tisch kommen, dies ist erwiesenermaßen auch nicht gesund. Rinder verursachen eine enorme Menge ozonschädigender Gase und ihre Aufzucht verlangt viele Ressourcen, die anders besser angelegt wären. Auch viele Bodybuilder, von denen man es nicht erwarten würde, sind Teilzeitvegetarier oder sogar komplette Vegetarier. Eiweiß kann man sich auch durch diverse andere Nahrungsmittel zuführen. Da seien Käse, Milch,

Tofu und Soja nur am Rande erwähnt. Also einfach mal die Plastiktüte weglassen und das Gleiche macht man mit dem Fleisch. Dann ist man im ganz Kleinen schon ein großer Klimaretter. Wenn dies alle tun würden und nicht denken, es passiert sowieso nichts, wird aus dem kleinen Schritt, der für jeden machbar ist, ein großer gegen den Klimawandel und für den Umweltschutz.

HH

Kaffeebecher Müll Müll Müll

Die Betreiber von Coffee-to-go-Getränken lassen uns glauben, ihre Pappbecher seien für die Umwelt kein Problem, da sie aus Pappe bestehen und somit recyclebar sind. Das ist leider nicht ganz richtig. Denn die Einmalbecher werden in erster Linie aus Papierfasern hergestellt, die Neumaterial erfordern, sprich: gefällte Bäume.

Was glaubt ihr, wie viele Wegwerfbecher pro Tag in Deutschland verbraucht werden:

**32.000,
212.000 oder
320.000 Stück?**

Die Antwort findet ihr auf Seite 21

Quelle: Mopo, 29.2.2016

Außerdem schmeckt ein Kaffee auch viel besser, wenn man ihn gemütlich in einem Café genießen kann. Für diejenigen, die sich das nicht leisten können oder wollen, gibt es in einigen Cafés die sogenannten Aufgeschobenen. Dabei bestellt ein Gast einen Kaffee für sich und einen zum Aufschieben. Diesen aufgeschobenen Kaffee trinkt der Gast aber nicht selbst, sondern er wird dann an einen anderen Besucher kostenlos ausgeschenkt. Im Café Brot und Stulle in der Rindermarkthalle steht im Verkaufsbereich eine kleine Tafel, auf der die Anzahl der aufgeschobenen Kaffees angezeigt wird. Sicher gibt es auch noch andere Cafés in Hamburg, die sich an dieser Aktion beteiligen.

Frühlingsboten

Gedicht in Prosa

Vor dem Verlagsgebäude von Gruner & Jahr sprießen in jedem Vorfrühling auf der vom Winter arg ramponierten Wiese frische grüne Triebe. Narzissen oder Osterglocken, so genau kenne ich mich da nicht aus. Das ist an sich nichts Ungewöhnliches. Aber die Blumenzwiebeln sind da nicht einfach so von jemandem in die Erde gesetzt worden. Sie bilden ein Herz. Sie sind ein Gruß. Eine Liebeserklärung.

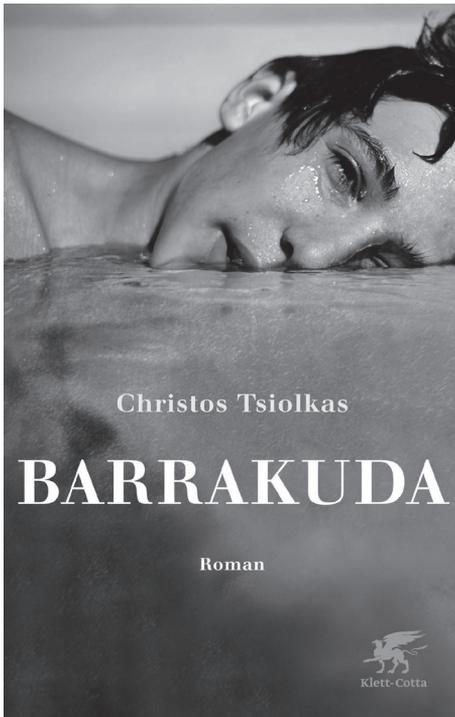
Ich stelle mir vor, wie jemand im dritten oder vierten Stock im Bürohaus aus Alu und Glas vor dem Bildschirm sitzt, einen Artikel über den Krieg in Syrien, über Schlankeitsprodukte oder den anstehenden amerikanischen Wahlkampf schreibt, der Verzweiflung nahe. Doch dann tritt dieser Mensch ans Fenster und schaut auf das Blumenherz auf der Wiese. Das macht die Artikel nicht erfreulicher, wärmt aber die Seele, macht Hoffnung.

Das Blumenherz wird von Jahr zu Jahr unvollständiger. Manch Zwiebel ist verfault, manch eine wurde von einem Hund aus dem Erdreich gescharrt. Aber das Herz ist noch immer zu erkennen. Und wer es vom dritten oder vierten Stock des Verlagshauses von Gruner & Jahr aus betrachtet, weiß: da gibt es jemanden, der mich liebt oder einen anderen Menschen im Büro über unter neben mir.



Barrakuda

von Christos Tsiolkas



Ein Barrakuda erreicht eine Länge von bis zu zwei Metern, ist ein pfeilartig dahinschießender Raubfisch und ähnelt in seiner Erscheinung einem Hecht. „Barrakuda!“ – so wird der junge Schwimmer Danny von seinen Mitschülern umjubelt, nachdem er seinen ersten Wettkampf gewonnen hat. Danny wird in dem Roman auf 460 Seiten begleitet, beginnend vor seiner Pubertät mit seinem Wechsel auf ein College, wo sein Schwimm Talent gefördert werden soll. Dannys Element ist das Wasser. In der Verschmelzung mit ihm erlebt er sich am intensivsten, seine ureigene Stärke. Durch mantra-ähnliche

Wiederholungen wird das wieder und wieder beschrieben. Seine Verbissenheit wird immer deutlicher, sein ans Wahnhafte grenzender Ehrgeiz. Durch Einschübe deutet sich schon früh an: Danny wird grandios scheitern.

Aber der (Anti-)Held des Romans wird nicht allein beim alles entscheidenden Wettkampf versagen. Er tut dies ebenso am College, deren besser situierte Mitschüler ihm stets ein Dorn im Auge sind, an seinem Trainer, der Dannys Stärken anders einschätzt als er selbst, an seinem Vater, an Australien, an seiner griechischen Herkunft, an Freunden ... Und hier scheitert auch der Autor Christos Tsiolkas. Denn er macht nicht klar, woher Dannys ständige Ablehnung kommt, schafft keinerlei Verständnis für seine latente Aggressivität. Seine Scham.

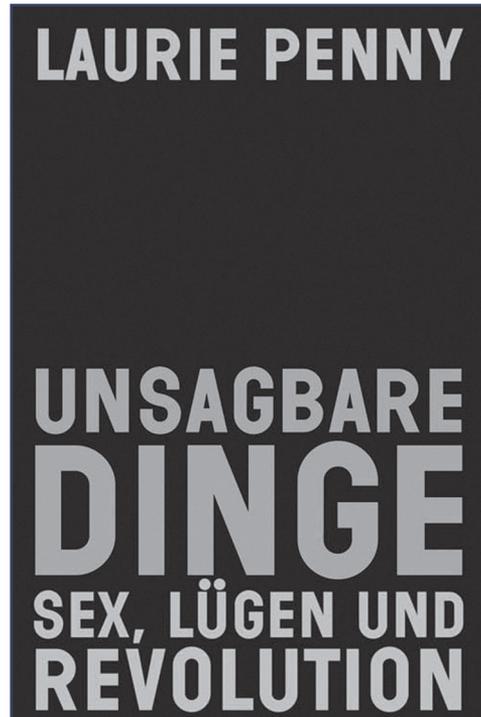
Barrakuda hätte ein eindrucksvoller Bericht über einen Ehrgeizling werden können, wenn es Tsiolkas gelungen wäre, sich auf den Schwimmer Danny zu konzentrieren. Stattdessen verzettelt er sich auf zu vielen Nebengleisen, ohne dass es ihm gelingt, seinem Protagonisten innerlich folgen zu können.

Jedoch ein großes Lob zum Schluss: selten habe ich eine so aufregende, bizarre und bewegende Schilderung von Erotik zwischen zwei Männern (im Knast) gelesen wie in Barrakuda! P.H.

Unsagbare Dinge Sex, Lügen und Revolution

Wir alle stecken in der patriarchalischen Zange: Frauen Männer Schwule Lesben Transgender und diejengen, die in keine Schablone passen. Für uns alle hat Laurie Penny ihr Manifest geschrieben. Das tut sie nicht unbedingt anhand eines roten Fadens, schließlich sind die Missstände, in denen wir leben, vielschichtig und nicht immer auf Anhieb zu erkennen. Außerdem hat Penny ja auch kein wissenschaftliches, sondern ein Sachbuch abliefern wollen. In schnodderiger, direkter und nicht politisch korrekter Sprache berichtet und erklärt sie anhand eigener Erfahrungen, wie wir ausge-trickst worden sind, denken und fühlen und oft selbst nicht einmal wissen, geschweige denn sagen können, was wir wollen wollen, ja: wollen wollen. Penny war als Jugendliche wegen Magersucht in der Psychiatrie; sie ist als junge Erwachsene vergewaltigt worden; sie ist auf Occupy-Camps den Opfern des Neoliberalismus begegnet und hat – ist das denn zu glauben?! – mit einem feministischen Pornostar gesprochen. Sie stellt viele Thesen in Frage, auch die mancher Feministin. So verurteilt Penny nicht grundsätzlich Pornografie oder Prostitution. Und wie sie das Wort „Schlampe“ deutet, bringt einfach Spaß; sie will die Bezeichnung für Frauen zurückerobern – allein schon deshalb, weil es die Unangepastheit, die Lebenslust und im positiven Sinne

Frauen, die nicht stereotyp attraktiv, jung und gesund sind, sagen oft, sie fühlen sich „unsichtbar.“



die Gier der Frau feiert. Pennys Manifest verstehe ich nicht als neue feministische Doktrin, bei der es mir als Mann kalt den Rücken herunterläuft, weil ich meine zweifelhaften Privilegien verlieren könnte. Im Gegenteil! Penny analysiert gründlich, gibt sich mit so genannten Wahrheiten nicht zufrieden, rüttelt an Regeln (des Anstandes, der Moral). In ihrem Buch geht es letzten Endes weder um Männlichkeit noch um Weiblichkeit. Es geht um Menschlichkeit Freiheit Selbstbestimmung, also um Gleichheit. P.H.

Neu bei Op de Wisch

Peter Mayer



Liebe Klienten,

hier eine kurze Vorstellung von mir. Von Haus aus habe ich einen Magisterabschluss in Erziehungswissenschaft. Im Bereich Eingliederungshilfe bin ich seit 2004 ununterbrochen tätig. Von 2004 - 2015 bei Hilfe und Pflege Pro Vita als Sozialpädagoge und Teamleiter des Bereiches Soziale Hilfen / Eingliederungshilfe, zuerst im Büro Alsenplatz 1 neben dem von Op-de-Wisch, Altona. Wir waren gewissermaßen Nachbarn gewesen so bis 2012. Danach zog Pro Vita in den Langenfelder Damm 73 nach Stelllingen um. Im März 2015 hat Pro Vita seine Aktivitäten in Hamburg ganz aufgegeben und an den ASH-Pflegeservice verkauft. Die wiederum haben die Abteilung Soziale Hilfen / Eingliederungshilfen zum Januar 2016 an Op de Wisch weitergegeben. Seit Januar 2016 bin ich

jetzt hier bei Op de Wisch wieder am Alsenplatz / Eimsbütteler Strasse 83 und ich fühle mich wohl. Vor 2004 habe ich im Bereich Altenpflege in Jenfeld gearbeitet, unter anderem in der Schwerstpflege und in der Sterbebegleitung. Ich hatte dort viele ältere Menschen mit teilweise noch bestehender schwerer Alkoholabhängigkeit betreut. Nach einer Zwischenstation als zeitlich befristete Kreativkraft für besondere Aufgaben in einem Hamburger Kindergarten bin ich dann zu Pro Vita gekommen.

Dort hatte ich vor meiner Festeinstellung als Honorarkraft das PPM-Konzept geschrieben und zusammen mit der Leitung aufgebaut. Hier möchte ich nochmals der stellvertretenden Geschäftsleitung Herrn Niels Walter für die lange und vertrauensvolle Zusammenarbeit danken.

Neu bei Op de Wisch

Angelika Müller



Hallo zusammen,

ich bin eines der neuen Gesichter bei Op de Wisch.

Seit 1. Januar 2016 gehöre ich zum Team Eimsbüttel und freue mich täglich auf die Herausforderungen des Lebens gemeinsam mit meinen Klienten/innen, die ich zum Glück vom ASH Pflegeservice mitbringen durfte. Neue Klienten/innen kenne ich aber auch schon.

1975 habe ich nach meinem Studium der Sozialpädagogik in München als stellvertretende Heimleiterin für „milieugeschädigte und umweltgefährdete Kinder“ in Hamburg Volksdorf gearbeitet. So was gab es tatsächlich mal. Ein Jahr wollte ich an der Elbe bleiben. Jetzt sind es einige mehr geworden. 1977 übernahm ich die Kindertagesstätte der evangelischen Kirche am Osdorfer Born. Und dann wurde 1992 in Hamburg der „Pädagogische Mittagstisch“ seitens der Schulbehörde ins Leben ge-

rufen ... Da wollte ich unbedingt mitmachen. Ich hatte das Glück, diesen in der Schule meiner beiden Söhne mit aufzubauen. Da gab es ordentlich zu tun mit Kindern, Eltern, Mitarbeitern, Lehrern/innen und Studenten. Es hat viel, viel Spaß gebracht, aber im Zuge der Ganztagschule wurde alles aufgelöst. Schade drum, aber auch eine Chance für mich etwas ganz Neues zu beginnen.

Und was soll ich sagen. Es macht mir sehr viel Freude, Menschen zu unterstützen und sie in ihrem Leben zu begleiten, wenn diese das wollen. Im Team Eimsbüttel bei meinen Kolleginnen und Kollegen fühle ich mich richtig gut aufgehoben und freue mich darauf unsere neue Begegnungsstätte in der Oberstraße gemeinsam mit Leben zu füllen.

Bis bald, vielleicht in der Oberstraße beim Kaffee?

Angelika Müller



Heidi Hamester



Liebe Leser, liebe Leserinnen,

ich möchte mich nach bereits einem Jahr Tätigkeit als Genesungsbegleiterin bei Op de Wisch Nord in der Zeitung vorstellen. Ich bin Heidi Hamester und seit 2008 Genesungsbegleiterin. Ich habe die einjährige Aus- und Fortbildung „Ex-In“ im UKE abgeschlossen (bedeutet: Erfahrungen weitergeben). Mein Beruf ist u.a. Erzieherin und Diplom-Sozialpädagogin. So arbeitete ich mit Migrantinnen und später mit Jugendlichen. Genesungsbegleiter sind Menschen, die selber Erfahrungen mit psychischen Erkrankungen haben. So kam ich dann zum Ex-In-Kurs. Ich möchte gerne meine Erfahrungen auf diesem Gebiet qualifiziert weitergeben. Nach der Ausbildung war ich dreieinviertel Jahre im Ev. Krankenhaus Alsterdorf als Peer-Beraterin tätig. In der Zeit habe ich dort zahlreiche Men-

schen beraten, was mir sehr viel Freude bereitete, und konnte die Ex-In-Ausbildung gut anwenden.

Bei Op de Wisch leite ich seit sieben Jahren mit einem Kollegen eine Recovery-Gruppe (Gesprächsgruppe, in der es um Genesung geht). Dort sind noch Plätze frei! Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen! Ich freue mich sehr, nun in einem größeren Umfang bei Op de Wisch tätig zu sein. So bin ich seit Februar 2015 auch in der Betreuung tätig.

Zur Information: Wir sind bereits vier Genesungsbegleiterinnen bei Op de Wisch. Und wir werden immer mehr!

Bei Fragen können Sie mich gerne montag- oder dienstagnachmittags ab 14.30 Uhr in Nord erreichen. Herzliche Grüße

Genesungsbegleiter-Sprechstunde ein neues Angebot

Seit Februar letzten Jahres gehören in allen Standorten von Op De Wisch – außer in Altona – Genesungsbegleiterinnen zu den jeweiligen Teams. GenesungsbegleiterInnen sind Personen, die in ihrem Leben selbst psychische Krisen erfahren und diese (weitgehend) bewältigt haben. Sie sind durch diese sowie deren Reflektion und Bearbeitung im Rahmen der EX-IN-Ausbildung zu Experten aus eigener Erfahrung geworden. Ihr Erfahrungswissen ermöglicht es ihnen, andere Personen in psychischen Krisen auf Augenhöhe auf ihrem Genesungsweg zu begleiten. GenesungsbegleiterInnen geben ein positives Beispiel, machen Mut und zeigen Wege aus der Ausweglosigkeit.

Seit Anfang 2016 führen die Genesungsbegleiterinnen Meike Paredes (Mitte), Heidi Hamester (Nord), Irmgard Ewers (Eimsbüttel) und Gabriele Morin Elias (Wandsbek) nun ebenfalls in ihren jeweiligen Standorten wöchentlich eine eigene „Genesungsbegleiter-Sprechstunde“ durch. Zu dieser können alle KlientInnen von Op De Wisch zusätzlich zu ihrer Bezugsbetreuung kommen. KlientInnen, die noch nicht bzw. nicht mehr von Op de Wisch betreut werden,

können ebenfalls bis zu fünf Termine mit den jeweiligen Genesungsbegleiterinnen vereinbaren.

Wenn auch Sie von dem Erfahrungsschatz der Genesungsbegleiterinnen von Op de Wisch profitieren wollen, dann kommen Sie doch in die jeweilige Sprechstunde und vereinbaren entweder mit der betreffenden Genesungsbegleiterin vorher selbst telefonisch einen Gesprächstermin oder melden sich über Ihre(n) BezugsbetreuerIn an. Die Zeiten der Sprechstunden und Kontaktdaten der Begleiterinnen sind wie folgt.

Mitte: Meike Paredes
freitags von 10:00 – 12:00 Uhr
Tel.: 0176 – 346 60 521

Nord: Heidi Hamester
dienstags von 14:30 – 16:30 Uhr
Tel.: 0170 – 452 05 37

Eimsbüttel: Irmgard Ewers
mittwochs von 10:00 – 12:00 Uhr
Tel.: 0176 – 501 60 516

Wandsbek: Gabriele Morin Elias
mittwochs von 10:00 – 12:00 Uhr
Tel.: 0176 348 19 080

laut ARD-Haushaltscheck vom 29.2.16 sogar 7,6 Mio. pro Tag.

320.000

Antwort:

Klientensprecher

Die Neuen

Ich stelle mich mal kurz vor. Mein Name ist Matthias Kutscher, bin ein waschechter Hamburger. Werde lieber Matze genannt statt Matthias, bin bei Op de Wisch seit 2011 und durchlaufe mehre Bezirke, sprich wohnhaft in Nord, betreut in Altona und meine Aktivitäten in Wandsbek. Zu meinen Hobbys gehören Tischtennis, Fahrrad Fahren und Schwimmen. Ich bedanke mich für euer zukünftiges Vertrauen und bin offen und zuvorkommend. Ich freue mich sehr, dass ich euch etwas Gutes tun kann. Falls ihr mich aufsuchen möchtet, bin ich mittwochs in der Tischtennisgruppe und donnerstags im offenen Treff in Wandsbek anzutreffen. Bis bald euer Matze

Hallo. Mein Name ist Ania Wilke. Ich bin 33 Jahre alt. Mein Weg bei Op de wisch begann 2012 auf der Wiese in Duvenstedt. Ich werde seit 2014 in Wandsbek betreut. Zu meinen Hobbys gehört alles, was mit Sport und Bewegung zu tun hat. Ihr könnt mich also regelmäßig am Dienstag in Duvenstedt bei den Pferden und mittwochs in Wandsbek beim Tischtennis antreffen. Ich bedanke mich

für euer Vertrauen und freue mich eure Anliegen, Lob und Kritik der Gesamtleitung näher bringen zu dürfen. Eure Ania

Hallo Leute ! Mein Name ist Till Ehrlich Ich wurde 1974 in Hamburg geboren und wohne im Bezirk Wandsbek. Viele kennen mich schon als Klientensprecher aus dem Vorjahr (ist ein Foto noch wichtig? Nein!). Ich wünsche mir eine gute Zeit mit dem neuen Klientensprecher-Team. MFG Till

Hier stelle ich mich vor. Mein Name ist Sinat Masoudi. Geboren bin ich in Teheran/Iran und seit 23 Jahren in Deutschland, davon etwa elf Jahre in Hamburg. Und seit vier Jahren bei Op de Wisch. Ich wohne im Bezirk Altona und werde in Eimsbüttel betreut. Zu meinen Hobbys gehören Schwimmen, Spazieren, Lesen und Nähen. Ich würde mich freuen, wenn ich euch mit meinem Engagement helfen kann. Eure Sinat

Die Vorstellung von Gabriel Schultz folgt voraussichtlich in der nächsten Ausgabe.

Altona/Eimsbüttel

Änderungen wegen Umzug des Büros Eimsbüttel bitte bei Teamleitungen erfragen!

Jhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
10:00	Wassergymnastik/Schwimmen Kaifu Bad Eigenanteil: 2,00€		Stabilisierungsgruppe	Offener Treff mit Frühstück Eigenbeitrag 1,50	Sozialberatung		Offenes Frühstück in Altona Orte: 1. Sonntag Insel ev. 2. Sonntag Pestalozzi 3. Sonntag HH-Brücke, 4. Sonntag Op. de wisch Eigenbeitrag: 1,50€
10:30	9-45-11:30						
11:00	Angebotsberatung						
11:30							
12:00							
12:30		Mittagessen im Flaks		Angebotsberatung	Kochen, Tanzen, Deutsch lernen		
13:00		Treff: Büro Eimsbüttel Str. 93 Kosten: 2,50€	Naturgruppe				
13:30							
14:00							
14:30					Wohn-&Sozialberatung		
15:00							
15:30							
16:00							
16:30	Gitarrengruppe		Sportspaß Eigenanteil 8,85/Monat 16:15-17:45		Puddingessen Immer Freitag den 13.	Spielenachmittag jeden 3. Samstag im Monat	Kulturgruppe sporadisch und kostenlos
17:00		Chaosgruppe		Frauen-schwimmen Eigenanteil 2,00€			
17:30	Kochen & Essen Eigenanteil: 1,50€	Handarbeitsgruppe					
18:00		Psychosoziale Beratung					
18:30							
19:00							
19:30							

Nord

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:30	Sozialberatung						
10:00							
10:30					Frühstück Eigenbeitrag 1,50		
11:00							
11:30							
12:00	Offener Treff			Angebotsberatung ohne Anmeldung			
12:30							
13:00			Sozialberatung				
13:30							
14:00						Verteilung Hamburger Tafel 13:30 - 14:20	
14:30							
15:00		Genesungsbeleiter- Sprechstunde	Angebotsberatung ohne Anmeldung		Kochgruppe		
15:30							
16:00							
16:30	Zeitungsgruppe						
17:00				Offener Treff			
17:30							
17:45	Recovery Gruppe alle 14 Tage						
18:00							
18:30							
19:00							
19:30							

Wandsbek

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
09:30	Sozialberatung					
10:00						
10:30				Genesungsbegleiter Sprechstunde	Frühstück Eigenanteil 1,50€	
11:00						
11:30						
12:00	Mittagstisch Eigenanteil 2€			Angebots- beratung		
12:30						
13:00						
13:30			Entspannungsgruppe			Beratung "Rund ums Geld"
14:00						
14:30			Angebotsberatung			
15:00	Aus-Tausch- Café			Sozialberatung		
15:30						
16:00			Literaturgruppe am 2ten Dienstag im Monat	Tischtennis	Offener Treff	
16:30			Debattier-Club am 4ten Dienstag im Monat			
17:00		Afrikanisches Flüchtlings- projekt				
17:30						
18:00						
18:30						
19:00						
19:30						

Mitte

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:00	Angebotsberatung						
09:30							
10:00							
10:30				Offenes Frühstück	Genesungsbegleiter-Sprechstunde		Frühstück, jeden 2. Sonntag im Monat, Eigenanteil 1,50€
11:00							
11:30							
12:00			Frauengruppe	Psychosoziale Beratung	Mittagstisch "selbstgekocht" Eigenbeitrag: 2,50€		
12:30							
13:00	Offener Treff	Angebotsberatung		Kreativgruppe, jeden 1. Donnerstag im Monat			
13:30							
14:00							
14:30		Flüchtlingsprojekt Persisch/Afghanisch		Persisch/Afghanische Gruppe			
15:00							
15:30			Afrikanische Gruppe	Persisch/Afghanische Gruppe			
16:00							
16:30	Bewegung & Entspannung	Offener Treff					
17:00							
17:30							
18:00							
18:30							

Klientensprecher

Funktion und Aufgaben

„In seinen Einrichtungen verpflichtet sich der Verein zu selbstverständlicher Beteiligung der in diesen Projekten Lebenden oder durch sie versorgten Menschen.“ (Vereinsatzung Op de Wisch, Präambel) Die Klientensprecher sind sogenannte kooptierte, das bedeutet ergänzende Mitglieder von Op de Wisch e.V und werden laut dessen Satzung von den Klienten aus deren Mitte gewählt. Auf den Mitgliederversammlungen des Vereins verfügen sie über jeweils eine Stimme. **Die Klientensprecher sollen bei Bedarf Vermittler sein zwischen Klienten und den Mitarbeitern bzw. der Leistungsebene von Op de Wisch.**

- Ansprechpartner für die Klienten, wenn es um Fragen, Missverständnisse und Probleme im Betreuungsverhältnis hier bei Op de Wisch geht, sei es in der Einzelbetreuung oder in Gruppen
 - auf Wunsch Anbahnung von Gesprächen zwischen Klient und Betreuung/Teamleitung, auch Begleitung dabei
 - Weiterleitung von Anregungen und Wünsche, aber auch von Kritik an die Leitungsebene
- Was die Klientensprecher nicht sein können, sind Seelsorger und Krisenhelfer, auch hier können sie nur vermittelnd eingreifend tätig werden!!

„Instrumente“ bei der Tätigkeit als Klientensprecher:

- monatlicher Gesprächstermin mit dem geschäftsführenden Vorstand (Gesamtleitung) und einem Mitglied des Aufsichtsrats und der pädagogischen Leitung.
 - „Diensthandy“ und offizielle email-Adresse: klientensprecher@opdewisch.de .
 - gelegentliche Anwesenheit (nach vorheriger Absprache) bei Team-Dienstbesprechungen.
 - gelegentliche Anwesenheit in den offenen Büros/anderen offenen Angeboten und den Gruppen, um möglichst vielen Klienten die Chance zu geben, die Klientensprecher kennenzulernen und persönlich anzusprechen (KlientensprecherKlönSchnack).
 - Mitarbeit bei „Einblicke – Ausblicke“ oder gelegentliche Rückmeldung an die Zeitung, ob es Neuigkeiten für die Klienten gibt bzw. ob man etwas über der Zeitung ansprechen sollte.
 - einmal im Jahr die Klienten-Vollversammlung (inkl. Jahresbericht, Vor- und ein bisschen Nachbereitung, vor allem im Rahmen der Termine mit der Gesamtleitung/Aufsichtsrat/Pädagogische Leitung).
 - Teilnahme an den Mitgliederversammlungen von Op de Wisch e.V inklusive Vorstandswahlen/Aufsichtsratswahl.
- Wichtig: Je besser die Klientensprecher sich untereinander abstimmen und zusammenarbeiten, umso weniger Anforderung entfällt auf jeden einzelnen.

Klientensprecherbericht

für den Zeitraum 09.05.2015 bis 06.02.2016

Als Klientensprecher wurden Simone Winkens, Saidu B. Kunniya und Till Ehrich am 09.05.2015 gewählt. Die Klientensprechersitzungen fanden meistens einmal im Monat mit Frau Dussmann und Herrn Zart statt (Öfter konnte keine Sitzung stattfinden. Grund war die Suche nach einer neuen Gesamtleitung). Teilnahme an der Vereinsmitgliederversammlung durch Simone Winkens und Till Ehrich.

Erschwernis in der Klientensprechertätigkeit:

- von Anfang an konnte Saidu B. Kunniya aus persönlichen Gründen leider nicht die Klientensprechertätigkeit ausüben.
- das frühe Ausscheiden von Simone Winkens (Rückkehr in die Arbeitswelt)

Änderungen bei Op de Wisch

- ab August 2015 ist Frau Ute Peters Gesamtleitung. Zuvor leitete Herr Jörg Zart Op de Wisch kommissarisch. Jetzt ist er pädagogischer Leiter und Stellvertreter der Gesamtleitung.
 - Satzungsänderung
- Ab Oktober 2015 hat Op de Wisch e. V. einen Aufsichtsrat. Der Aufsichtsrat besteht aus fünf Personen (Katja Dussmann, Reiner Ott, Monika Ahrens, Dennis Michalke und Heide Vogt)
- Frau Ute Peters bildet jetzt den geschäftsführenden Vorstand.
 - Ab sofort können 3-5 statt wie bisher

3 Klientensprecher bei der Klientenvollversammlung gewählt werden.

Besonders war in den Standorten Wandsbek

- Sommerfest mit Grillen im Hinterhof
- Tischtennisgruppe (Super Angebot!!!); Debattierclub (wird gut genutzt)
- Hansaparkfahrt (Super Angebot für Groß und Klein)
- Weihnachtsfeier (Stimmung gut, Essen hätte besser sein können)
- Afrikanisches Trommeln mit Mandy Ubben in Zusammenarbeit mit GOSA e.V. (Top Angebot)
- Bildergalerie der Betreuer wurde eingerichtet.

Reitanlage in Duvenstedt

- Afrikatag (Stimmung unter den Besuchern war positiv)
- Und weitere gute Angebote, durch die kreative und ideenreiche Arbeit von Gudrun Sailer-Maas und ihrem Reitanlagenteam (weiter so!!!)

Nord

- Verteilung Hamburger Tafel/Kochgruppe (Angebot ist super, weiter so)
- Frühstück am Donnerstag (gut genutzt!)
- Chaosgruppe (TN nutzen sie gern)
- Sommerfest an der Alster mit anderen Trägern aus Nord (tolle Zusammenarbeit. Bessere Wegbeschreibung wäre gut gewesen)
- Keksebacken im Advent (lustige Stimmung)

Leider fielen viele Angebote aus. (Informationen wurden aber ins Fenster gehängt, dies ist lobenswert.)

Mitte

- Afrikanisches/Persisches Frühlingsneujahrsfest mit Büffet (Stimmung war gut)
- Herbstfest mit Tauschflohmärkte (super tolle Veranstaltung)
- Ausflug nach Lüneburg (war gut)
- Mittagstisch „selbst gekocht“ (gutes Angebot)
- Heiligabend (war gut besucht)
- Silvesterparty (Kinder fanden es super)

Altona/Eimsbüttel

- Wohn- und Sozialberatung (sehr hilfreich)
- Sonntagsfrühstück (nette Stimmung)
- Pudding kochen am Freitag, den 13ten. (Kinder nutzen dieses Angebot gerne)
- Spielenachmittag (super Angebot)

Sonstiges

- Offener Treff in allen Standorten wird genutzt!
- Klientenzeitung „Einblicke – Ausblicke“: Die Klienten und Op-de-Wisch-Mitarbeiter finden die Zeitung gut; Verbesserungsvorschlag: mehr Information über Op de Wisch und Angebote von Kooperationspartnern
- Die Klienten lobten das Weihnachtsgeschenk von Op de Wisch – der Becher „Op de Wisch“ war super ... Danke!

Kontaktaufnahme mit den Klientensprechern

Klientensprecher-Klönnschnack

Unser Klientensprecherangebot wurde genutzt. Wandsbek, Nord, Mitte boten eine vergleichbare Form vom Offenen Treff an, dieses machte das Ausrichten besser möglich als in Altona/Eimsbüttel.

Nutzung Telefon und E-Mail

Das Telefon war nicht erreichbar. Grund war: Das Gesprächsguthaben des Klientensprechertelefons war abgelaufen und Simone Winkens wollte es aufladen lassen, passierte leider nicht! Vor der Panne wurde das Telefon von Klienten gut genutzt. – Der E-Mail-Verkehr lag in den Händen von Simone Winkens.

Klientensprecher-Briefkasten

Sie sollten gut erkennbar sein (wie die Betriebsratsbriefkästen bei Op de Wisch)

Sonstiges

Negatives: Manche Betreuer und Mitarbeiter sind unterschiedlich gut oder auch schlecht informiert über ASP, Selbstzahler, Persönliches Budget, Abrechnungsform, Abrechnungsbögen (u.a. zeitnahe Abgabe der Stunden-Abrechnungszettel durch die Betreuer an die Verwaltung wäre wünschenswert!).



Vorschläge und Ideen der Klienten

- Urlaubsreise
- Kicker (Tischfußball) für Wandsbek
- Nordic Walking Gruppe; Männergruppe
- Klientensprecher für Klienten mit ausländischem Hintergrund
- mehr Frauen in der Klientensprecher-tätigkeit (zur Info: Op de Wisch hat zur Zeit mehr Frauen als Männer in der Betreuung).

Wünsche und Ideen der Klientensprecher

- Weitere starke Einbindung der Klientensprecher auf Gesamt- und Teamebene, mehr Rückmeldungen
- Mehr Platz für Klientensprecher-Informationen

Informationen auf der Pinwand in den Standorten von Op de Wisch

- Bessere Zusammenarbeit der Klientensprecher untereinander, Absprachen und Aufgabenverteilung
- Mehr Telefone (Handys)
- Op de Wisch sollte die Klienten besser über Klientenvertretung informieren. Klientensprecher-Visitenkarten und Klientensprecher-Flyer wären eine Idee.

Der Klientensprecherbericht wurde von Till Ehrich erstellt und beruht auf eigenen Beobachtungen und auf Gesprächen mit Klienten über ihre Erfahrungen bei Op de Wisch e. V.

Neu bei Op de Wisch Helge Thölen

„Der Wahnsinn ist ein Zustand des menschlichen Geistes – die Vernunft ein anderer. Um sich zivilisiert nennen zu können, müsste eine Gesellschaft den Wahnsinn also genauso akzeptieren wie die Vernunft, stattdessen wird eine Wissenschaft beauftragt, den Wahnsinn als Krankheit zu definieren, mit dem Ziel, ihn zu beseitigen. Daraus schöpft das Irrenhaus seine Daseinsberechtigung.“ Franco Basaglia

Cari amici, liebe FreundeInnen von Op de Wisch,

ja – ich gestehe – bei manchen Aufgaben neige ich zur „Schieberitis“ – und etwas über mich selbst schreiben im Rahmen einer Vorstellung fällt mir in etwa gleich schwer wie auf Photos natürlich zu lachen (Redakteur Peter kann ein Lied da-

von singen) – aber nachdem die „Einblicke – Ausblicke“-Redaktion mittlerweile dazu übergegangen ist, mich schriftlich an „meinen“ Text zu erinnern, muss das „Schieben“ halt beendet werden.

Wie so oft im Leben braucht es Impulse von außen, um etwas in Bewegung zu bringen – und so habe ich auch bei die-



sen Zeilen auf den richtigen Impuls, die Inspiration gewartet ... sollen sie doch in der Kürze sowohl informativ als auch unterhaltsam sein.

Seit dem 1. Januar bin ich als Teamleiter für Eimsbüttel tätig. Davor habe ich neben einem Semester Agrarökonomie (lange ist es her), einer Ausbildung zum Krankenpfleger mit anschließender Beschäftigung in nahezu allen Bereichen, die das klinische und ambulante „Gesundheits“-System so hergibt, irgendwann den Weg in die Psychiatrie gefunden – zum damaligen Zeitpunkt nicht freiwillig, sondern weil meine Station der Inneren Medizin der ökonomischen Situation der kommunalen Kliniken Bremens zum „Opfer“ gefallen ist – aber: Dieser Wechselimpuls hat viel – ich korrigiere:

Alles! – in meinem Leben in Bewegung gebracht.

Meine berufliche Sozialisation, meine Geschichte „Psychiatrie & Ich“ ist mittlerweile so umfangreich, dass die chronologischen Details meines Werdeganges an dieser Stelle den Rahmen sprengen würden – stehe aber jedem, den es interessiert, gerne im persönlichen Gespräch zur Verfügung.

Was waren nun die Impulse, die bei mir zur Veränderung und Festigung meiner humanistischen Haltung – gerade im psychiatrischen Kontext geführt haben? Ich hatte das große Glück in Bremen auf Zeitzeugen zu treffen, die als Betroffene – sowohl aus Beruf als auch aus Erfahrung – das Kloster Blankenburg als der damaligen Langzeiteinrichtung (und „Langzeit“ meinte zu dieser Zeit tatsächlich eine Unterbringung über Jahre, Jahrzehnte, ein Leben lang ... unter menschenunwürdigen Verhältnissen) der Bremer Psychiatrie erlebt hatten und aktiv an dessen Auflösung Ende der 80er Jahre mitgewirkt haben. Aus diesen Begegnungen resultierte die Fragestellung, die mich seit dem nicht mehr losgelassen hat: Was kann Psychiatrie und was darf Psychiatrie auf gar keinen Fall (mehr?) sein/tun?

Diese Frage, die auch einer Suche nach „anderen“ Wegen gleichkommt, führte mich von ersten humanistischen über an-

tipsyhiatrische Ideen hin zu der gelebten Praxis der italienischen Psychiatrie eines Franco Basaglias – und dort habe ich meine „geistige Haltungs“-Heimat gefunden – eine Haltung, die die derzeitige Entwicklung der Psychiatrie-Landschaft mit einer gewissen Sorge betrachtet. Zum einen ist die Psychiatrie sehr kreativ im „Erfinden“ von Krankheiten – oft ohne sich bewusst zu machen, welche Auswirkungen dies auf sämtliche Lebensbereiche eines einmal mit einer vermeintlichen psychiatrischen Diagnose „behafteten“ Menschen haben kann. Zum anderen resultieren aus der Reduzierung der sog. psychischen Störungen auf hirnorganische Prozesse medizinische Behandlungsmethoden, die von Recovery- und Empowerment-Ansätzen, vom Verständnis, dass es trotz Krankheit durchaus möglich ist, ein selbstbestimmtes Leben zu führen, die einfach aushalten, dass „es normal ist, verschieden zu sein“ MEILENWEIT ENTFERNT SIND!

Aus diesem Grund habe ich konsequenterweise nach einer Tätigkeit in meinem Beruf – ich bin Fachpfleger für Psychiatrie, weitergebildet als Stationsleitung, Dozent für psychiatrische Pflege – Ausschau gehalten, die meinen inhaltlichen Ansprüchen sehr nahe kommt – und die Wahl fiel nach einer bundesweiten Suche (für Italien reichen meine Sprachkenntnisse noch nicht aus) auf Op de Wisch

– und die Wahl für die Stelle des Teamleiters in Eimsbüttel fiel von Seiten der Op-de-Wisch-Verantwortlichen auf mich – so etwas bezeichnet mensch neudeutsch wohl als „Win-win-Situation“ (heftiges Augenzwinkern an dieser Stelle).

Nach dem ersten viertel Jahr in Hamburg und bei Op de Wisch habe ich meinen Entschluss nicht bereut – würde sogar feststellen, dass mein „Ankommen“ jetzt richtig Fahrt aufnimmt – und bin selbst stolz auf mich, dass es mir mittlerweile gelingt nicht mehr in „falsche“ U-Bahnen, S-Bahnen und Busse zu steigen ... und bin gespannt auf meinen ersten Sommer in Hamburg, der nach Aussagen von Op-de-Wisch-KollegenInnen so „wie in Italien sein soll“ – was ich noch nicht ganz glauben kann.

Eine ehemalige Arbeitskollegin aus Bremen hat mich mal mit den Worten charakterisiert: „Schräg – mit einem Hang zur Melancholie“ – das trifft es ganz gut ... ich selbst würde noch meine „Ungeduld“ an dieser Stelle ergänzen wollen – aber die gehört bei „suchenden“ Menschen einfach dazu ... oder um mit einem Zitat von Oscar Wilde zu enden: **„Am Ende wird alles gut – und ist es nicht gut, ist es noch nicht das Ende.“**

In diesem Sinne – ich freue mich auf euch! A presto – auf bald.

Helge Thoelen

„nichts über uns ohne uns“ Psychiatrie-Erfahrene forschen

„nothing about us without us“ – die Forderung „Nothing about us without us – nichts über uns ohne uns“ bringt als ein Motto der Behindertenrechtsbewegung zugleich eine zentrale Forderung wohl sämtlicher moderner Emanzipationsbewegungen zum Ausdruck: An der politischen Gestaltung und wissenschaftlichen Konzeptionalisierung der eigenen Angelegenheiten maßgeblich beteiligt zu sein. Diese Forderung hat ethische und politische aber auch wissenschaftstheoretische Relevanz: Wenn es gilt, den Rahmen gängiger Sichtweisen zu durchbrechen oder Tabuisiertes zum Thema zu machen, wird ein besonderer Erfahrungshintergrund zur besonderen Befähigung. „Betroffenheit“ kann sich als Kompetenz erweisen – wenn die Rahmenbedingungen ihr Einbringen zulassen. Die Beteiligung Psychiatrie-Erfahrener am wissenschaftlichen Diskurs über „Verrücktheit“ ist von besonderer Bedeutung. Wird doch Verrücktheit als die Abwesenheit von Rationalität und Nachvollziehbarkeit, also von zentralen Merkmalen von Wissenschaftlichkeit, definiert. In Deutschland jedoch sind unter Offenlegung ihrer Psychiatrie-Erfahrung Forschende eine Seltenheit, die wenigen Akteurinnen und Akteure handeln aus marginalisierten und prekären Positionen. Das Hamburger EmpErie-Projekt unterstützt partizipative und betroffenen-kontrollierte Forschung in diesem Feld, gefördert aus Mitteln

der Hamburger Stiftung zur Förderung von Wissenschaft und Kultur. In diesem Rahmen eröffnet die Ringvorlesung im Sommersemester 2016 einen breiten Blick auf theoretische Aspekte der Forderung „nothing about us without us“ in wissenschaftlichen Diskursen und stellt historische Beispiele zur Diskussion. Im Wintersemester 2016/2017 wird es um Forschung und Psychiatrie-Erfahrung gehen.

Daniela Steinke



Anna Mrovka †

Kontakt: Arbeitsstelle für wissenschaftliche Weiterbildung, Schlüterstr. 51, 20146 Hamburg, Tel.: 040 42838-9714, Fax: 040 42838-9720, E-Mail: av@aww.uni-hamburg.de



Bild: Thomas K.

Die aktuelle Hamburger Gesundheitspolitik

Es gibt keine Missstände ...

... in der Hamburger Psychiatrie; wir hatten lediglich suboptimale Bedingungen auf einzelnen Stationen. (Senatorin Cornelia Prüfer-Storcks im Gesundheitsausschuss)

Der aktuelle Bericht der Aufsichtskommission über Hilfen und Schutzmaßnahmen bei psychischen Erkrankungen in Hamburg wurde im Herbst 2014 dem Senat überreicht. Dieser veröffentlichte den Bericht aber erst am 22.12.2015. Ein Skandal oder gesetzeskonforme Vorgänge? Meinungsbildung bleibt jedem selbst überlassen...

Aus dem Wortprotokoll der Öffentlichen Sitzung des Gesundheitsausschusses am 25.02.2016, Nr.21/8, S.25, 26:

Abgeordneter Dr. Wieland Schinnenburg (FDP): „Ich bin ganz optimistisch in dem Punkt. Vielen Dank, Frau Vorsitzende. Frau Senatorin, nun haben wir gerade von Ihnen gehört, dass Sie, wenn die Aufsichtskommission Einrichtungen besucht, ad hoc, also sehr kurzfristig einen Bericht über den jeweiligen Besuch bekommen. Mit anderen Worten haben Sie also von den Missständen, die in dem Bericht drinstehen, nicht erst im September oder Oktober 2014 erfahren, sondern allerspätestens im Dezember 2013, weil dann ja logischerweise der letzte dieser Besuche war. Einige Besuche sogar viel eher, die waren schon 2012 wahrscheinlich. Der Bericht ist ja über 2012/2013. Dann frage ich mich natürlich umso mehr, warum, wenn Sie den Bericht im Jahr 2012 oder 2013 bekommen haben, nämlich noch viel eher, dass die Frist der Nicht-Reaktion und somit der Nicht-Information der Bürgerschaft ja dann noch wesentlich länger ist, nämlich nicht 15 Monate, sondern, ja, 24 Monate oder mehr ...“

Abgeordnete Sylvia Wowretzko (SPD): „Herr Schinnenburg, ich bin etwas irritiert ob Ihrer Schärfe. Ich weiß, dass es Aufgabe der Opposition ist, die Dinge kritisch zu beobachten und auch das eine und das andere Haar in der Suppe zu finden, aber gleichwohl finde ich, ist es nicht, also dieser Bericht wirklich nicht geeignet zur Legendenbildung. Weil, wenn Sie sich die anderen Verläufe angeguckt hätten, in welchen Zeiträumen Berichte das Parlament erreicht haben, dann ist da gar kein Unterschied. Und das, was Sie versuchen, hier zu skizzieren beziehungsweise darzustellen, ist aus meiner Sicht nicht zutreffend.“

(**Abg. Dr. Wieland Schinnenburg:** „Ich habe Fragen gestellt!“)

weiter auf S. 36

Senatorin Prüfer-Storcks: „Ja, also zunächst einmal, Herr Schinnenburg, es ist ganz genau im Gesetz festgelegt, wie die Bürgerschaft informiert wird, nämlich alle zwei Jahre durch einen zusammenhängenden Bericht der Aufsichtskommission, der eine Stellungnahme des Senats beinhaltet. Und das ist auch erfolgt. Es erfolgt keine Mitteilung an die Bürgerschaft über jeden einzelnen Bericht der Aufsichtskommission an die Behörde. Aber gleichwohl nehmen wir natürlich diese Berichte zur Kenntnis und reagieren auch. Und Sie sehen ja an der Umsetzung von Baumaßnahmen, an krankenhausplanerischen Entscheidungen, dass das auch zügig passiert ist, sonst könnten wir heute nicht darüber berichten, dass bereits Stationen eröffnet wurden, Einrichtungen eröffnet werden oder wurden, Stationen umgebaut wurden, zusätzliche Plätze geschaffen wurden und so weiter. Insofern tun wir das, was unser Geschäft ist, nämlich wir gehen diesen Punkten nach.

Ich würde mich nicht Ihrer Bewertung anschließen, dass es sich hier um Missstände in der Psychiatrie handelt. Alle diese Punkte, die angesprochen wurden, die zum Beispiel dann auch bauliche Maßnahmen nach sich gezogen haben, sind suboptimale Bedingungen auf den einzelnen Stationen gewesen. Und das haben wir ja auch so anerkannt und haben dann auch dort Veränderungen eingeleitet. Aber ich glaube, das Wort Missstand ist zu hoch gegriffen für die Punkte, die hier angesprochen wurden. Und bei anderen Punkten habe ich ja unsere fachliche Auffassung, dass wir das eben zum Teil auch anders sehen ...“

Link zum Bericht der Aufsichtskommission:

<https://www.buergerschaft-hh.de/ParlDok/dokument/50950/18-zusammenfassender-bericht-der-aufsichtskommission-gem%C3%A4%C3%9F-%C2%A7-23-absatz-4-des-hamburgischen-gesetzes-%C3%BCber-hilfen-und-schutzma%C3%9Fnahmen-bei-psychischen.pdf>

Das vollständige Wortprotokoll der Sitzung des Gesundheitsausschusses: <https://www.buergerschaft-hh.de/ParlDok/dokument/51994/protokoll-wortprotokoll-der-%C3%B6ffentlichen-sitzung-des-gesundheitsausschusses.pdf>

„Gravierende Missstände in Hamburger Psychiatrien“, NDR, 04.02.2016

<http://www.ndr.de/nachrichten/hamburg/Gravierende-Missstaende-in-Hamburger-Psychiatrien,psychiatrien100.html>

A.E.

Linguine mit Pesto und grünem Spargel

Rezept für vier Personen

- 1 Bund Basilikum
- 50 g Pinienkerne
- 100 ml Olivenöl
- 2 TL Kürbiskernöl
- 1 Prise Salz
- 3 Zehen Knoblauch
- 1 Prise Muskatnuss
- 500 g Spargel, grün, frisch
- 1 Schalotte
- 2 TL Erdnussöl
- 1/2 TL Salz
- 2 Spritzer Zitronensaft
- 2 TL Schenkstroop (holländischer Zuckersirup), alternativ Honig
- 2 Prisen Pfeffer, frisch gemahlen
- 300 g Linguine



Zubereitung Pesto: Basilikumblätter abzupfen. Knoblauchzehen abpellen und in grobe Stücke schneiden. Pinienkerne ohne Fett in der Pfanne leicht anrösten. – Abgekühlte Pinienkerne, Basilikumblätter, Knoblauch mit einem Mixstab grob pürieren. Eine Prise Salz, 1 Spritzer Zitronensaft, 1 TL Schenkstroop dazugeben, mit Olivenöl anreichern, bis die Masse cremig ist, und fein pürieren. Danach etwas Kürbiskernöl, eine Prise Pfeffer und Muskatnuss dazugeben und vermischen. Ist die Mischung zu zäh, kann sie später mit etwas Kochwasser von der Linguine verdünnt werden.

Zubereitung Spargel: Spargel waschen, holzige Stellen abschneiden, im unteren Drittel etwas schälen und in zwei bis drei cm große Stücke schneiden. Schalotten klein hacken. Erdnussöl in der Pfanne mittel bis stark erhitzen. Die Schalotten leicht darin anbraten. Danach Spargel hinzufügen und 5 Min. unter stetigem Rühren auf mittlerer Hitze mitbraten. 1 TL Schenkstroop, 1 Spritzer Zitronensaft und eine Prise Salz und Pfeffer hinzufügen. 5 Min. braten lassen (mit Deckel), dann umrühren und in der Pfanne ohne Deckel bei mittlerer Temperatur noch einige Minuten weiter braten, bis der Spargel bissfest ist.

Zubereitung Nudeln:

Die Linguine al dente kochen, abgießen und mit dem Pesto vermischen. Den Spargel entweder unter die Nudeln mischen oder anbei servieren. – Die Kochgruppe Wandsbek wünscht guten Appetit!

Reitanlage

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
09:00					Einzelstunden Reiten Möglichkeit des offenen Treffs, Erfahrung zur Selbstwirksamkeit, Körperwahrnehmungsschulung	Soziale Integration mit Hilfe von Pferden, Schulung der Körperwahrnehmung
09:30						
10:00						
10:30						
11:00						
11:30						
12:00		Frühstück auf der Weide		UKE Jugendhilfe Kinder mit Pferden stark machen		
12:30						
13:00						
13:30						
14:00		Einzelstunden Reiten		Traumaarbeit mit Frauen mit Hilfe von Pferden		
14:30		Erfahrung zur Selbstwirksamkeit und Körperwahrnehmung				
15:00						
15:30						
16:00						
16:30						
17:00						
17:30						
18:00						



Die fleißigen Helfer nach ihrem Frühjahrsputz auf der Reitanlage in Duvenstedt.

Kummerkasten

Die Klientensprecher informieren

Liebe Klientenschaft!

Ab sofort sind in jeder Begegnungsstätte Kummerkästen installiert. Diese geben dir/Ihnen die Möglichkeit deine/Ihre Sorgen, Wünsche, Anregungen und Ideen an uns Klientensprecher zu richten. Deine/Ihre Mitteilungen sind Bausteine für die Mitbestimmung bei Op de Wisch. Wir Klientensprecher können dann besser die Anliegen mit Gesamtleitung und

Teamleitungen ansprechen. Und vielleicht werden die Anregungen dann von Op de Wisch umgesetzt.

Der Kummerkasten ist neben der email-Adresse und dem Klientensprecher-Telefon also eine Möglichkeit mit uns in Kontakt zu treten.

MFG, die Klientensprecher

Einweihung in Eimsbüttel

Die neue Begegnungsstätte

Einweihungsfeier der neuen Begegnungsstätte von Op de Wisch Eimsbüttel

Freitag, der 27. Mai 2016

13.00 Uhr – 18.00 Uhr

für Klienten und Klientinnen

Oberstraße 14b, 20144 Hamburg

Das Op-de-Wisch-Team Eimsbüttel freut sich auf Ihr Kommen!

Zeichensprache

Adieu ATW

Männer, die lange Stäbe mit sich führen, können hier im Stehen urinieren! Dieser Einladung konnte man über lange Zeit im Büro Alter Teichweg folgen. Doch ab Juli wird damit Schluss sein. Der Mietvertrag endet. Ob das Piktogramm von der Toilettenwand geschabt und auf dem WC der neuen Begegnungsstätte Nord installiert wird, stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest.



Kurzrezensionen

Mann, Sharpe, Fux und Hauptmann

Gerhard Hauptmann: Phantom – Hauptmann beschreibt in der Lebensbeichte des Ich-Erzählers Lorenz, wie der Anblick eines schönen Wesens sein Leben komplett aus der Bahn wirft. Um die Angebetete zu gewinnen, wird er in rasantem Tempo zum Hochstapler und Betrüger, schmeißt seinen Job, verliert komplett die Bodenhaftung und endet im Knast. Lorenz verfolgt nicht seinen Traum, sondern ein Phantom: ein auf nichts Reelles gegründetes Ziel, ein reines Hirngespinnst. Das Jahr 1900 in Breslau: die kleinen Leute werden ausgebeutet, in Hinterzimmern herrscht sexuelle Ausschweifung, im Finanzwesen rücksichtsloser Eigennutz. Standes-

Tommy Jaud: Einen Scheiß muss ich Ebenfalls einem bescheideneren Lebensstil widmet sich Tommy Jaud in seinem Ratgeberbuch „Einen Scheiß muss ich“. Aus eigener erlittener Erfahrung lässt er sich darüber aus, dass wir im Leben so viel müssen müssen: schlank sein, erfolgreich sein, gesund essen, aufräumen, Ziele haben, Sport treiben – er lässt kaum einen Lebensbereich aus und gibt offen zu, dass er diesen wohlmeinenden Ratschlägen sein bisheriges Leben lang unhinterfragt nachgeeifert ist. Ohne Erfolg. Wie bei Hauptmann führt ein Knastaufenthalt zu einer Wende beim Ich-Erzähler. Und mit einem Mal gelten all die Slogans nicht mehr. Tommy Jaud ist als Spaßautor bekannt und nimmt in der Rolle von Sean Brommel alles, wirk-

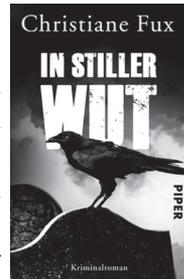
dunkel all überall. Lorenz gerät – dank Mithilfe seiner verblendeten Tante, einer Wucherin – in einen zerstörerischen Abwärtssog, verstrickt sich in Lügen, bis die Katastrophe nicht mehr aufzuhalten ist. Unterbrochen werden seine Erinnerungen von idyllischen Szenen der Bescheidenheit, in die er nach Verbüßung seiner Strafe zurückfindet dank der wahren Liebe von Marie, die nach Jesus Sirach 4,27 handelt: Scheue dich vor deinem Nächsten nicht bei seinem Falle. Phantom macht allen Gestrauchelten Mut und ist laut Klappentext ein Hohelied auf „reduzierte, aber gemäßigere Glücksmöglichkeiten.“

lich alles auf die Schippe, was uns Gesundheits-, Ernährungs-, Sport-, Ordnungs- ... Apostel ans Herz legen. Er argumentiert verquer, findet für die steilste These abstruse Beispiele („Aufräumen ist unhöflich“) und zieht abenteuerliche Schlussfolgerungen. Die Satire auf Ratgeberbücher entlarvt all die Appelle, denen wir durch Presse, TV, Gesundheitswesen etc. ausgesetzt sind und die unser schlechtes Gewissen zum Ziel haben. Das Buch ist ein Spaß, kurzweilig und amüsant bebildert. Seine Botschaft: nehmt das Leben nicht zu ernst, habt Spaß, seid ihr selbst.



Christiane Fux: In stiller Wut – Zwei Widerlinge sterben kurz nacheinander elendig an Tollwut mitten in Wilhelmsburg. Sie gehörten zu einem Trio, das während der Schulzeit keine Gelegenheit ausließ, sich über Schwächere in der Klasse lustig zu machen und sie aufs Übelste zu mobben. Auch im Erwachsenenleben, 17 Jahre nach dem Abi, sind sie Ekel geblieben. Schließlich verschwindet auch deren frühere Anführerin, eine aufstrebende Politikerin. Die Opfer von einst geraten unter Verdacht. Alle hätten ein Motiv für die späte grausame Rache. Ausgerechnet zwei ehemalige Mitschüler begeben sich auf Tätersuche: die türkischstämmige Polizisten, zurzeit durch

einen Gipsfuß eingeschränkt, und ein Bestatter. Fux bevölkert ihren Krimi mit schillernden Persönlichkeiten: einer superintelligenten Physikerin mit psychotischen Schüben, einer Ballettschülerin mit Anorexie, einem Gärtner mit Pigmentstörungen, der nachts als Travestiekünstler brilliert – um nur einige zu nennen. Ein bisschen weniger hätte der verwickelten Geschichte nicht geschadet. Der Krimi bleibt jedoch spannend bis zum Schluss und ist mit jeder Menge Hamburger Lokalkolorit unterlegt.



Thomas Mann: Bekenntnisse des Hochstaplers Felix Krull – Über die 300 dicht beschriebenen Seiten „der Memoiren erster Teil“ könnte, wer dazu in der Lage wäre, Bücher schreiben. Der Literatur-Nobelpreisträger Thomas Mann versetzt sich in die Position des jungen attraktiven Krull im ausgehenden 19ten Jahrhundert. Wer Einblicke in diese Zeit nehmen will anhand von Beschreibungen von Frankfurt, Paris und Lissabon, Zirkus- oder Stierkampfszenen und vor allem von Garderobe und Etikette der „besseren Gesellschaft“ und wer bis aufs Äußerste geschliffenen Sprachstil liebt, ist hier gut aufgehoben – und umso mehr, wer das aus der Perspektive eines Sonntagskindes, Träumers, Tagediebs, Drückebergers, Simulanten, Poseures

und Aufschneiders erzählt bekommen mag. Felix Krull ist für mich der Narzist schlechthin, der sich in den Reaktionen anderer sonnt. Er ist hochtrabend, berechnend und – für mein Gefühl – schrecklich einsam. Voll des Eigenlobs geht es für ihn und aus seiner Sicht im ersten Teil steil bergauf dank „geschmeidiger Artigkeit und gesellschaftlicher Formbeherrschung.“ P.H.



Gemeinsame Wege zur Gesundheit

Vorträge und Diskussionen

Harburger Dialog

25. Mai 2016, 19.00 - 20.30 Uhr: Einmal psychisch krank, immer psychisch krank?
Wie gehen Angehörige und Betroffene mit Vorurteilen um?

22. Juni 2016, 19.00 - 20.30 Uhr: Borderline – na und? Der normale Alltag!

Asklepios Klinik Harburg; Medienzentrum (Haus 1), Eißendorfer Pferdeweg 52

Borderline-Trialog

18. Mai 2016: Struktur: Wie bekomme ich eine Struktur, ohne in ein Loch zu fallen?
Wie motiviere ich mich selbst immer wieder?

15. Juni 2016: Medikamentöse Behandlung versus Selbstwirksamkeit – Brauchen alle Borderline-Betroffene Medikamente? Reicht eine Therapie aus? Was wirkt noch?

20. Juli 2016: Geschlechtsspezifische Unterschiede bei Borderline-Betroffenen

Zur Anthropologie von Gesundheit und Krankheit in der Psychiatrie

10. Mai 2016, 18:00 - 20:00: „Der sich und anderen fremd werdende Mensch“

Psychosen bedeuten oft ein Erleben von Befremdung für die Mitmenschen und eine Verfremdung der Welt für die Betroffenen (Alienation). Professionell Helfende müssen also Fachleute für derartige Zustände („Alienisten“) sein. Expertinnen aus Erfahrung haben hierbei einen deutlichen Vorsprung. Wir brauchen sie, um der Festbeschreibung der Entfremdung (Hospitalisierung) entgegen zu wirken. Prof. Dr. Uwe Gonther, Ameos-Klinik Bremen

7. Juni 2016: Psychose – Ringen um Selbstverständlichkeit. In Psychosen kann alles fremd werden. Oder alles scheint verbunden, als Spiegel der eigenen Person. In beiden Fällen geht die Selbstverständlichkeit verloren – im doppelten Sinn des Wortes: sich selbst zu verstehen und selbstverständlich auf der Welt zu sein. Selbstverständlichkeit im Umgang mit Psychosen ist aber nicht nur eine individuelle und familiäre, sondern auch eine fachliche und kulturelle Herausforderung. Prof. Dr. Thomas Bock

21. Juni 2016: Umgang mit Fremdheit und Vertrauen – bei sich und anderen

„Fremd ist der Fremde nur in der Fremde“ (Karl Valentin). Hat die Angst vor Fremden auch mit der Angst zu tun, sich selbst fremd zu werden? Nutzt die Offenheit für Fremde auch, sich selbst vollständiger wahrzunehmen? Wann hört das Fremde auf, fremd zu sein? Liegt die Grenze zum Anderssein eher in jedem selbst und nicht im Anderen? Das Fremde in uns und uns zu integrieren, anzuerkennen – ein Anfang für mehr Toleranz und Sensibilität? Teilnehmerinnen EXperienced-Involvement-Kurs 10 und Gyöngyver Sielaff

Hörsaal A, Uni-Hauptgebäude, Edmund-Siemers-Allee 1

Kleinanzeigen



Gerät zum Faxen und Kopieren gratis abzugeben. Stromkabel fehlt, ist aber leicht zu erhalten in Gebrauchtläden. Kontakt: Peter Houffouet (0176 571 49494)

Wenn ihr auch eine kostenfreie Kleinanzeige aufgeben möchtet, steckt sie in den Redaktionsbriefkasten im Büro Alter Teichweg oder schickt sie per E-Mail an redaktion@op-de-wisch.de. I der nächstmöglichen Ausgabe wird sie dann veröffentlicht. Euer Name wird nur abgedruckt, wenn ihr damit einverstanden seid.

Apropos

TTIP is hope – das sahen am 23. April auf der friedlichen Großdemo gegen das Freihandelsabkommen in Hannover Zehntausende anders. +++ Am 22. April verstarb im Alter von 57 Jahren der in Minneapolis geborene Ausnahmekünstler **Prince**. Zu seinen größten Hits zählen *Purple Rain*, *When Doves Cry*, *Kiss*. +++ In den USA soll erstmals das Portrait einer Schwarzen eine **Dollar-Note** zieren. Dabei handelt es sich um die ehemalige Sklavin und spätere Untergrundkämpferin Harriet Tubman (starb 1913), die ab 1850 in der Frauenbewegung engagiert war. +++ 1903 wurde am Dammtor als „Paradebahnhof“ für Staatsbesuche der **Dammtorbahnhof** eröffnet. Aber ist er wirklich ein Bahnhof? Nein! Da der Dammtorbahnhof keine Weichen mehr vorweist, wird er der Kategorie 2 zugerechnet und ist somit nur ein „Haltepunkt“.



Op de Wisch bietet an Entspannungsgruppe

Einmal komplett entspannen? – „Gerne, aber Progressive Muskelentspannung – das ist nichts für mich!“ – So dachte ich anfangs. Probiert habe ich es dennoch und bin seit fast zwei Jahren begeistert dabei! Einmal in der Woche treffen wir uns in einer kleinen Gruppe und beginnen zunächst mit leichten Übungen im Sitzen oder im Stehen. Anschließend baut jede ihr Lager aus Matten, Decken und Kissen oder nimmt sich einen Stuhl für die PME, durch die wir dann in kleinen oder großen Schritten geführt bzw. angeleitet werden. Dabei wird von der Stirn bis zu den Zehenspitzen der gesamte Körper durchgegangen. Es passiert immer mal wieder, dass jemand nicht abschalten kann; es kommt aber auch vor, dass jemand vor lauter Entspannung einschläft. Beides ist okay. Meistens herrscht nach der Gruppe große Zufriedenheit. Oft berichten TeilnehmerInnen, dass sie auch im Alltag von den Übungen profitieren.

Dennoch verlassen mitunter TeilnehmerInnen die Gruppe aus unterschiedlichen Gründen, so dass wir uns im Moment gerade wieder „Zuwachs“ wünschen, um weiter als Gruppe bestehen zu können.

Die Entspannungsgruppe findet dienstags von 13:30 - 15:00 Uhr in der Rüterstr. 71 statt. Interessierte wenden sich gerne an ihre BezugsbetreuerInnen oder direkt an Sabine Wagner 0151/52721912 oder Bettina Nebel 0170/452 05 18.

Claudia Schröder

Frühling

Jetzt sitzen wir hier immer noch mit dicken Socken und dickem Pullover an der Heizung und frieren.

Manch einer lauert auf ein Zeichen von Sonne, Wärme, Vogelgezwitscher und auf ein bisschen Frühling.

Vielleicht träumt einer auch von mehr: von Hitze, Sonne, Strand, dem Meer, von baden und schwimmen oder von Sonnenbrand und brauner Haut.

Mir würde schon der Frühling genügen, wenn alles erwacht und die Krokusse blühen und die ersten Vögel singen.

U.D.



Offene Sozialberatung

Seit über einem Jahr bietet Op de Wisch in den Begegnungsstätten Sozialberatung an. Und dieses nicht nur für Klienten, sondern für alle hilfeschuchenden Menschen aus der Nachbarschaft und dem Quartier.

Verschuldung, Wohnungsangelegenheiten, unklare „Hartz IV“-Berechnungen, komplizierte Behördenanschriften – eigentlich alle unserer Klienten kennen solche Probleme. Zwar handelt es sich bei dem Beratungsangebot nicht um eine Rechtsberatung, dennoch können unsere fachlich kompetenten MitarbeiterInnen in den meisten Fällen weiterhelfen und erste Orientierungsschwierigkeiten beheben. In besonders schwierigen Angelegenheiten kann an Experten verwiesen werden.

Altona	Do. 14:00 - 16:00,	Wohnungsangelegenheiten/Sozialberatung
Eimsbüttel	Fr. 10:00 - 12:00,	Sozialberatung
Mitte	Do. 12:00 - 14:00,	Sozialberatung
Nord	Mo. 9:30 - 11.30,	Sozialberatung
	Di. 12:30 - 14:30,	Sozialberatung
Wandsbek	Mo. 9:30 - 11:30,	Sozialberatung
	Do. 15:00 - 17:00,	Sozialberatung
	Fr. 13:30 - 15:30	„Rund ums Geld“

Montagsmaler

Lust auf Ausdruck mit Farben?

Dann sind Sie bei den Montagsmalern genau richtig!
Start: Montag, den 02.05.2016 von 10:30 - 13:00 Uhr

Wo: In der Begegnungsstätte Oberstr. 14 b

Wir freuen uns auf Sie!

Anmeldung bitte über Ihre/n BezugsbetreuerIn

Irma Ewers, Tel.: 0176 34833431

Sylvia Plewa, Tel.: 0151 17415794



Adressen und Telefonnummern

Op de Wisch

Regionalbüro Nord
Teamleitung: Anja Paul
Tel.: 040 / 600 88 34-33
Alter Teichweg 7–9
22081 Hamburg

Regionalbüro Wandsbek
Teamleitung: Gabi Schierstedt
Tel.: 040 / 675 871 370
Rüterstr. 71 (Hinterhof)
22041 Hamburg

Regionalbüro Altona
Teamleitung: Anna Beck
Tel.: 040 / 43 21 33 40
Eimsbüttler Str. 93–95
22255 Hamburg

Regionalbüro Mitte
Teamleitung: Anke Bamberger
Tel.: 040 / 88 30 67 67 0
Grootsruhe 2
20537 Hamburg

Team Eimsbüttel
Teamleitung: Helge Thoelen
Tel.: 040 / 600 88 34 50
& Op-de-Wisch-Verwaltung
Tel.: 040 / 600 88 34-00
Oberstr. 14b
20144 Hamburg

Reitanlage
Leitung: Gudrun Sailer-Maaß
Tel.: 0170 / 452 05 35
Suurwisch 1a
22397 Hamburg

www.op-de-wisch.de

Unsere Klientensprecher
Matthias Kutscher, Till Ehrlich
Anja Wilke, Gabriel Schultz
und Sinat Masoudi

Tel.: 0176 348 277 01
E-Mail: klientensprecher@op-de-wisch.de

040 / 600 88 34 30
die Notfallnummer für Klientinnen und Klienten

Unter dieser Nummer erreichen wir wochentags von 18 bis 7 Uhr und am Wochenende durchgehend (bis montags, 7 Uhr) in Krisensituationen Ansprechpartner, die mit unseren Anliegen vertraut sind. Unsere Bezugsbetreuer werden am folgenden Tag diskret informiert. Aber es wird auch niemand abgewiesen, der lieber anonym bleiben möchte.



ZU GUTER LETZT ...



**FRÜHJAHRSPUTZ!
AUCH IM MUSEUMSHAFEN
ÖVELGÖNNE WIRD KLARSCHIFF
GEMACHT**