



Infobrief  
Nr. 9

*...jedem  
Anfang wohnt  
ein Zauber inne...*

**S**chlaganfall  
**L**andesverband  
**N**iedersachsen e.V.



...jedem Anfang  
wohnt ein Zauber inne...

**Wie sieht unsere Zukunft aus?**

Die Welt wie wir sie kennen, löst sich ganz sicher nicht auf, aber sie verändert sich rasant. In erster Linie die Menschen. Die Klima-Debatte, die lange Zeit die Medien bestimmte, ist in den Hintergrund getreten. Überall ist nur noch von »Corona« zu hören und zu lesen. Ein Virus bestimmt den Lauf des Weltgeschehens und es verändert Sichtweisen.

Einfache Lösungen gibt es in Zeiten einer Pandemie nicht. Es gilt, besonnen zu handeln. Diese Zeit zeigt uns, dass ein Leben auch ohne Hast und Eile möglich ist. Was ein Virus kann, das sollten wir als Menschen doch wohl auch hinbekommen.

Klima-Hysterie ist ebenso wie eine Corona-Hysterie falsch. Bleibt dennoch in allen Situationen kritisch und besonnen. Seid euch eurer Verantwortung euch selbst und anderen gegenüber bewusst – so handelt ihr automatisch richtig. Bleibt gesund und das nicht nur in Corona-Zeiten.

# In dieser Ausgabe

## Entwicklungsphasen – eine persönliche Lage-Einschätzung

Gedanken zur Corona-Pandemie von Ullrich Weber ..... Seite 4

## »Jetzt geht's rund« sagte der Spatz und flog in den Ventilator

Bericht von Tischlermeister Jürgen Kehlenbeck..... Seite 9

**Nun war ich doch mal in New York** Reisebericht von Dietmar von Berlepsch ..... Seite 12

## Osnabrück ist kein »weißer Fleck« mehr

Vorstand des Schlaganfall Landesverbands Niedersachsen tagt in Osnabrück..... Seite 15

**Die »Corona-Zeit« – eine Herausforderung für alle** Christiane Boettcher ..... Seite 18

**Wann können Gruppentreffen wieder stattfinden?** ..... Seite 20

Wie ich den Corona-Shutdown erlebt habe:

**Nicht langweilig, wenn man sich zu helfen weiß** Gedanken von Brunhilde Irlé ..... Seite 21

## Mit offenem Ohr durchs Leben

Joachim Krohn – Ein Mann mit »Helfersyndrom« ..... Seite 23

## Gemeinsamer Ausflug nach Kutenholz zum Oktoberfest

Selbsthilfegruppe »Einschlag« Osterholz-Scharmbeck und Bremervörde ..... Seite 25

**Mitglieder werben Mitglieder** ..... Seite 26

**Impressum** ..... Seite 27

# Entwicklungsphasen – eine persönliche Lage-Einschätzung

Vielleicht ein Moment des Bewusstwerdens, dass nicht ausschließlich der Mensch es ist, dass wir es nicht sind, die den Gang der Welt und das Tempo, mit dem sie sich dreht, bestimmen. Da kommt ein Virus und gibt plötzlich den Takt vor. Oh, wie sind wir überrascht, allesamt, mal abgesehen von einigen Philosophen. Einer von ihnen, Lucius Annaeus Seneca (siehe Seite 8), merkte bereits 65 n. Chr. an, dass wir nicht zu wenig Zeit haben, sondern dass wir zu wenig Zeit nutzen. Für mich folgt daraus, dass wir in unserer Gesellschaft, die sich an fortlaufender Steigerung des Bruttosozialproduktes misst, viel zu häufig auf Ereignisse reagieren und versuchen, deren Folgen dann in den Griff zu bekommen, statt vorzusorgen. Unbestritten ist eine Virus-Pandemie etwas was uns alle

betrifft. Die Verbreitung des Virus über Tröpfcheninfektion (Infektion, bei der Krankheitserreger über feinste Speichel- oder Schleimtröpfchen beim Sprechen, Husten und Niesen übertragen werden) ist das eigentliche Problem. Eine explosionsartige Verbreitung würde unser Gesundheitssystem überfordern und vor eine unlösbare Aufgabe stellen. Dieses gilt es zu verhindern. Hierzu sind weitgehende Kontaktbeschränkungen, manchen zu weit gehende Kontaktbeschränkungen, verfügt worden. Bitte ihr Kritiker dieser Maßnahmen, denkt doch einmal nach: Was ist

unser aller Wunsch? Zu leben!  
Wie soll das möglich sein, wenn plötzlich ganze Krankenhäuser den Betrieb einstellen müssten, weil deren Personal selbst infiziert ist.  
Was macht es mit uns, wenn wir



diese Hygieneregeln beachten. Schränken wir uns dadurch über Gebühr ein? Sind wir nicht alle verantwortlich dafür, dass unsere Gesellschaft überlebt? Und, wollen wir deren Überleben vor dem Hintergrund von Covid-19 sichern, ist es ein Beitrag zu solidarischem Verhalten. Sind wir verantwortungsbewusst und stehen gemeinsam diese Zeit der Beschränkungen durch.

Auch angesichts der aktuellen Situation darf bei der Betrachtung nicht außer Acht gelassen werden, dass es Erkrankungen gibt, in deren Folge weitaus mehr Menschen versterben. Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind hier an erster Stelle zu nennen. Im Jahr 2017 waren 37 Prozent aller Sterbefälle darauf zurückzuführen. Wir als Schlaganfall-Betroffene wissen um diese Zahlen. Es gibt aber einen großen Unterschied: Ein Virus kann von einer zur anderen Person übertragen werden. Der Schlaganfall jedoch nicht. An diesem Punkt komme ich zu dem Zitat aus dem

Herrmann Hesse-Gedicht »Stufen« (siehe Seite 8):

***... und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,  
der uns beschützt und der uns hilft, zu leben ...***

Eine Folge der Pandemie, die uns und unsere Wirtschaft lähmte, wird sein, dass wir das ewige Höher, Schneller, Weiter eher einmal hinterfragen werden, weil wir gelernt haben bzw. lernen mussten, dass es in unserem Leben um mehr geht, als nach Geld zu streben und dass es möglich ist, auf einen Teil unserer geliebten jederzeit zur Verfügung stehenden Mobilität zu verzichten. Weil wir Solidarität erfahren haben (Einkaufsdienste). Auf einmal war Verantwortungsbewusstsein zu spüren (schütze ich mich, so schütze ich auch andere). Das »work for nothing« in seiner Bedeutung von »umsonst arbeiten« wurde vielfach gelebt (z. B. Nähen von Alltagsmasken). Es gab und gibt viele Leistungen, die schon immer möglich gewesen wären, jetzt aber erst möglich wurden. Gelebte Empathie, das sich Einfühlen in die Situation

eines Anderen gehört dazu. Und, für Viele die Erkenntnis: Es gibt andere, anders denkende und lebende Menschen um mich herum: Ich bin nicht allein und mir wird, durch ein Virus, was nun wirklich keiner wollte, klar gemacht, dass ich andere Meinungen akzeptieren muss.

Ich bemerke: Es geht. Gegenseitige Rücksichtnahme tritt in den Vordergrund. Bisher oftmals gelebter Eigensinn verliert an Bedeutung. Egoismus, das Streben nach Erlangung von Vorteilen für die eigene Person ohne Rücksicht auf die Ansprüche anderer tritt einen Schritt zurück. Das Virus – ein Gewinn für uns

alle? Eine provokante Frage ganz sicher, aber lasst mich erläutern in welchem Sinne hier, über das Menschliche hinaus, auch ein Neuanfang möglich sein kann.

Sommer 2019: Das deutsche Gesundheitswesen ist zu schwerfällig. Es gibt viel zu viele Krankenhäuser. Deren Zahl solle laut der regierungsnahen Bertelsmann-Stiftung auf etwa die Hälfte reduziert werden.

Frühling 2020: Gesundheitsminister Jens Spahn: *»... , dass Deutschland mit seiner im europäischen Vergleich hohen Dichte z. B. an Intensivbetten gut auf das Coronavirus vorbereitet ...«* sei und über *»ein*





*vergleichsweise gut bis sehr gut ausgestattetes Gesundheitssystem verfüge.«*

Ca. 28.000 Intensivbetten und 25.000 Beatmungsgeräte würden den Deutschen dabei zur Verfügung stehen.

Glücklicherweise haben wir noch eine Anzahl von etwa 1400 Krankenhäusern mit motiviertem Personal. Wir erkennen, dass der flächendeckende Zugang zu medizinischer Versorgung das zentrale Qualitätsmerkmal eines jeden Gesundheitswesens ist und dass Krankenhäuser keine Profitcenter, sondern Teil der staatlichen Daseinsfürsorge sind.

Nun ist unser Gesundheitswesen größtenteils marktwirtschaftlich organisiert und einige Krankenhäuser sind absichtlich kaputtgespart worden. Hier muss der Staat mehr Verantwortung tragen. Gerade die Bedürfnisse älterer, immobiler Menschen werden

zu wenig beachtet. Es ist so, dass die Kommunen sicherlich nicht überall als Träger der Krankenhäuser auftreten können, aber wir dürfen die Verantwortung für unsere Krankenhäuser auch nicht ausschließlich marktwirtschaftlich organisierten Krankenhausesellschaften überlassen. Es geht im Wesentlichen darum, eine gut erreichbare und wohnortnahe Gesundheitsinfrastruktur zu erhalten.

Was will ich damit zum Ausdruck bringen? Innerhalb eines Jahres ändert ein ganz, ganz kleines Virus die Sichtweise der Politik. Etwas, woran wir als Patientenverbände und die Ärzteorganisationen wahrscheinlich kläglich gescheitert wären, wird quasi über Nacht und mit wenigen Federstrichen geändert. Der Kreis schließt sich und wir sind wieder beim Hesse-Gedicht: ... **nimm Abschied und gesunde!**

Regeln sind dazu da, gebrochen zu werden, und oftmals ist es wichtig, die Klappe aufzureißen und seinen Ärger herauszuschreien. Oftmals aber ist beharr-

liches Ringen erfolgreicher. Lasst uns viele andere mit ins Boot holen und davon überzeugen, dass sich gemeinsame Anstrengungen lohnen, nicht nur

Covid-19 zu besiegen, sondern auch manche, in die falsche Richtung galoppierende Politiker zur Umkehr zu bewegen.

Ulrich Weber

*Es ist nicht zu wenig Zeit, die wir haben. Es ist zu wenig Zeit, die wir nutzen.*

**Lucius Annaeus Seneca († 65 n. Chr.)**

## **Stufen**

*Wie jede Blüte welkt und jede Jugend  
Dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe,  
Blüht jede Weisheit auch und jede Tugend  
Zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.  
Es muss das Herz bei jedem Lebensrufe  
Bereit zum Abschied sein und Neubeginne,  
Um sich in Tapferkeit und ohne Trauern  
In andre, neue Bindungen zu geben.  
Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,  
Der uns beschützt und der uns hilft, zu leben.  
Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten,*

*An keinem wie an einer Heimat hängen,  
Der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen,  
Er will uns Stuf' um Stufe heben, weiten.  
Kaum sind wir heimisch einem Lebenskreise  
Und traulich eingewohnt, so droht Erschlaffen,  
Nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise,  
Mag lähmender Gewöhnung sich entrafen.  
Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde  
Uns neuen Räumen jung entgegen senden,  
Des Lebens Ruf an uns wird niemals enden ...  
Wohlan denn, Herz, nimm Abschied und gesunde!*

**Hermann Hesse (\* 1877 – † 1962)**

Bildquellen in diesem Beitrag: Creative Commons, pixabay.com

# »Jetzt geht's rund« sagte der Spatz und flog

## in den Ventilator

Bericht von Tischlermeister Jürgen Kehlenbeck

Dieser geflügelte Spruch fiel mir ein, als ich 1995 ca. zwei Jahre nach einem schweren Verkehrsunfall mit einem nachfolgenden Schlaganfall nach einem neuen Hobby suchte. Eine Rückkehr in meinen geliebten Beruf als Tischlermeister in einer Werkstatt für Menschen mit Behinderungen war wegen der schweren Folgen nicht möglich. Viel freie Zeit wartete auf mich, um mit kreativen und persönlich befriedigenden Tätigkeiten ausgefüllt zu werden.

Drehkeln, eine alte Holzbearbeitungstechnik zur Herstellung runder Gegenstände, weckte mein Interesse, es künstlerisch zu nutzen. In meinem Beruf hatte ich keine Erfahrung mit der Tätigkeit des Drehkelns. Die Fähigkeit musste ich mir als Autodidakt erarbeiten. Da ich durch die Halbseitenlähmung nur die rechte Hand einsetzen konnte, musste ich speziell

hergestellte Werkzeuge verwenden. Dafür wurde für mich ein Spezialwerkzeug in Neuseeland angefertigt. Auch meine Frau stand mir für Hilfstätigkeiten immer gern zur Seite. Nach mehreren Anläufen und Versuchen mit verschiedenen Maschinen, Spann- und Schneidwerkzeugen konnte ich eine schwere Dreh-



Jürgen Kehlenbeck fertigt runde Sachen – trotz Schlaganfall.



Jürgen Kehlenbeck in  
seinem Element

selbank zur Herstellung großer Holzschalen aus einer englischen Manufaktur günstig erwerben. Die technischen Möglichkeiten entsprachen meinen Vorstellungen vom künstlerischen Umgang mit Holz. Ich konnte loslegen – es ging »rund«!

Ich begann, Holzreste von mir bekannten Tischlereien zu sammeln. Erste fertige Drechselobjekte wurden als Dank gerne entgegengenommen. Inzwischen war es mir



auch wieder möglich, selbständig Auto zu fahren. Mit meinem alten Anhänger entwickelte ich eine Sammelleidenschaft. Viele Obstgehölze und andere heimische Hölzer fanden den Weg zu mir und wurden zu passenden Bohlen geschnitten und getrocknet. Die Nebengebäude auf unserem Resthof boten dafür hervorragende Lagermöglichkeiten zur natürlichen Trocknung. Zusätzlich wurden weitere Werkzeuge und Kleinmaschinen zur Materialvorbereitung angeschafft. Jetzt hatte ich die Möglichkeit, auch größere und unförmige Rohlinge zu bearbeiten.

Inzwischen hatte ich einen eigenen Stil bei meinen Arbeiten entwickelt. Äste, Risse, Löcher und natürliche Verfärbungen wurden zu einem Markenzeichen meiner Arbeiten. Es begann ein nie endender Kreislauf in meinen Arbeitsräumen zur Vorbereitung der eigentlichen Drechselarbeit. Ständig musste etwas

zugeschnitten, umgeräumt oder an einen anderen Lagerplatz gebracht werden. Durch meine Sammel Leidenschaft hat sich inzwischen ein sehr großer Holzvorrat mit verschiedenen Zuschnitten angesammelt. Aus ca. 50–60 überwiegend einheimischen Holzarten bieten sich mir ausreichend und vielfältige Möglichkeiten für meine Arbeiten. Es ist immer wieder eine Freude, ein fertiges Werkstück ins Regal zu stellen.

Meine fertigen Arbeiten konnte ich stets auf diversen Kunsthandwerkmärkten und Ausstellungen gut verkaufen. Die Verkaufserlöse sind eine kleine Unterstützung zur Finanzierung meines kostenintensiven Hobbys.

Durch meine Aktivitäten wurden Presse und Fernsehen auf mich aufmerksam und berichteten auch über meine sozialen Aktivitäten, die mir ebenfalls viel Freude bereiten. Dazu zählen die Gründung der Schlaganfall-Selbsthilfegruppe Lichtblick im Jahre 2002 und die Arbeit im Senioren- und Behinderten-

beirat sowie dem Arbeitskreis Soziale Versorgung in unserer Samtgemeinde Bruchhausen-Vilsen.

Mein Schlaganfall hat mir viel Zeit geschenkt, die ich vielfältig nutze. Denn ich kann dem Leben nicht mehr Zeit geben, aber die Zeit mit mehr Leben füllen. Zeit für »Runde Ideen aus Holz«.



# Nun war ich doch mal in New York ...

## Reisebericht von Dietmar von Berlepsch

Schon immer wollte ich nach New York (NY) reisen – nun sollten den Wünschen Taten folgen. Das bedeutete, ich musste mich mit einem Reisebüro zusammensetzen, um die Dinge zu besprechen, die auf dieser Reise erforderlich sind – beispielsweise ein Reisepass (der war natürlich abgelaufen), ein Check-In (das war natürlich mit Kosten verbunden), ein entsprechender Ort (bei der Größe von NY kein kleines Problem). Ich entschied mich für Manhattan (direkt Stadtmitte) und ich musste klären, von wo aus ich starten wollte. Es kam nur Düsseldorf in Frage. Das war der preiswerteste Flug und ich musste nicht umsteigen.

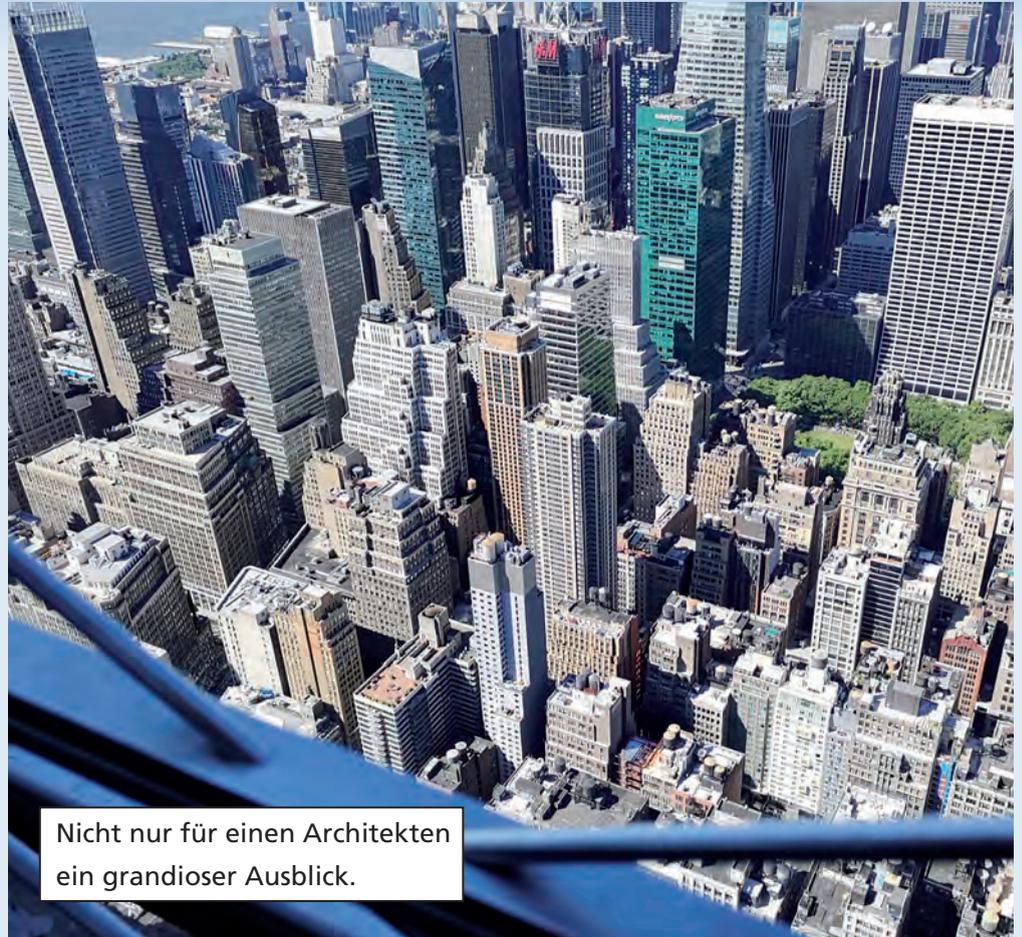
Dann war alles geklärt. Ich beantragte einen Behindertenflug beim DRK. Das ist ein praktisches Angebot und beinhaltet, dass man vom DRK abgeholt und



Eine grüne Oase mitten  
in NY – der Central Park.

bis zum Flugzeug begleitet wird. Dieser Service brachte mich direkt (ohne Wartezeit) zum Flughafen, ich konnte in einem Behindertenrollstuhl sitzen. Ins Flugzeug zu gelangen, war ebenfalls kein Problem.

Nach sieben Stunden Flugzeit landete ich in NY; die Zollformalitäten waren schnell überwunden. Am Flughafen wartete schon Sigrid (Leiterin der Schlaganfall SHG Minden). Gemeinsam machten wir uns auf den Weg zum Hotel. Der 22. Stock lag nicht besonders hoch (es gab 42. Etagen) und die Sachen waren rasch ausgepackt. Es war ein gemütliches 2-Bett-Zimmer. Ich hatte einen prima Blick auf eine Baustelle in der Nachbarschaft, auf das Erdgeschoß und den Rohbau des Obergeschosses. Es war nur 25 Stockwerke hoch. In etwa 500 Meter Entfernung entstand ebenfalls ein Haus mit ca. 60



Nicht nur für einen Architekten ein grandioser Ausblick.

Stockwerken in Geschossbauweise. Für mich als Architekten war es ein toller Ausblick, denn ich selbst hatte einst nur bis zu fünf Geschossen gebaut. Es war ein Panorama voller Hochhäuser.

Sigrid und ich haben anschließend einen kleinen Spaziergang durch die Straßen von NY gemacht. Danach fuhr sie zu ihrer Tochter, die ihr Musikstudium in dieser Metropole absolviert. Für den nächsten Tag war ein Museumsbesuch geplant. Sich in NY zurechtzufinden, ist relativ einfach: Es gibt nur Straßen mit Nummern in jede Richtung – entsprechend ist auch die U-Bahn ausgerichtet. Am nächsten und übernächsten Tag erkundete ich alleine das Herz der Millionenstadt. Mein Schrittzähler am Handy zählte 38.000 Schritte, trotz meiner Gehbehinderung – zu Hause in Ovenstädt oder in Hannover laufe ich maximal 6.000 Schritte am Tag.

Aber der Spaß war unbeschreiblich. Ich schaute mir das Empire-State-Building mit seiner herrlichen Aus-

sicht über New York an und genoss eine Bootsfahrt zur Freiheitsstatue. Dort auf Liberty-Island im New Yorker Hafen bin ich auch an Land gegangen, aber der Aufstieg zur Krone von Miss Liberty war mir doch zu anstrengend – so habe ich das Denkmal nur von unten angeschaut.

Auf dem Rückweg haben wir »Ellis Island« angesehen. Das ist der Ort, wo einst die europäischen Auswanderer angekommen sind.

Ein besonderer Abend war der Auftritt von Hannah (Sigrids Tochter) gewesen. Der gesamte Aufenthalt in NY war ein großartiges Erlebnis, auch was das leibliche Wohl betrifft. Die Speisen und das Ambiente beim Italiener und beim Chinesen waren außergewöhnlich.

Nach zehn Tagen hieß es dann Abschied nehmen. Die Abfertigung am Flughafen erfolgte sehr rücksichtsvoll. Nachdem ich in Düsseldorf gelandet war, ging es mit dem Zug weiter nach Minden und schließlich nach Ovenstädt.

# Osnabrück ist kein »weißer Fleck« mehr

## Vorstand des Schlaganfall Landesverbands Niedersachsen tagt in Osnabrück

Seit fast 10 Jahren gibt es den Schlaganfall Landesverband Niedersachsen e. V. ([www.schlaganfall-landesverband-niedersachsen.de](http://www.schlaganfall-landesverband-niedersachsen.de)). Bis heute war Osnabrück für diesen Landesverband ein »weißer Fleck«. Um dies zu ändern, fand nun eine Vorstandssitzung des Landesverbandes im Haus der Gesundheit in Osnabrück statt.

Die Landesverbandssitzung fand unter Beteiligung des Vorsitzenden Weber sowie der stellvertretenden Vorsitzenden Dietmar von Berlepsch (Petershagen/Ovenstädt) und Joachim Krohn (Hambergen), der weiteren Vorstandsmitglieder Stephan Frieß (Burgdorf), Helga Kehlenbeck (Schwarze), Manfred Garbade (Walsrode) und Bärbel Weber (Burgdorf) statt. Dabei stand insbesondere der im letzten Jahr eröffnete Anlaufpunkt zur Schlaganfall-Beratung im Mittel-

punkt. In 31303 Burgdorf in der Region Hannover besteht für alle Interessierten die Möglichkeit, sich am vierten Dienstag, Mittwoch und Donnerstag eines jeden Monats zum Thema Selbsthilfe (insbesondere Schlaganfall) beraten zu lassen.

Claudia Rottmann vom Büro für Selbsthilfe und Ehrenamt des Gesundheitsdienstes für Landkreis und Stadt Osnabrück stellte am Nachmittag ihre Arbeit für die Ehrenamtlichen vor. Anders als in vielen Landkreisen und Städten sei die Einrichtung eine kommunale und keine der freien Wohlfahrtspflege. Einmal im Jahr gebe es ein gemeinsames Treffen aller Ehrenamtlichen im Haus des Landkreises.

Probleme gebe es derzeit mit der Pauschalförderung nach § 20h des Fünften Sozialgesetzbuchs (SGB V), so Rottmann weiter. Viele Selbsthilfegrup-

pen schickten gar keine Anträge mehr, nachdem man jetzt sogar eine dritte Seite mit einer »Liste zur kasernenartenübergreifenden Gemeinschaftsförderung für Selbsthilfegruppen« einreichen müsse, obwohl man vorher eine Vereinfachung angestrebt habe. Gleiches gelte für die Kürzung der Projektförderung, die der Bundestag mit seinem Terminservice- und Versorgungsgesetz (TSVG) im März beschlossen habe, fügte Ullrich Weber unter Hinweis auf die einzelnen Projekte des Landesverbands hinzu. Es könne nicht sein, dass man Selbsthilfe seit Januar 2020 quasi vorfinanzieren müsse.

Mit den Selbsthilfegruppen vor Ort wurde ein intensiver Erfahrungsaustausch gepflegt (u. a. Vertreter der Osnabrücker SHG »Schaki-Schlaganfallkinder« sowie der SHG für jüngere Schlaganfallpatienten und ihre Angehörigen in Osnabrück-Stadt und Landkreis).

Beide Selbsthilfegruppen stehen vor ähnlichen Problemen: Es geht um den Abbau von Nachteilen bei

Schlaganfallopfern mit erworbener Schwerbehinderung, wie Janine Raberg näher erläuterte. Bei den Schulen gilt seit jeher das Schlagwort von der sogenannten „inklusive Bildung“, das einem Schüler eine seinen kognitiven Fähigkeiten entsprechende Gymnasialbildung überall dort ermöglichen soll, wo er es will – gegebenenfalls unterstützt durch einen Lehr-Helfer. Der Satz »*Wir machen keine inklusive Bildung!*« aus dem Mund des Gymnasiallehrers aus Osnabrück steht dem natürlich direkt entgegen.

Außerhalb des Schulrechts gilt das deutsche Allgemeine Gleichbehandlungsgesetz (AGG), das unter anderem Diskriminierungen Schwerbehinderter verbietet, wie Peter Szczekalla, Sprecher der SHG Jüngere Schlaganfallopfer näher ausführte. Beispielweise durch die Nichtladung eines Schlaganfallopfers zur Probevorlesung bei seiner Bewerbung um eine Professur an der Hochschule Osnabrück (entgegen § 165 des Neunten Sozialgesetzbuchs [SGB IX]), über die das

niedersächsische Landesarbeitsgericht in Hannover demnächst zu entscheiden haben wird (Aktenzeichen: 17 Sa 49/19).

Hier haben bereits die Verwaltungsgerichte im einstweiligen Rechtsschutzverfahren die Besetzung der Professur mit dem ausgewählten Kandidaten verhindert. Die Hochschule Osnabrück hat daraufhin das Besetzungsverfahren nach den Beschlüssen des Ver-

waltungsgerichts Osnabrück und des niedersächsischen Oberverwaltungsgerichts Lüneburg eingestellt. Jetzt geht es nur noch um eine Art Schmerzensgeld nach dem AGG. Und auch hier steht, wie beim Schüler im ersten Fall, die Frage inklusiver Bildung im Vordergrund, diesmal auf Seiten der Lehrenden und nicht nur der Lernenden.

Peter Szczekalla, Osnabrück

## Treffen der Selbsthilfegruppen in Osnabrück und Umgebung

- Die **Schaki-Schlaganfallkinder-SHG** trifft sich regelmäßig an jedem zweiten Mittwoch eines Monats um 19.30 Uhr im Haus der Gesundheit. Weitere Infos im Internet: [www.schlaganfall-kinder.de](http://www.schlaganfall-kinder.de)
- Die **SHG jüngerer Schlaganfallpatienten** und ihrer Angehörigen hat ihr Treffen an jedem ersten Montag eines Monats um 17.00 Uhr in der Gaststätte Gildehaus in Georgsmarienhütte. ([www.facebook.com/groups/1924772651144530](https://www.facebook.com/groups/1924772651144530))

**Aufgrund der Corona-Pandemie fallen Gruppentreffen aus  
– Informieren Sie sich im Vorfeld –**

# Die »Corona-Zeit« – eine Herausforderung für alle

»Ich glaube, ich bin in einem Science-Fiction-Film«, habe ich seit dem 16. März 2020 öfter gedacht. Die unsichtbare Gefahr lauert überall. Erst einmal werden Geschäfte, Kindergärten und andere öffentliche Einrichtungen geschlossen. Viele Berufstätige arbeiten ab jetzt nur noch im Home-Office, lassen ihr Auto stehen und bleiben zu Hause. Es erfolgen Besuchsverbote bei älteren Familienangehörigen, die sich in einem quarantäneähnlichen Zustand nur noch zu Hause aufhalten sollten und denen Lebensmittel nur an die Tür gestellt werden dürfen.

Dann wird beim Einkaufen das Tragen von Alltagsmasken Pflicht. Viele Menschen tragen auch Einmalhandschuhe, da der Covid-19 Virus über das Geld übertragen werden könne. Mittlerweile sieht man Kassiererinnen zum Teil wieder ohne Handschuhe an der Kasse sitzen und auch das Personal in unserer Apotheke fasst das Geld mit bloßen Händen an. Wich-

tig bleibt Händewaschen und anschließendes Desinfizieren sowie das Tragen einer Gesichtsmaske. Der Umgang mit dem Corona-Virus ist eine ungewohnte Situation für alle – Erfahrungen müssen erst gesammelt werden.

Maskierten Menschen im Verbrauchermarkt zu begegnen und 1,5 Meter – besser noch 2 Meter – Abstand zu halten, ist gewöhnungsbedürftig. Der erste Einkauf nach Beginn der »Maskenpflicht« rief in mir ein beklemmendes, mulmiges Gefühl hervor. Das Gesicht ist nicht zu sehen. Mund, Nase und Kinn sind bedeckt, nur die Augen (die ja der Spiegel der Seele sein sollen) schauen einen an. Von einigen hörte ich, dass sie beim Tragen der Maske unter leichten Atembeschwerden leiden. Fraglich ist, ob ein Teil des Kohlendioxid-Gehaltes in der ausgeatmeten Atemluft wieder mit eingeatmet wird. Etwas zum Schmunzeln: Mein Mann hat seine Kreativität spielen lassen



und eine Maske aus einem Taschentuch entwickelt.

(siehe Foto links)

Vor einigen Tagen waren mein Mann, der nach einem Schlaganfall mittlerweile im Rollstuhl sitzt und derzeit an den Folgen einer Gürtelrose am Kopf leidet, und ich in einem großen Einkaufspark, um uns mit neuen Büchern

zu versorgen. Die Bücher vom »Grabbeltisch« im Verbrauchermarkt kommen für uns wegen Covid-19 derzeit nicht in Frage. Der Einkaufspark war im Vergleich zur »guten alten Zeit« nur mäßig besucht. Die Menschen begegneten uns zum großen Teil mit Masken, weswegen ihre Stimmung nicht zu erkennen war. Wir hofften, dass mein Mann ohne Maske in den Buchladen dürfe. Das ist aber nur mit einer ärztlichen

Bescheinigung erlaubt. Also musste mein Mann auch eine Maske tragen. Er kam gut damit zurecht und hat sich in Ruhe mehrere Bücher ausgesucht. Nach ca. 30 Minuten verließen wir den Laden. Gerne hätten wir nach dem Einkauf noch etwas verzehrt, was leider nicht möglich war. Wie überall waren Cafés und der Imbiss beim Bäcker geschlossen. Obwohl unser Ausflug ins Einkaufszentrum anders verlief als in früheren Zeiten, haben wir ihn nach der langen Ruhezeit zu Hause genossen.

Besonders schön war es, andere Menschen zu sehen und zu hören. Allerdings wird uns die Zeit zu Hause nicht lang. Ich fahre einmal in der Woche einkaufen. Mein Mann begleitet mich, bleibt aber wegen der



Ansteckungsgefahr im Auto und beobachtet gerne das Geschehen auf dem Parkplatz. Zu Hause liest er, hört Musik, telefoniert ab und zu.

Ich räume auf (dazu habe ich endlich Zeit), lese, arbeite im Garten und schicke meiner Yogagruppe per WhatsApp wöchentlich neue Yogasequenzen mit einer Entspannungsmeditation, was in dieser Zeit für viele sehr hilfreich ist. Bei gutem Wetter sitzen wir auf der Terrasse und schauen ins frische Maiengrün. Es gibt viele Menschen, die jetzt existentielle Sorgen haben oder die an Covid-19 erkrankt sind. Wir sind froh und dankbar, dass wir bisher ziemlich gut durch die »Corona-Zeit« gekommen sind.



Allen, die diese Zeilen lesen, wünsche ich, dass es

ihnen möglichst gut ergehen möge und sie gesund bleiben. Passt alle gut auf Euch auf!

Christiane Boettcher

## **Selbsthilfe in Zeiten der Corona-Pandemie: Wann können wieder Gruppentreffen stattfinden?**

Wann wieder regelmäßige Selbsthilfegruppentreffen stattfinden können, hängt von den aktuellen Entwicklungen dieser Krise ab.

Schon jetzt ist aber abzusehen, dass sich sämtliche Gruppen auf Veränderungen einzustellen haben. Es wird mit Sicherheit Hygienebestimmungen und Verhaltensregeln geben, die dem Schutz aller Teilnehmer dienen.

Alle wichtigen Informationen dazu gibt es auf der Website des Schlaganfall-Landesverbandes. Sobald es Neuigkeiten gibt, werden wir dort über den aktuellen Stand der Dinge informieren.

**[www.schlaganfall-niedersachsen.de](http://www.schlaganfall-niedersachsen.de)**

# Wie ich den Corona-Shutdown erlebt habe:

## Nicht langweilig, wenn man sich zu helfen weiß ...

Tja, am 15. März 2020 war ich noch zu Gast bei einem 90. Geburtstag ... zwar alles schon ohne freundlichen Händedruck, geschweige denn einer herzlichen Umarmung. Es war schon etwas sonderbar.

Am 16. März wurde die Tagespflege geschlossen, die ich zweimal wöchentlich besuche ... ok, an diesen Tagen kann ich länger liegen bleiben und habe keinen Termindruck, dass der Abholservice wieder wegfährt. Diese Situation nimmt man (Frau) dann mit einem leichten Seufzer hin ...

Was kommt wohl als Nächstes auf mich zu? Ja, das Bewegungsbad im Kreiskrankenhaus macht keine Therapie mehr! Gut, dieser Nachmittag kann dann mit »Kaffeetrinken zuhause« gefüllt werden. Kein lästiges An- und Ausziehen – das hat man ja schließlich schon morgens mit Hilfe der Tochter hinter sich

gebracht. Diese Termine im Kalender werden erst einmal gestrichen. Seit dem 20. März darf auch die Krankengymnastik nicht mehr stattfinden – jetzt konnte man mir an Terminen nichts mehr nehmen.

Nun gibt es nur noch mich und mein Zuhause. Gott sei Dank habe ich das und bin nicht nur auf ein Zimmer beschränkt. Die Pflege durch meine Tochter hat nach wie vor Bestand und somit bekomme ich auch am Tag Besuche oder man trifft sich draußen in der großen »Abstands-Runde«. Nun, man muss kreativ werden in dieser Zeit des Ausnahmezustandes. Was kann man machen?

Also geht es jeden Tag immer mal wieder mit dem Rollator vor die Türe. Auch die Fische im Teich bekommen stets ihre Portion Futter und ich habe die Sonne genossen, die zu dieser Zeit fast ständig schien.

Ich habe mir die Geburtstagskarten vorgenommen (für die Gruppe in OHZ und Bremervörde), damit jede/r von uns einen Gruß bekommen kann. Der Vorrat, den mein Mann vorher angefertigt hatte, war aufgebraucht.

Das gute Wetter war vielleicht eine kleine Zugabe, dass das Gemüt nicht zu schwer wird. Mit Büchern bin ich ausreichend versorgt, sodass ich viel lese und gelesen habe, fürs Gehirn gibt es dann Rätselhefte. Der Kontakt zu Freunden und Bekannten wird durch Telefonate aufrecht gehalten ... zum Glück gibt es die Flatrate. Somit fällt mir nie die Decke auf den Kopf. Die Enkel und Urenkel fehlen sehr. Aber, auch das ist machbar, dass man sie in Aktion sieht!

Zu Weihnachten bekam ich ein Smartphone geschenkt und war von der Technik erstmal sehr beeindruckt ... nun musste das Hirn funktionieren. Heute bin ich so dankbar, dass ich mit den Enkeln über WhatsApp jeden Tag in Kontakt bin. Das Schöne

daran ist, dass man sie während des Telefonats auch sehen kann. So nimmt man trotz Distanz an ihrem Leben teil.

Ich wünsche Euch allen ein gutes Durchhalten in dieser Zeit. Ich wünsche Euch, dass es auch jeden Tag einen Grund gibt, dankbar sein zu können oder glücklich. Bleibt gesund!

Seid ganz herzlich begrüßt von  
Brunhilde Irle aus der Einschlag-Gruppe-OHZ



Foto: Creative-Commons, Pixabay.com

# Mit offenem Ohr durchs Leben

## Joachim Krohn – Ein Mann mit »Helfersyndrom«

Joachim Krohn hat in seinem Leben in unterschiedlichen Bereichen ehrenamtlich gearbeitet. Die Liste ist lang – in rund 18 Vereinen war und ist er aktiv.

»Ich habe wohl das Helfersyndrom«, sagt Joachim Krohn. Eine Standardfloskel, die man immer wieder hört, wenn Ehrenamtliche nach ihrer Motivation für den selbstlosen Einsatz gefragt werden. Erst wenn man dieses oberflächliche Etikett löst, kommen persönliche Beweggründe ans Licht. »Es ist manchmal auch Zufall und ich habe Dinge gemacht, die mir liegen.« Früh sei er ehrenamtlich in der evangelischen Kirche tätig gewesen. Er könne beispielsweise gut organisieren, zuhören oder Verbindungen einsetzen.

Ein offenes Ohr für die Probleme der Menschen gehöre dazu, denn um die geht es ihm bei fast allem, was er tut. Und diese Haltung führt ihn immer wei-

ter. »Hat man einen Posten, kommen gleich zwanzig dazu.« Stets nahm er irgendwelche Ämter wahr, aber er wolle keinen Dank »Ich freue mich, wenn ich die Leute lachen sehe.«, sagt er.

Derzeit versuche er, sein Engagement zu reduzieren.

Der 68-Jährige möchte mehr Zeit mit seiner Frau und der Familie verbringen. Gleichzeitig mache er Platz für Jüngere. Vielleicht bleibt so auch mehr Raum für Reisen, denn diese unternimmt er sehr gerne.

Eine Rolle spielte auch seine Gesundheit. 2001 erlitt Joachim Krohn seinen ersten Schlaganfall, es folgten weitere, der letzte liegt gerade mal zwei Jahre



zurück. Es ist kaum verwunderlich, dass sein ehrenamtliches Engagement aktuell zu einem großen Anteil in diesem Bereich erfolgt.

Ein Schlaganfall kommt plötzlich. Er kündigt sich nicht an. *»Von einer Sekunde auf die andere ist das Leben völlig anders.«* Er kennt die Folgen. Zwar kam er immer wieder einigermaßen in Ordnung, aber seinen Beruf als Großhändler musste er aufgeben. Zusammen mit Helga Schnackenberg leitet er die Selbsthilfegruppe »Einschlag«.

Häufig leiden die Betroffenen unter Funktionsstörungen. Dazu gehört oft die eine Einschränkung der Sprache, die mitunter zu psychischen Problemen führt. *»Bei der Bewältigung der Folgen und des veränderten Lebens kann eine Selbsthilfegruppe sehr hilfreich sein«,* meint Krohn. Jeweils 30 Mitglieder hat die Gruppe im Landkreis Osterholz und Bremervörde. Alle vier Wochen treffen sie sich im Kreishaus und in Bremervörde. Austausch, Hilfe und mehr stehen im

Vordergrund. Wichtig ist der Gruppe aber auch, die Öffentlichkeit über das Thema zu informieren. *»Ich habe die Gruppe mitgegründet. Sie liegt mir am Herzen.«*

Bis zu seinem Schlaganfall war Joachim Krohn als selbstständiger Blumengroßhändler aktiv. Er wurde 1950 in Osterholz-Scharmbeck geboren. In Bremen absolvierte er eine Ausbildung zum Gärtner. 1971 ging er zur Meisterschule in Münster. Er arbeitete in Berlin, Bochum, im süddeutschen Raum und sogar in Italien. Das damals noch geteilte Berlin sei ihm zu eng gewesen, weshalb er sich wieder der Heimat zuwendete. 1978 heiratete er – sein Schwiegervater riet dem jungen Paar: *»Zieht so weit weg, dass ich zum Kaffeetrinken kommen kann, aber abends wieder zu Hause bin.«* Sein Bruder gab ihm dann den Tipp mit dem Haus in Hambergen, in dem die Familie bis heute wohnt. Die beiden Töchter und sein Sohn sind inzwischen ausgezogen.

# Gemeinsamer Ausflug nach Kutenholz zum Oktoberfest

## Selbsthilfegruppe »Einschlag« Osterholz-Scharmbeck und Bremervörde

Unser Vorsitzender Joachim Krohn hatte einen Ausflug nach Kutenholz organisiert – unser Motto: »Wir wollen nicht nur von Krankheiten reden, sondern mal ganz zünftig feiern«.

Die Anreise erfolgte für die Bremervörder in Eigenregie, für die Osterholz-Scharmbecker wurde ein Kleinbus organisiert. Zwei von unseren Osterholz-Scharmbeckern trugen Tracht und kamen in Dirndl und Lederhose.

In Kutenholz angekommen erwartete uns in der bayrisch dekorierten Festhalle ein musikalischer Tag mit Saso Avensik und den Original Oberkrainern aus Tschechien. Für das leibliche Wohl sorgte ein zünftiges bayrisches Buffet mit Schmankerln wie Haxen, Krusten- und Sauerbraten, Leberkäs, Weiß-

würstl, Würstl, Sauerkraut und natürlich Knödeln sowie Brezln. Nachdem wir uns gestärkt hatten, haben unser Joachim sowie eine Teilnehmerin aus Osterholz-Scharmbeck am »Bierkrug-Stemmen« teilgenommen. Leider reichten die Kräfte bei beiden nicht für den ersten Platz – doch dabei sein ist alles und einen kleinen Gewinn gab es auch! Wer wollte, konnte sich gegen Nachmittag noch am Kuchenbuffet bedienen. Die Oberkrainer spielten unermüdlich bis gegen 17:00 Uhr, dann haben wir uns gutgelaunt und gesättigt auf den Heimweg gemacht.



Es war ein gelungener Tag mit viel Musik und Essen und wir hoffen, unser Joachim hat noch mehr so schöne Einfälle und wir können weitere Ausflüge unternehmen. Gaby Weder

# Mitglieder werben Mitglieder

Zu dieser Aktion haben wir uns entschlossen, weil wir wissen, dass zufriedene Mitglieder die beste Werbemaßnahme sind. Nun möchte ich Sie bzw. euch alle motivieren, von unserem Landesverband zu erzählen. Gern könnt ihr dabei auch anbieten, Eure Freunde, Familienmitglieder oder andere Interessierte zum nächsten Vorstandstreffen oder zu der nächsten SLN-Veranstaltung einzuladen. Berichtet auch davon, dass wir gern über den Tellerrand hinausschauen und neuen Ideen immer aufgeschlossen gegenüberstehen. Wir möchten von Menschen mit innovativen Ideen lernen. Dazu müssen wir sie kennenlernen und in unsere Arbeit einbinden.

Der persönliche Kontakt, den wir gerade sehr vermissen, ist bestens geeignet, sich einen eigenen Eindruck vom Tun und Machen in unserem Verband zu verschaffen. Jeder erfolgreich Werbende nimmt an einer Verlosung teil, die während der nächsten Jahreshauptversammlung im November 2020 stattfindet. Zu gewinnen gibt es eine kostenfreie zweitägige Seminarteilnahme, eine »liegende Acht« (zur Koordination der rechten und linken Gehirnhälfte) und einen Buchpreis.

Beitrittserklärungen gibt es auf E-Mail-Anforderung bzw. telefonische Anfrage.

(Kontaktdaten siehe rechts im Impressum).



# Impressum



## Herausgeber

Schlaganfall Landesverband Niedersachsen e.V. (SLN)

Ullrich Weber, Nachtigallenweg 15, 31303 Burgdorf

Tel. 0 51 36 8 27 27

oder E-Mail: [schlaganfall-niedersachsen@arcor.de](mailto:schlaganfall-niedersachsen@arcor.de)

Internet: [www.schlaganfall-niedersachsen.de](http://www.schlaganfall-niedersachsen.de)

## Gestaltung

Ilona Alice Bühring

[www.iab-web.de](http://www.iab-web.de)

## Auflage

2.000 Exemplare

Mai 2020

Gedruckt mit freundlicher Unterstützung  
der DAK Gesundheit



**Bei Schlaganfallverdacht umgehend handeln! Bewahren Sie Ruhe!**

**Wählen Sie die Notrufnummer 112!**

**Bis zum Eintreffen des Notarztes sind Sie für den Betroffenen verantwortlich. Beruhigen Sie ihn!**

**Dringen Sie gegenüber den Rettungskräften auf den Transport in eine Stroke-Unit!**