

WEIHNACHTSAUSGABE 2008

NEWSLETTER

AHG Klinik Wigbertshöhe

Frohe Weihnachten
und ein glückliches Neues Jahr

2009



*Liebe Leserin,
Liebe Leserin,
lieber Leser*

Ich hoffe, auch für Sie neigt sich ein Jahr zu Ende, von dem Sie sagen können, es war ein gutes und erfülltes Jahr, ein Jahr voller neuer und wertvoller Erfahrungen sowie ein Jahr des persönlichen Erfolgs und Wohlergehens.

Es ist schön am Jahresende eine solche Bilanz ziehen und mit Stolz auf das Erreichte zurück blicken zu können.

Ich erinnere mich in diesem Zusammenhang immer wieder gerne an Helga Hengge, die ich persönlich, anlässlich einer AHG Tagung in Lübeck, habe kennen lernen können und die als erste deutsche Bergsteigerin den Aufstieg zum höchsten Gipfel der Welt – dem Mount Everest – erfolgreich meisterte. Ihre Erlebnisse hat sie eindrucksvoll in ihrem Buch – Nur der Himmel ist höher – niedergeschrieben.

Begleitet von spektakulären Bildern ihres zweimonatigen Aufstiegs über die Nordroute in Tibet erzählt sie nicht nur von physischen und emotionalen Grenzgängen, sondern auch von der großen Herausforderung, von Teamwork und Vertrauen, kleinen Schritten, Durchhaltevermögen, Mut und Willenskraft, Ausdauer und kritischer Selbsteinschätzung, von Motivation, die Flügel verleiht und dem Glauben an die innere Kraft.

Beeindruckend für mich, dass Sie kurz vor dem Gipfel aufgeben wollten, aber im Rückblick auf das Erreichte, das Ziel ganz nahe vor sich sah, neuen Mut und Kraft fand und gemeinsam mit ihrem Team ihr Ziel, den Gipfel in 8848 Meter Höhe, erreichte.

Möge Helga Hengge für viele von uns ein Beispiel für das Erreichbare sein und lassen Sie uns im Team diese positiven Eigenschaften mit Leben füllen und uns gemeinsam über das Erreichte freuen.

Freuen wir uns auf die vor uns stehenden Herausforderungen im Jahr 2009 und begegnen wir diesen, indem wir die Zielsetzungen gemeinsam angehen und gemeinsam lösen. Setzen wir unsere erfolgreiche Zusammenarbeit auch im Neuen Jahr fort, und sehen wir der Zukunft mit Zuversicht und neuer Hoffnung entgegen.

Ich wünsche Ihnen und Ihrer Familie, ein gesegnetes und besinnliches Weihnachtsfest sowie viele glückliche und erfolgreiche Tage in 2009 !

Für das gesamte Team „Ihrer Klink in der Festspielstadt Bad Hersfeld“ grüßt Sie recht herzlich,

Ihr Thomas Schmelz



Enner, zwoon, drai... Bruder Lolls!

Die meisten unserer Patienten machen mit dem Hersfelder „Schlachtruf“ anlässlich des alljährlich im Oktober stattfindenden Lullusfestes nur am Rande Bekanntschaft. Anders in diesem Jahr.

Bereits einige Wochen zuvor bewarben die Sporttherapeutinnen den „Lollslauf“, der zum Auftakt der Festlichkeiten ein Highlight für Hersfeld und Umgebung darstellt.

10 km standen auf dem Programm. Kein Pappenstiel, wie alle diejenigen wissen, die bereits selber eine solche Strecke bewältigt haben.

4 Patienten (darunter eine sportliche Dame von 69 Jahren) ließen sich mitreißen und absolvierten die Strecke durch die Hersfelder Innenstadt und die nähere Umgebung: die Herren laufend, die Dame beim Nordic Walking.

Unterstützt und angefeuert durch ihre MitpatientInnen erwartete die vier Teilnehmer ein großes, selbst gestaltetes Plakat im Zielbereich: Gratulation und Hut ab vor so viel Engagement!

Brigitte Sura
Diplomsportlehrerin, Gesundheitspädagogin



„Blitzlicht auf die Therapie“

Am 18. und 19. September 2008 fand in der AHG Klinik Wigbertshöhe der „Workshop Glücksspielsucht“ statt.

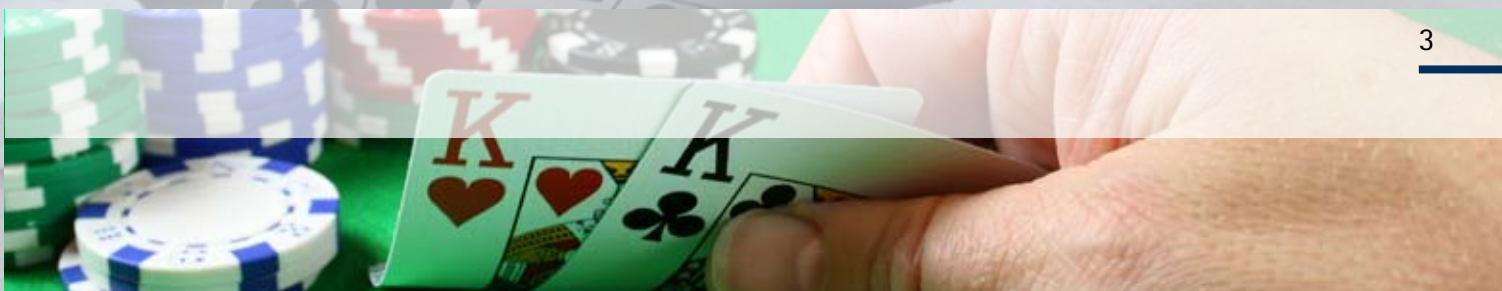
Neben grundlegenden Informationen in Form eines Fachvortrags durch die Chefärztin der Klinik, Frau Dr. Hinz, stand die diesjährige Veranstaltung ganz im Zeichen praktischer Übungen, bei denen die TeilnehmerInnen einen Einblick in die unterschiedlichen Therapiebausteine bekamen. Und dies nicht nur aus einer Zuschauerrolle heraus, sondern aktiv unter Einsatz von Körper und Geist.

Wie löst man eine gemeinsame Aufgabe, ohne dass miteinander gesprochen werden darf? Gelingt es, zu kooperieren, statt zu konkurrieren?

Können zehn Personen 10 Bälle in ständiger Bewegung halten und dabei einen gemeinsamen Rhythmus finden? Die Gruppentherapeuten Eva Storch-Hofmann und Klaus Heinitz sowie die Diplomsportlehrerin und Gesundheitspädagogin Brigitte Sura vermittelten einen lebendigen und professionellen Einblick in ihre Arbeit, der durch Gespräche

mit PatientInnen vervollständigt wurde. Ein Besuch der örtlichen Spielotheken als Selbsterfahrung und die nachfolgende Reflexion beim gemeinsamen Abendessen rundeten die gelungene Veranstaltung ab.

Aufgrund der bundesweit neu geschaffenen Stellen für den Bereich Glücksspielsucht konnten wir einige „neue“ KollegInnen begrüßen, so dass es einen lebendigen Austausch von in der Beratung und Behandlung Erfahrenen und den Neueinsteigern gab.



Fest etabliert hat sich mittlerweile in Bad Hersfeld das „Hersfelder Forum Alter und Sucht“, zu dem bereits zum sechsten Mal Teilnehmer aus nah und fern in die Kurstadt reisten. Die AHG Klinik Wigbertshöhe hat sich mit ihrem speziellen Therapieangebot für ältere Suchtkranke „+50-Gruppe“ deutschlandweit einen Namen gemacht, was sich nicht zuletzt in der starken Nachfrage nach den begrenzten Therapieplätzen und der hervorragenden Akzeptanz des Konzeptes der stationären Therapie in einer altershomogenen Gruppe ablesen lässt.

Die diesjährige Tagung stand unter der Fragestellung: Stationäre Therapie- und was dann? Bedeutung der co-therapeutischen Angebote.

Sozialtherapeut Jean Schwager stellte in seinem Eingangsreferat das Konzept + 50 für ältere Suchtkranke der AHG Klinik vor. War es bis vor wenigen Jahren für ältere Suchtkranke fast unmöglich, sich in einem Fachkrankenhaus behandeln zu lassen (noch immer gibt es Fachkliniken, die eine Altersobergrenze von 60 Jahren haben!), halten heute glücklicherweise einige wenige Kliniken altersgemäße Therapieangebote vor.

Dr. Michael Ellwardt erläuterte in seinen Ausführungen, wie die Patienten schon während ihres Aufenthaltes in der Klinik auf die Zeit nach der stationären Therapie vorbereitet werden. Dabei kommt den Patienten die zentrale Lage der Klinik in der Kurstadt Bad Hersfeld zugute, indem sie vor Ort bereits die notwendigen Veränderungen in der Tagesstruktur ausprobieren können, welche sie zu

Hause zur Aufrechterhaltung ihrer Abstinenz weiter fortführen wollen (z.B. regelmäßiger Besuch einer Selbsthilfegruppe, kulturelle Aktivitäten, Sport, ehrenamtliche Tätigkeit).

„Gehen sie mit ihrem Hund spazieren, auch wenn sie keinen haben!“ Mit diesem Appell untermauerte Diplomsporthelehrerin Brigitte Sura die Bedeutung regelmäßiger Bewegung. Dabei kritisierte sie die Begrifflichkeit des verdienten „Ruhe-Standes“ als zweifache Bewegungslosigkeit und hob die Bedeutung möglichst lebenslanger körperlicher Aktivität hervor: „Leben ist Bewegung!“

Der Arbeitstherapeut Winfried Sauer stellte in seinem Vortrag am Beispiel des Basisgrundkurses zum Umgang mit dem PC die Notwendigkeit und Fähigkeit des Menschen zu lebenslangem Lernen dar. Um den Anschluss an das gesellschaftliche Leben nicht zu verlieren, sei es gerade im Alter wichtig, sich mit neuen Technologien auseinander zu setzen: „Der Mensch lernt ein Leben lang“.

In anschließenden Diskussionen konnten die Themen vertieft und Fragen geklärt werden. Gespräche mit den Patienten der beiden „+50“ Gruppen rundeten die rundherum gelungene Veranstaltung ab.

Jean-Christoph Schwager, M.A., Sozialtherapeut AHG Klinik Wigbertshöhe. Der Autor ist Gruppentherapeut einer „+50“ Gruppe für ältere suchtkranke PatientInnen an der AHG Klinik Wigbertshöhe in Bad Hersfeld.

Ausgabe:
Dezember 2008

Auflage:
6500 Stück

Herausgeber
AHG Klinik Wigbertshöhe
Am Hainberg 10-12
36251 Bad Hersfeld
fon.: 06 62 1.185-0

E-Mail
wigbertshoehe@ahg.de

Internet
www.ahg.de/wigbertshöhe

Redaktion
Fr. Brigitte Sura
Hr. Jean-Christoph Schwager
Fr. Eva Storch-Hofmann
Herr Klaus Heinitz

Satz & Layout, Titelbild, Druck
creatist concept+design
36208 Wildeck

Ankündigung:

7. Hersfelder Forum „Alter und Sucht“ am 18.3.2009

mit Herrn Prof. Dr. Martin Teising

Thema: Suizid und Suizidalität im
Alter – das Ende der Sucht?

06.06. Ehemaligentreffen 2009

10.-11.09. Workshop
Glücksspielsucht
zum Thema: Motivation

Weitere Informationen und Anmeldung unter:
Tel.: 06621/18565 · Email: eresch@ahg.de



AHG Klinik Wigbertshöhe