

Jahresprogramm des Kontaktkreises

Stichwort

Multiple Sklerose

Die Multiple Sklerose ist eine chronische entzündliche Erkrankung des Zentralnervensystems. Sie tritt meistens im frühen Erwachsenenalter, zwischen dem 20. und 40. Lebensjahr, erstmals in Erscheinung und betrifft nach aktuellen Schätzungen rund 120 000 erkrankte Menschen bundesweit. Der Mediziner nennt die Krankheit Enzephalomyelitis disseminata (ED = eine im Gehirn und Rückenmark verstreut auftretende Entzündung).

Die Krankheit ist nicht ansteckend, nicht tödlich, ist kein Muskelschwund und keine Geisteskrankheit. „Auch das Vorurteil, dass MS zwangsläufig zu einem Leben im Rollstuhl führt, ist so nicht richtig“, sagt Gerda Zumbusch, Sprecherin des MS-Kontaktkreises Warendorf und ausgebildete Betroffene-Beraterin. Sie empfiehlt unter anderem Sport als Therapie.

MS kann sehr unterschiedliche Symptome wie zum Beispiel Einschränkungen im Gehen, Sehen, aber auch starke Erschöpfung verursachen. Erkrankte sind oft verunsichert, traurig und ängstlich. Und genau hier setzen Kontaktkreise und das Konzept „BbB“ (Betroffene beraten Betroffene) an. Gerda Zumbusch gehört zu den 40 zertifizierten ehrenamtlichen Beratern in Nordrhein-Westfalen. Aufgrund eigener Betroffenheit, des Wissens um Ängste und Selbstzweifel, der Erfahrung, wie schwierig es ist, anderen die Krankheit und ihre Symptome zu erklären und letztlich der Selbsterfahrung, was der Alltag mit MS bedeutet, sind geschulte Betroffene besonders geeignet für solche Beratungen. Das Projekt „BbB“ wurde 2006 Bundesieger beim Wettbewerb für soziale Ideen „startsocial“. (pw)



Gerda Zumbusch aus Beelen ist seit acht Jahren Sprecherin des Kontaktkreises Warendorf für MS-Erkrankte und auch als Beraterin im Projekt „Betroffene beraten Betroffene“ tätig. Jetzt hat sie das neue Jahresprogramm vorgestellt. Bild: Wild

„Mut machen, sich auf das Leben mit MS einzulassen“

Warendorf (pw). „Auch aus Steinen, die dir in den Weg gelegt werden, kannst du etwas Schönes bauen.“ Mit diesem Zitat von Erich Kästner überschreibt der Warendorfer Kontaktkreis der an Multipler Sklerose Erkrankten sein Jahresprogramm 2014.

Es ist zudem das Motto, mit dem Gerda Zumbusch nicht nur ihre Krankheit annimmt, sondern auch das Leben mit ihr anpackt. Seit acht Jahren ist sie Sprecherin des MS-Kontaktkreises, der vor nunmehr 28 Jahren von Ursula Brickenkamp gegründet worden ist. „Mut machen, sich auf das Leben einzulassen“ – das will die engagierte Beelerin anderen von der tückischen Krankheit Betroffenen vermitteln. Deshalb hat sie sich auch eigens ausbilden lassen, um das Angebot „Betroffene

beraten Betroffene“ kompetent und sensibel durchführen zu können. Ihre Sprechstunden sind für viele neu von der Krankheit Betroffene oft der erste Schritt heraus aus der ersten Schockstarre nach der niederschmetternden Diagnose.

Heraus kommen aus der Isolation und mit anderen Betroffenen das Leben mit der Krankheit positiv gestalten – das ist das Ziel der regelmäßigen Treffen des Kontaktkreises, die am ersten Dienstag eines jeden Monats in der Regel im Pfarrheim an der Josefikirche (Holtrupstraße 5) von 16 bis 18.30 Uhr stattfinden. Dort steht nicht nur der Gedanken- und Erfahrungsaustausch im Mittelpunkt, dort werden auch Fachvorträge angeboten. Außerdem unternimmt der Kontaktkreis Ausflüge. „Niemand muss

zu Hause bleiben“, weist Gerda Zumbusch darauf hin, dass auch Rollstuhlfahrer an den Ausflügen teilnehmen können.

Im Schnitt 15 bis 25 Betroffene nehmen an den Treffen der Selbsthilfegruppe, die unter der Schirmherrschaft von Bürgermeister Jochen Walter steht, teil. Das spricht einerseits für die Tatsache, dass sich das Angebot fest etabliert hat. Andererseits zeigt die Zahl, dass längst nicht alle Betroffenen erreicht werden. Wie viele Menschen in Warendorf und Umgebung – die Teilnehmer kommen auch aus den umliegenden Orten zwischen Telgte und Clarholz – von MS betroffen sind, ist schwer zu schätzen. Die Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft geht davon aus, dass allein in Nordrhein-Westfalen 20 000 Erkrankte leben.

Neben Information auch Unterhaltung

Warendorf (pw). Information und Aufklärung, aber auch Unterhaltung und Geselligkeit sind die Eckpfeiler des Jahresprogramms, das der MS-Kontaktkreis für 2014 aufgelegt hat.

So werden am kommenden Dienstag, 4. Februar, beim Treffen im Pfarrheim an der Josefikirche ab 16 Uhr von Jörg Schramm Geräte der Motomed-Bewegungstherapie vorgestellt. Das Tabuthema „Blasenschwäche“ wird am 1. April beim Monatstreffen aufgegriffen. Zu einem Vortrag von Dr. Frank Siebecker, Facharzt für Neurologie, fährt der Kontaktkreis am Samstag, 14. Juni, nach Alverskirchen ins Landhaus Bisping. Der Jurist im Sozial-

dienst, Ralf Lobert vom DMSG-Landesverband, referiert am 2. September über das Schwerbehinderten- und Sozialrecht.

Aber es dreht sich längst nicht alles um die MS-Erkrankung und ihre Folgen. Ob Fischessen am 4. März, ein Plattendesert-Nachmittag mit Marianne Engbert am 6. Mai, Spargelesen bei Maria Borgmann in Milte am 3. Juni oder Grillen im historischen Haus Heuer mit dem Trägerverein „Dorfgut“ in Beelen – Unterhaltung und Lebensqualität kommen nicht zu kurz. Einer der Höhepunkte im Veranstaltungsjahr des Kreises ist die Fahrt zum Nixdorf-Museumsforum in Paderborn am 1. Juli. Das allgemeine

Thema Einbruchschutz wird am 7. Oktober im Mittelpunkt eines Vortrags des Polizeiberaters Andreas Schröder stehen. Der Jahresabschluss ist für den 2. Dezember im Terminplan vorgesehen.

Programmänderungen sind möglich, weitere Aktivitäten können während der Monatstreffen abgesprochen werden.

DMSG-Kontaktkreis Warendorf, Gerda Zumbusch, Beelen, ☎ 02586 / 1471, E-Mail: dmsg.warendorf@t-online.de; Auskünfte gibt es auch unter ☎ 02581 / 8126 (Gerlinde Schlöser) und ☎ 02581 / 3281 (Sigrid Schlika).

www.dmsg-warendorf.de

Aufbaukursus

Excel weiter vertiefen

Warendorf (gl). Die Volkshochschule (VHS) hat noch freie Plätze im Excel-Kursus für Fortgeschrittene. Er richtet sich an alle, die Grundkenntnisse besitzen und nun diese vertiefen möchten. Die Teilnehmer lernen, Formeln zu erstellen, die Datenbankfunktionen effektiv zu nutzen, Tabellen zu verknüpfen und angemessen zu präsentieren. Der

Kursus (Nummer 501063W) beginnt am 10. Februar und findet montags und mittwochs an sechs Terminen jeweils ab 19 Uhr im Alten Lehrerseminar, Freckenhorster Straße 43, statt. Anmeldungen sind möglich in der VHS-Geschäftsstelle unter ☎ 02581 / 93840 und im Internet.

www.vhs-warendorf.de

Gold und Silber



42 Kinder und Jugendliche haben jetzt ihre Sportabzeichen erhalten.

Bild: Musche

42 Kinder und Jugendliche erringen das Sportabzeichen

Warendorf (sin). Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination haben 42 Kinder und Jugendliche im Rahmen der Sportabzeichenprüfungen im zurückliegenden Sommer bewiesen. Jetzt konnten sie ihre wohlverdienten Urkunden und die silbernen oder goldenen Anstecknadeln in der Aula der Von-Galen-Schule entgegennehmen.

Von Mitte Mai bis Mitte September haben die Jugendlichen in der Bundeswehrsportsschule in verschiedenen Disziplinen trainiert und sind von Stützpunktleiter Ralf Lichel und seinem Team geprüft worden. Inzwischen haben viele der Sportler die Auszeichnung schon mehrere Male erhalten. „Der Spitzenreiter bekommt heute zum zehnten Mal Gold“, betonte der Stützpunkt-

leiter.

Es hat sich inzwischen so etwas wie eine Stammgruppe gebildet, für die das Sportabzeichen zu jedem Sommer dazugehört. Neue Interessenten zu finden, werde allerdings immer schwieriger, sagte Heinz-Josef Maas, der Sportabzeichen im ganzen Kreis abnimmt. „Viele Jugendliche haben keine Lust mehr darauf, das wird meist erst wieder bei den über 30-Jährigen mehr“, meinte auch Ralf Lichel. Die Erwachsenen erhalten ihre wohlverdienten Abzeichen am Freitag ab 19.30 Uhr im Kolpinghaus.

Ergebnisliste „Jugend 2013“ (in Klammern die Anzahl der Teilnahmen / Verleihungen):

Silber: Jaden Borm (1), Ann-Christin Heßling (1), Louis Holtkötter (1), Jannis Ohlmeyer (1), Jonas Ohlmeyer (1), Lukas Bet-

tenbühl (2), Robin Cordes (2), Tom Holtkötter (2), Dennis Schmitz (4), Lennart Holtkötter (5), Jasmin Schmitz (5), Marcel Schröder (6) und Sebastian Dümpeier (7).

Gold: Patricia Aßmann (1), Finja Außendorf (1), Lars Außendorf (1), Amy Cordes (1), Nils Evermann (1), Anna Lutterbeck (1), Nadine Ohlmeyer (1), Daniel Schultes (1), Max Wewers (1), Emily Yasmin Brügma (2), Tom Ohlmeyer (2), Paul Richter (2), Marten Böning (3), Nils Holstermann (3), Lisa Schange (3), Christoph Schultes (3), Lennart Gillner (4), Niklas Growe (4), Sören Averesch (5), Michael Heßling (5), Jan Holstermann (5), Fabian Tünte (5), Dina Depke (6), Tilo Maximilian Depke (7), Bastian Herzog (7), Lukas Tünte (7), Christoph Growe (8) und Tim Beckmann (Gold mit der Zahl 10).

Schulkinowochen



Drehbuchautorin zu Gast

Warendorf (gl). Zur Aufführung des Films „Das fliegende Klassenzimmer“ im Rahmen der Schulkinowochen haben Ralf Große Westerloh, Medienberater des Kreises Warendorf, und Wilhelm Cordes, Betreiber des Filmtheaters in Warendorf, Henriette Piper, Drehbuchautorin des 2003 produzierten Films, empfangen. Sie stand

den fast 150 Schülern der Jahrgänge drei bis sechs Rede und Antwort. Nicht nur die Schüler, sondern auch die Lehrkräfte lauschten nach Filmende gebannt den Antworten Pipers. Wie wird man Autorin? Welche Bücher hat sie noch geschrieben? Wie teuer war der Film? Welches ist ihre Lieblingszene?

Projekt

Biografien von Bewohnern

Warendorf (gl). Lieselotte Schuster kann es kaum fassen, dass sie endlich das Büchlein mit ihrer eigenen Biographie in den Händen hält: „Es ist wirklich alles so, wie ich es erlebt habe.“ Die 92-Jährige ist fast zu Tränen gerührt und freut sich, dass ihre Lebensgeschichte bei jungen Menschen auf Interesse stößt.

In Kooperation mit Jacqueline Schönke, Studentin der Sozialen Arbeit an der Fachhochschule Münster, entstand im Seniorenzentrum an der Emspromenade in

den vergangenen drei Monaten ein Büchlein, das die Geschichte von fünf Bewohnern aufzeigt. Die teilnehmenden Senioren erzählten während diverser Interviews von ihrem Leben und all den schönen, aber auch krisenreichen Zeiten, die sie erlebt hatten.

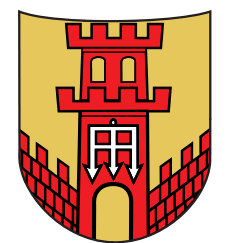
Biografiearbeit ist einer der wichtigsten Bestandteile der Sozialen Altenarbeit: Sie stiftet Identität, weckt Erinnerungen, erklärt Verhaltensmuster und kann dabei helfen, traumatische Lebenssituationen aufzuarbeiten.

Ebenso schenkt allein bereits das uneingeschränkte Interesse am Individuum Selbstbewusstsein. So erging es auch den Teilnehmern des Projekts. Sie waren stolz, mitgewirkt zu haben, und erhielten für Angehörige und Freunde einige Exemplare des Büchleins.

Jacqueline Schönke war abschließend sehr zufrieden mit ihrem Projekt, denn ihre Sorge, die Senioren könnten sich ihr möglicherweise nicht öffnen, wurde nicht bestätigt.



Stolz auf die Biografien sind (hinten v. l.) Prof. Dr. Norbert Wieland, Markus Giesbers, Jacqueline Schönke, Maria Sinnerbrink, Lisa Goebeler, (vorn v. l.) Lieselotte Schuster, Helga Glück, Monika Rothert, Florenz und Irmgard Brokmann.



Warendorf

Senioren

Freizeitkreis stellt Programm vor

Warendorf (gl). Der Seniorenfreizeitkreis hat sein Monatsprogramm für den Februar zusammengestellt. Am Sonntag, 2. Februar, fährt um 14 Uhr der Bus um 14 Uhr auf dem Lidl-Parkplatz zum Tanztee in Harsewinkel ab (Anmeldung unter ☎ 02581/9271990). Am Mittwoch und Donnerstag, 5. und 6. Februar, wird ab jeweils 17 Uhr in der Sportschule der Bundeswehr gekegelt. Am Freitag, 7. Februar, beginnt um 15 Uhr der Spiel- und Geburtstagsnachmittag im Malteserhaus an der Gartenstraße. Dort steht am Sonntag, 10. Februar, 10 Uhr, auch leichte Gymnastik auf dem Programm – ebenso wie am Sonntag, 24. Februar. Für Mittwoch, 19. Februar, ist ein Spaziergang inklusive Kaffeetrinken geplant. Amarsch ist um 14.30 Uhr auf dem Parkplatz des Seniorenzentrums Eichenhof an der Dr.-Rau-Allee (Anmeldung unter ☎ 02581/632739). Informationen zum Hausnotruf-System der Malteser gibt es am Samstag, 22. Februar, ab 10 Uhr im Hotel „Im Engel“.

Kursus

Vorlesen will gelernt sein

Warendorf (gl). „Mit Vorlesen Kinder begeistern und fördern“ lautet ein Angebot im Haus der Familie. Kinder brauchen gute Vorbilder, um ihre stimmliche und sprachliche Ausdruckskraft entwickeln zu können. Der dreiteilige Kursus beginnt am Dienstag, 4. Februar, 19.30 Uhr. Die Leitung hat Marietta Hug.

Anmeldungen unter ☎ 02581/2846