

Rat und Hilfe für psychisch kranke Menschen

Kontakt- und Beratungsstellen unterstützen auch deren Angehörige – Angebote sorgen für Alltagsstruktur

■ Von Stephan Tribbels

Menschen mit psychischen Problemen oder Erkrankungen brauchen in der Regel Unterstützung oder zumindest Ansprechpartner, um sich im Alltag besser zurecht zu finden bzw. ihre Lebensqualität zu verbessern. Mittlerweile acht Kontakt- und Beratungsstellen (KuB) der vier Sozialpsychiatrischen Zentren (SPZ) in der gesamten Städteregion Aachen helfen dabei und können von unmittelbar Betroffenen einfach und prinzipiell ohne Kosten besucht werden – auch von deren Angehörigen. Denn auch das Leben mit Menschen, die nachhaltige psychische Probleme haben, bringt vielfach Veränderungen mit sich, mit denen nicht jeder ohne Weiteres klarkommt.

Die Kontakt- und Beratungsstellen für psychisch Kranke und Angehörige verstehen sich als niederschwelliges Hilfsangebot, das etwa Menschen hilft, die nach der Entlassung aus einer Psychiatrie-Klinik Schwierigkeiten haben, ihrem Leben wieder Struktur zu geben oder Menschen die in den Wochen zwischen ihren Psychiater-Terminen Gesprächsraum oder Unterstützung für viele Lebenslagen benötigen oder sich mal mit anderen austauschen möchten. Kontaktmöglichkeiten bestehen auch für Menschen, die lediglich vermuten an einer Depression oder Persönlichkeitsstörung zu leiden und noch mit sich ringen, fachliche Hilfe in Anspruch zu nehmen. „Wir sind da!“, lautet

hier die klare Botschaft der SPZ-Einrichtungen, die in unserer Region zum Teil etwas anders heißen und auch nicht unter ganz einheitlicher Trägerschaft stehen. Das spielt für die Besucher aber keine Rolle, da die Zielsetzungen aller acht Kontaktstellen gleich sind und diese auch nach gleichen Qualitätsstandards eng miteinander kooperieren und sich in ständigem fachlichen Austausch befinden.

Das hat auch praktische Gründe für den ein oder anderen Besucher. Denn gerade psychisch erkrankte Menschen haben oft zusätzlich mit Vorurteilen oder Stigmatisierungen zu kämpfen. In der vermeintlich anonymen Großstadt Aachen könne „das Geheimnis“ leichter eines bleiben und die Kontaktstellen an der Südstraße 8 bzw. in der Trierer Straße 4 ungehemmt aufgesucht werden. Im übersichtlichen Eifelort Simmerath sei das schon anders, weshalb die Besucher auch in der Tat zu außerörtlichen Beratungsstellen pendelten, wissen die SPZ-Mitarbeiter. In dem vom Landschaftsverband und der Städteregion Aachen mitfinanzierten Einrichtungen herrscht alles andere als eine staubtrockene Beratungsatmosphäre. Denn eine wohlige Wohlfühlatmosphäre mit Küche ist quasi in allen Anlaufstellen obligatorisch. „Und gekocht wird bei uns wirklich viel“, wissen Oliver Hannott und Ralf Einmal vom der Stolberger SPZ, auch als „Triangel“ bekannt, aus langjähriger Erfahrung. Das Einnehmen von gemeinsamen

Mahlzeiten ist jedoch nur eine von vielen Aktivitäten, die dabei helfen können, den Erkrankten wie einem Spaziergang und dann, wie an den Folgetagen (je nach Tageszeit) auch, zu offenen Begegnungen mit Frühstück oder Snacks. Manchmal findet samstags sogar ein Discoabend statt. Alle Angebote der KuB und Weiteres erfahren Sie unter ☎0241/32705 oder unter www.ali-ev-aachen.de. Im benachbarten Kohlscheid werden auch spezielle Gesprächsrunden nur für Frauen und sogar Gedächtnistraining angeboten.

Generell gilt: „Alles kann, nichts muss!“ Während einzelne nur mal in die Anlaufstellen hineinschnuppern oder diese nur kurzzeitig in Anspruch nehmen, gehören viele auch zum festen Stamm, der gefühlt



Die Kontakt- und Beratungsstellen sind in der Städteregion breit aufgestellt und bieten vielfältige Hilfe für psychisch erkrankte Menschen und deren Angehörige. Foto: Stephan Tribbels

schon immer dabei war. So gibt es unter der Besuchern auch längst welche, die in die ehrenamtliche Arbeit einbezogen sind. „Generell ist es nicht so einfach, für diesen Bereich ehrenamtliche Helfer zu finden, was eben auch mit noch vorherrschenden Vorurteilen zu tun hat“, merkt Ralf Einmal an. Vorurteile oder gar Angst in Bezug auf die psychisch Erkrankten müsse jedoch niemand haben, betonen die SPZ-Berater. Und auch die Erkrankten selbst sollten keine Befürchtungen haben, was das Hilfsangebot betrifft, da alle Gespräche und Anliegen in den Kontaktstellen selbstverständlich vertraulich behandelt werden.

cher und qualitativer Standards erreichen. Der Städteregionstag hatte Ende 2017 auch eine Aufstockung der finanziellen Förderung des Kontaktstellenverbundes beschlossen. Dadurch konnten zwei neue Anlaufstellen – eine in Simmerath seit April 2018 und eine in Würselen (in Planung) – geschaffen werden und die beiden Aachener Kontakt- und Beratungsstellen personell besser ausgestattet werden. Im Zentrum steht aber, dass hier Menschen zu finden sind, die einem zuhören, ob dies ehrenamtlich tätige Bürgerinnen und Bürger, andere Besucherinnen und Besucher der Einrichtung oder die sozialarbeiterischen Fachkräfte sind.

INFO

Seit vielen Jahren kooperieren im Alt-Kreis Aachen der Aachener Verein zur Förderung psychisch Kranker und Behinderter und der Förderverein für die Rehabilitation psychisch Kranker und Behinderter als Träger der dortigen Kontaktstellen mit dem Gesundheitsamt der Städteregion Aachen.

Seit Januar 2018 ist die Aachener Laienhelfer Initiative (ALI) als Träger der beiden SPZ mit jeweils einer KuB im Gebiet der Stadt Aachen neues Mitglied im Kooperationsverbund. Die Verwaltung und die politischen Vertreter der Städteregion wollten hiermit auch eine bessere Vernetzung und eine Angleichung fachlicher

und qualitativer Standards erreichen. Der Städteregionstag hatte Ende 2017 auch eine Aufstockung der finanziellen Förderung des Kontaktstellenverbundes beschlossen. Dadurch konnten zwei neue Anlaufstellen – eine in Simmerath seit April 2018 und eine in Würselen (in Planung) – geschaffen werden und die beiden Aachener Kontakt- und Beratungsstellen personell besser ausgestattet werden. Im Zentrum steht aber, dass hier Menschen zu finden sind, die einem zuhören, ob dies ehrenamtlich tätige Bürgerinnen und Bürger, andere Besucherinnen und Besucher der Einrichtung oder die sozialarbeiterischen Fachkräfte sind.



Der kleine Prinz
Mein Stern wird für Dich einer der Sterne sein.
Dann wirst Du alle Sterne gern anschauen...
Alle werden sie Deine Freunde sein.

Willi Willms

* 03.12.1952
† 10.11.2018

In stiller Trauer:
Mara Willms

NAJU - NATURSCHUTZJUGEND

Für ökologischen Hochwasserschutz

Flüsse brauchen Platz, ...
... sonst nehmen sie ihn sich.

NAJU Bundesgeschäftsstelle
Herbert-Rabius-Str. 26
53225 Bonn
Tel.: (0228) 40 36-190
www.hochwasser-special.de



Darsteller und Darstellerinnen der Theaterschule spielen die Szenen für die filmischen Szenen auf der App ein.

Foto: Joerg Bartsch

Thermalgeschichte als App

Theaterschule spielt Szenen ein, die den historischen Stadtraum per App wieder zum Leben erwecken

AACHEN. Darsteller der Theaterschule Aachen spielen im Filmstudio in historischen Kostümen Szenen zu verschiedenen Zeitschnitten der Stadtgeschichte Aachens ein. Die kurzen filmischen Spielszenen werden mit Hilfe einer virtuellen Erweiterung der Umgebung (Augmented Reality) über eine App den historischen Stadtraum zum Leben erwecken. Besucher der Route werden damit in verschiedene Zeiten versetzt, in der die heißen Quellen für Aachen

eine bedeutende Rolle gespielt haben. Die Projektgruppe „Thermalwasser-routen“ der Bürgerstiftung Lebensraum Aachen arbeitet zurzeit mit Hochdruck und professioneller Unterstützung an der Fertigstellung der App. Mit ihrer Hilfe werden Besucher zu Flaneuren im urbanen Erfahrungsraum und entdecken auf ihrem Weg aktiv die historischen und naturräumlichen Zeugen der Geschichte des Thermalwassers. Im Stadtgebiet Aachens treten mehr als 30 Thermalquellen

in zwei Quellzügen vorwiegend artesisch aus dem Boden an die Oberfläche. Ein Quellzug befindet sich unter dem Innenstadtbereich, der andere Quellzug liegt unter dem Stadtteil Burt-scheid. Mit der enormen Gesamtwassermenge von täglich ca. 3,5 - 4 Mio. Litern sind sie die ergiebigsten Thermalquellen Deutschlands und gehören mit bis zu 72°C zu den heißesten Mineralquellen Zentralschicht und das Ansehen

der Stadt Aachen geprägt. „Die Bedeutung der heißen Quellen für die Besiedlung der Aachener Gegend und Aachens Entwicklung über 2.000 Jahre Stadtgeschichte hinweg kann nicht hoch genug eingeschätzt werden“, meint dazu die Projektgruppe der Bürgerstiftung Lebensraum Aachen. Die Stadt Aachen, die NRW-Stiftung Naturschutz, Heimat- und Kulturpflege und der Landschaftsverband Rheinland (LVR) unterstützen die Arbeit der Bürgerstiftung bei diesem Projekt. (red)



Unser Herz will Dich halten,
unsere Liebe Dich umfängen,
unser Verstand muss Dich gehen lassen.

In Liebe und Dankbarkeit nehmen wir Abschied von meiner geliebten Frau,
unsere liebevollen Mutter, Schwiegermutter, Oma, Schwester, Schwägerin und Tante

Annellen Kreuger

geb. Brepols

* 30. September 1948 † 6. November 2018

Wir sind sehr traurig, dass sie nicht mehr bei uns sein kann,
aber auch dankbar für alles, was wir gemeinsam mit ihr erleben durften.

Wolfgang

Simone und Lars mit Luis und Emma

jasmin und Daniel mit Mariella und Jonathan

Esther und Thomas

Norbert und Sabine mit Lars und Tim

Der Wortgottesdienst mit anschließender Beisetzung findet statt am Freitag,
dem 16. November 2018, um 9,30 Uhr auf dem Friedhof Lange Hecke.

Anstelle von Blumengaben bitten wir um eine Spende an das Hospiz am Itebach,
IBAN: DE16 3906 0180 0654 6541 23, unter Angabe des Namens „Annellen Kreuger“.