

THEATERPÄDAGOGIK

Zeit ist Leben

Wer stiehlt unsere Zeit? Wo geht sie hin? Sparen wir sie auf – für ein besseres Leben? Mit diesen Fragen beschäftigt sich das Theaterprojekt „Zeitdiebe“ und orientiert sich dabei an Michael Endes Roman „Momo“.

Wir kennen sie alle, die grauen Männer, die die Zeit stehlen – und noch viel mehr. Wer durchs Leben hetzt, hat weniger Freude, verpasst wichtige Momente. Das wollen die Theaterpädagoginnen Janne Cremer und Aljosha Lübke von der [Hochschule Osnabrück](#) Teilnehmerinnen und Teilnehmern aus verschiedenen Selbsthilfegruppen vermitteln. Ziel des Zeitdiebe-Projekts ist es, gemeinsam ein Theaterstück über den Umgang mit der Zeit zu entwickeln. Dabei gibt es kein festes Drehbuch, die Teilnehmer können frei improvisieren und spielerisch verschiedene Szenen entwickeln, die auch durch Bewegungsübungen aufgelockert werden. Im Dezember dieses Jahres wollen die Laiendarsteller ihr Stück dann mit einem Bühnenauftritt der Öffentlichkeit vorstellen.



Wer hat an der Uhr gedreht – die Zeitdiebe?

Die [Schaumburger Kontaktstelle](#) hat begonnen – unter anderem mit der Theatergruppe – themenübergreifende Selbsthilfegruppen aufzubauen, die gut geeignet sind, die gesundheitlichen Ressourcen der Betroffenen zu stärken. So lernen die Teilnehmer verschiedener bereits bestehender Selbsthilfegruppen sich selbst und die Mitstreitenden auf einer ganz neuen Ebene kennen. Interessierte, die zur Gruppe dazustoßen möchten, sind willkommen – schauspielerische Vorerfahrung ist nicht vonnöten. ●

Kontakt: Selbsthilfe-Kontaktstelle des Paritätischen Schaumburg, Claudia Walderbach, Tel.: 05722 952220

selbsthilfe.schaumburg@paritaetischer.de

DIE BESONDERE ZAHL

1,18 Millionen Euro

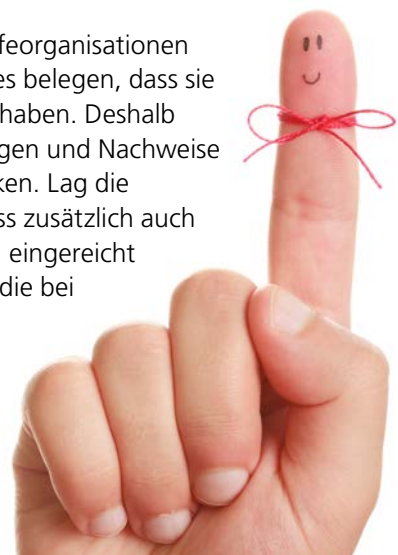
hat die AOK Niedersachsen im Förderjahr 2018 in die Projektförderung der Selbsthilfe investiert. Insgesamt wurden Selbsthilfegruppen und -kontaktstellen mit 886.223 Euro gefördert. Selbsthilfeorganisationen haben Projekte in Höhe von 300.530 Euro durchgeführt. Für das Förderjahr 2019 wurden bereits 958.881 Euro für verschiedene Projekte bewilligt. Bis Dezember können Selbsthilfegruppen noch weitere Fördermittel beantragen.

MITTELVERWENDUNG

Fristen im Blick behalten

Nicht vergessen: Selbsthilfegruppen, Selbsthilfeorganisationen und Kontaktstellen müssen bis Ende des Jahres belegen, dass sie die Fördergelder ordnungsgemäß verwendet haben. Deshalb werden sie gebeten, entsprechende Rechnungen und Nachweise an die zuständigen Ansprechpartner zu schicken. Lag die Projektförderung oberhalb von 500 Euro, muss zusätzlich auch eine „Einnahmen- und Ausgabenaufstellung“ eingereicht werden. Ab Oktober gibt es [neue Formulare](#), die bei Anträgen für das Förderjahr 2020 verwendet werden müssen. ●

Liste aller zuständigen Ansprechpartner der AOK Niedersachsen



LESUNG

Tragik mit Augenzwinkern

Wie sich das Leben ihrer ganzen Familie nach dem Schlaganfall ihres Mannes verändert, erzählt Barbara Wentzel in ihrem Buch „Käsekuchen mit Sauerkraut“. In Vechta hatte die örtliche Selbsthilfe sie zu einer Lesung eingeladen.

Barbaras und Henriks Leben ist perfekt – bis Henrik, kurz vor seinem 56. Geburtstag, einen Schlaganfall erleidet. Auch nach der Reha kann er den Rollstuhl nicht verlassen. Damit käme die Familie noch zurecht – wenn die erheblichen Zerstörungen in seinem Gehirn nicht wären. Empathie und Realitätssinn sind seitdem dehnbare Begriffe



geworden. Barbara Wentzel erzählt in ihrem Buch „Käsekuchen mit Sauerkraut“ tragikomisch von Schmerz, Wut und den Untiefen des deutschen Pflegesystems. Aber auch von Loyalität und Liebe, die sich verändert, doch trotz allem nie vergeht. Neben einer

Schmerz, Trauer und Wut verbinden sich im Buch mit einer großen Portion Ironie.

gebundenen Ausgabe gibt es das Werk auch als Hörbuch.

Auf Einladung der Selbsthilfegruppe Junge Aphasie, des [Aphasiezentrums Langförden](#) und der [Buchhandlung Vatterodt](#) las die Autorin am 17. Juni aus ihrem Buch. Zur Lesung kamen etwa 50 Betroffene, Angehörige sowie Fachleute und folgten der wahren und berührenden Erzählung Wentzels, die trotz der tragischen Ereignisse die Geschichte ihrer Familie immer auch mit einem Augenzwinkern vorträgt. ●

VERANSTALTUNGSTIPPS

25. September 2019, 16 bis 17 Uhr, GDA Kleefeld, Hannover

Vortrag und Diskussion: Depressionen im Alter
 Depression im Alter ist eine häufige psychische Erkrankung. Oftmals werden aber, gerade im höheren Lebensalter, die Beschwerden als Ausdruck eines körperlichen Defekts fehlgedeutet. Die Depression bleibt dann unerkannt und wird zu einem chronischen Problem. Im Vortrag „Depression im Alter“ informiert Julia Ostermann darüber, wie man das Erkrankungsbild erkennt und welche Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten es gibt.

16. Oktober 2019, 9 bis 16 Uhr, Haus der Region, Hildesheimer Str. 20, Hannover
Fachtagung: „Gute Arbeit ist die beste Medizin – neue Formen der Arbeit“

Der Wandel in der Arbeitswelt fordert nicht nur neue technische, sondern auch fachliche Kompetenzen. In verschiedenen Vorträgen informieren die Referenten am Vormittag etwa über wichtige Erscheinungsformen psychischer Erkrankungen und neueste Erkenntnisse zu deren Häufigkeit.

Auch betriebliche Belastungen und neue Interventionsangebote werden in den Vorträgen behandelt. Am Nachmittag gibt es dann verschiedene vertiefende Workshops. Die Teilnahme kostet 70 Euro.

Anmeldung: [Bildungsvereinigung Arbeit und Leben](#)
Mail: Marion.Vilches@aul-nds.de



5. November 2019, 17:30 Uhr, Apollokino, Hannover
Filmabend: Der Junge muss an die frische Luft
 Als seine Mutter stirbt, verliert der kleine Hans-Peter das Zentrum seines Lebens. „Der Junge muss an die frische Luft“ erzählt aus der Kindheit des heute berühmten Entertainers Hape Kerkeling. Der Film schafft es auf gleichermaßen einfühlsame und unterhaltsame Weise, dem Zuschauer das Thema Depression nahe zu bringen.