

Aus der Isolation zurück ins Leben

Der Verein „Die Brücke Lahr“ hilft Menschen mit psychischen Erkrankungen, wieder Teil der Gesellschaft zu werden – mit Selbsthilfegruppen, kreativen Projekten und Krisenbegleitung. Die Vorsitzenden erklären, wie sie die Betroffenen unterstützen.

■ Von Olga Merz

LAHR. Depression, Schizophrenie, Essstörung: Die Krisen der Menschen, die bei „Die Brücke Lahr“ Hilfe suchen, sind vielfältig. Der 1994 gegründete Verein ist ein Zusammenschluss von Psychiatrie-Erfahrenen, Angehörigen, professionell und ehrenamtlich Tätigen sowie eine Anlaufstelle für Personen in psychischer Not. Die Gruppe hat es sich zum Ziel gemacht, Betroffenen zu helfen und sie in die Gesellschaft einzubinden. Im Gespräch mit unserer Redaktion geben die beiden Vorsitzenden Ralph Dürr und Joachim Wenk einen Einblick in ihre Arbeit.

„Unser Antrieb ist, dass man etwas bewirken kann“, betont Dürr. „Wir sind überzeugt davon, dass es steigenden Bedarf gibt.“ So stelle der Verein, der aktuell rund 90 Mitglieder habe, seit der Pandemie etwa besonders Auffälligkeiten bei Jugendlichen fest. „Junge Leute igeln sich ein. Auch Vereinsamung durch Homeoffice ist ein Thema. Wir merken, dass das zunimmt“, berichtet er. Doch auch Menschen mit anderen psychischen Problemen – „aus dem gesamten Spektrum“ – werde geholfen.

Verein bietet Betroffenen vielfältige Hilfen an

„Wir arbeiten im Verein grundsätzlich trialogisch“, erläutert Joachim Wenk die Vorgehensweise. Es gehe stets um eine Zusammenarbeit von Betroffenen, Angehörigen und Profis. Ziel sei es, die Menschen dort abzuholen, wo sie gerade situativ seien, sie gegebenenfalls aus der Isolation herauszuho-



Menschen in psychischer Not erhalten beim Lahrer Verein „Die Brücke“ Hilfe.

Symbolfoto: Walzberg

len und ihnen möglichst zu helfen, bevor ein Klinikaufenthalt notwendig wird. Um das zu schaffen, gibt es verschiedene Angebote, die in Kooperation mit dem Sozialpsychiatrischen Dienst dargeboten werden: Es gibt Selbsthilfegruppen, Gruppen für Angehörige, „das Atelier“ (ein Kunstprojekt von Menschen mit und ohne Psychiatrie-Erfahrung), die Theatergruppe „Brückenspiel“, eine Musikgruppe, eine Achtsamkeitsgruppe und noch vieles mehr.

Das neueste Projekt ist die „ambulante Krisenbegleitung“,

wobei Menschen in Krisen je nach ihren Bedürfnissen begleitet werden. „Wenn Menschen in psychischer Not sind, denkt man häufig direkt an eine stationäre Aufnahme. Oft geht es aber ums Zuhören, ums Wahrnehmen. Gespräche können schon sehr entlastend für alle Involvierten wirken“, erklärt Dürr. Auch ein stationärer Aufenthalt habe seine Berechtigung, sei aber nicht immer sofort notwendig. Der Ablauf: Für den Betroffenen werde ein Krisenteam zusammengestellt, aus Experten und Angehörigen, und in einem Netzwerkgespräch genau geschaut, was die Person benötige. „Teilweise binden wir sogar auch den Arbeitgeber ein“, so Dürr. 43 Begleitungen mit knapp 400 Kontakten habe es im vergangenen Jahr gegeben.

Auch wenn das Thema psychischer Krankheiten in der Gesellschaft teilweise salonfähiger werde, „das Stigma ist nach wie vor da“, betonen Dürr und Wenk. Um das zu ändern, biete der Verein unter anderem auch Veranstaltungen in Schulklassen an. „In der Regel haben dort 50 Prozent schon Erfahrungen mit psychischen Krankheiten gemacht, selbst oder im

Umfeld“, berichtet Wenk im Gespräch.

Die Vereinsarbeit, die auf Spenden basiert, zu stemmen, ist alles andere als einfach. Das wird bei dem Gespräch mit den Vorsitzenden deutlich: „Das Spendenbeschaffen ist jedes Jahr aufs Neue schwer. Wir haben ja wahnsinnige Kosten“, so

Dürr. Was die beiden trotzdem antreibt: „Es ist immer total schön, wenn Betroffene wieder in die Arbeitswelt zurück gehen können oder eben ohne Klinikaufenthalt an Psychotherapeuten angedockt werden können. Oder wenn Leute, nachdem wir ihnen geholfen haben, als Mitstreiter wiederkommen.“

Verein braucht Unterstützung

In verschiedenen Bereichen ist „Die Brücke Lahr“ auf der Suche nach Unterstützung, betonen die Vorsitzenden Ralph Dürr und Joachim Wenk: **Für die Vorstandsarbeit** sei man derzeit auf der Suche nach jungen Menschen, die Zeit, Lust, Geduld und Energie haben, sich einzubringen und den Verein zu unterstützen.

Für eine Krisenwohnung, mit der es möglich werden soll, Menschen in besonderen Fällen, „wenn es zu Hause nicht mehr geht“, so Dürr, aus der Familie zu holen, ist der Verein auf der Suche nach einer Zweizimmerwohnung. Der Krisenbegleiter soll dort mit vor Ort sein können.

Für den Onlineauftritt sucht der Verein Menschen, die sich

mit Sozialen Medien auskennen, sich um die Webseite kümmern oder auch mal ein Fundraising organisieren können. „Das wäre eine Riesenhilfe, wenn man da jemanden hätte“, so die Vorsitzenden.

Für die ambulante Krisenbegleitung werden in einer neuen Schulungsserie Krisenbegleiter ausgebildet. Die Voraussetzung: „Man muss Mensch sein“, so Dürr. die Schulung umfasst acht Module, die Termine werden vierzehntägig jeweils samstags von 14 bis 18 Uhr angeboten. Los geht es am 12. April.

Weitere Infos zum Verein und den Angeboten gibt es per E-Mail an info@diebruecke-lahr.de oder unter Telefon 0157/51 08 19 27.



Ralph Dürr (links) und Joachim Wenk, die Vorsitzenden der „Brücke Lahr“, freuen sich über Unterstützung.

Foto: Merz

Freizeitbusse der SWEG starten in die Saison

Ausflügler gelangen von Lahr zum Geisberg, über den Schönberg nach Biberach, auf den Langenhard und zum Europa-Park.

LAHR. Die SWEG hat wieder einige Linienbusse für Wanderer, Radfahrer und Europa-Park-Besucher im Programm. Hier ist ein Überblick.

— **Radbus zum Geisberg:** Der Radbus zum Geisberg verkehrt vom 6. April bis 26. Oktober auf der Linie 106 an Sonn- und Feiertagen. Von Lahr aus fährt er über Seelbach und Schuttertal zum Geisberg, der Ausgangspunkt für verschiedene Radtouren ist. Im Fahrradanhänger können bis zu 16 Fahrräder mitgenommen werden – ohne Zusatzkosten. Natürlich befördert der Radbus nicht nur

Radler. Auch Wanderer bringt er in eines der schönsten Wandergebiete der Region.

— **Freizeitbus über den Schönberg:** Der Freizeitbus über den Schönberg nach Biberach verkehrt vom 6. April bis 26. Oktober an Sonn- und Feiertagen. Von Lahr aus bringt er Gäste über Kuhbach, Reichenbach und den Schönberg nach Biberach im Kinzigtal. Eine Fahrradmitnahme ist in diesem Bus nicht möglich. Von Biberach aus besteht die Möglichkeit zur Weiterfahrt mit den Zügen der SWEG ins Harmersbachtal, in Richtung Freudenstadt, Horn-

berg (mit Halt in Gutach am Schwarzwälder Freilichtmuseum Vogtsbauernhof) oder in Richtung Offenburg mit Anschluss nach Straßburg.

— **Lahrbus auf den Langenhard** Vom 1. April bis 31. Oktober gelangen Wanderer per Bus auf den Langenhard und wieder zurück – und zwar von Montag bis Freitag zweimal täglich mit der Lahrbus-Linie 105.

— **Linienbus 113 zum Europa-Park:** Mit einem Linienbus lässt sich von Lahr aus auch der Europa-Park ansteuern. Die SWEG-Busse der Linie 113



Der Radbus zum Geisberg fährt an dem 6. April.

Foto: SWEG

bringen täglich Parkbesucher von Lahr nach Rust und zurück. Montags bis samstags steht die reguläre Fahrt vom Schlüssel

(Abfahrt 7.59 Uhr) bis Rust Rathaus (Ankunft 8.55 Uhr) zur Verfügung – so gelangt man pünktlich und ohne Umstieg zur Parköffnung nach Rust. Sonn- und feiertags gibt es morgens auf dem Abschnitt Ettenheim – Altdorf – Orschweier Bahnhof – Grafenhausen – Kappel – Rust zwei zusätzliche Fahrten, die Besucher zum Park bringen. Sonn- und feiertags werden auf dem Abschnitt Rust – Kappel – Grafenhausen – Orschweier Bahnhof – Altdorf – Ettenheim außerdem abends zwei zusätzliche Fahrten zur Rückfahrt angeboten – und zwar ganzjährig. red/sl

Na so was

Von Herbert Schabel



Der Aprilscherz in der Krise

Weshalb ein alter Brauch es heute schwer hat.

Na, liebe Leser, sind Sie heute schon auf den Arm genommen worden? Denn am 1. April legt man andere gern herein. Zumindest tat man das früher noch recht häufig, gerade in den Medien. Ansonsten ernsthafte Journalisten versuchten an diesem Tag, ihre Leser oder Zuhörer zu veralbern. 2011 sprachen sich etwa 78 deutsche Radiosender ab und meldeten, das Kraftfahrt-Bundesamt wolle insgesamt 60000 Strafpunkte erlassen – per Lotterie. Verkehrssünder könnten dafür Lose kaufen. Prompt brachen bei der Behörde in Flensburg die Leitungen zusammen. Dass Aprilscherz in den Medien einst Konjunktur hatten, kann ich auch aus eigener Erfahrung sagen. Vor 30 Jahren war ich angehender Redakteur bei einem Zeitungsverlag in Offenburg, der nach einem Hundebiss in der Innenstadt am 1. April vermeldete, alle Hundebesitzer müssten ihre Vierbeiner zum DNA-Test aufs Rathaus bringen, um den Schuldigen zu ermitteln. Einige Herrchen und Frauchen ließen sich in den April schicken, sie gingen mit ihren Lieblingen zur Offenburger Stadtverwaltung. Ganze Redaktionen dachten sich einst so einen Quatsch aus. Doch mittlerweile ist der gute alte Aprilscherz in den Medien fast ausgestorben. Es könnte daran liegen, dass heutzutage täglich Spaßvideos millionenfach auf Social-Media-Kanälen verbreitet werden. Täuschend echte, KI-generierte Bilder fluten das Netz. Im Schatten von Fake-news verzichten die meisten seriösen Medien – darunter die Lahrer Zeitung – schon länger auf die kleinen Frühlingscherze. Die Leser sollen immer darauf vertrauen können, was in der Zeitung steht. Doch es gibt sie noch, die Fans von Aprilscherzen, vor allem bei Behörden und Radiosendern. Glauben Sie, liebe Leser, deshalb nicht alles, was man Ihnen heute unterjubeln will.

Im Notfall

Polizei: 110
Feuerwehr, Notarzt: 112
Krankentransport: 0781/19222
Frauennotrufzentrale: 0781/923 79 80
Telefon-Seelsorge: 0800/111 01 11

APOTHEKEN
 Apotheke an der Kirche Nonnenweiher, Nonnenweiher Hauptstraße 15 in 77963 Schwanau, Telefon 07824/4195

ÄRZTE
Fahrdienst (ärztliche Hausbesuche): 116 117
Medizinisches Versorgungszentrum Ettenheim: 8 bis 18 Uhr, Telefon 07822/78 89 30

KRANKENHÄUSER
Lahr: 07821/93-0
Herzzentrum: 07821/925-0