



KUCK

Alles eine Frage des Formats

BIS HIERHIN ODER WEITER?

Mit eigenen

GRENZEN

leben.

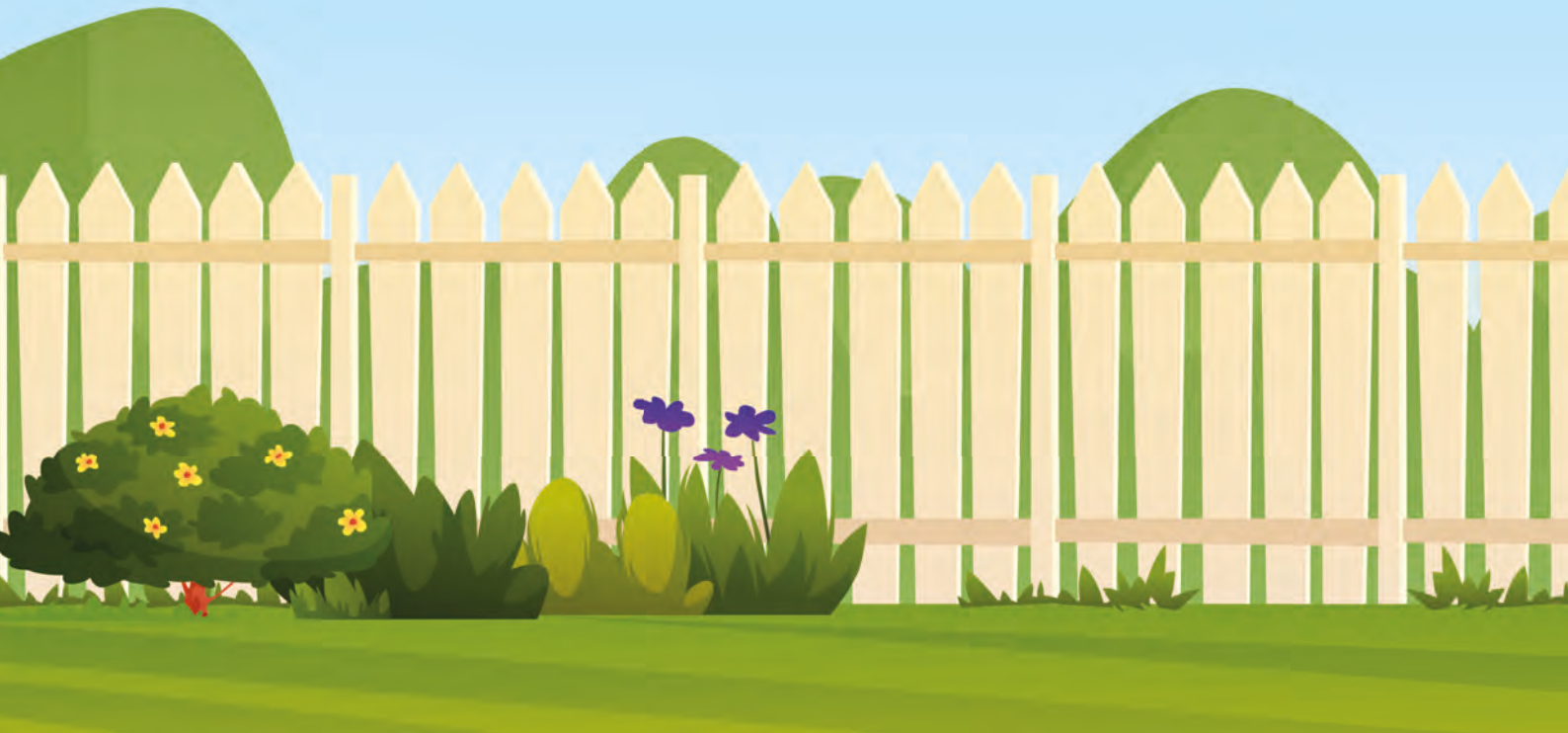
GRENZERFAHRUNGEN VERSCHIEDENSTER ART

Mit den Grenzen ist das so eine Sache ... Davon können auch die Bewohner des Ortes Baarle an der niederländisch-belgischen Grenze ein Lied singen. Denn hier existiert der wohl komplizierteste Grenzverlauf der Welt, der seine Ursprünge im Mittelalter hat. Hier beläuft man im Getränkemarkt „De Biergrens“ (Name ist Programm!) seinen Einkaufswagen auf niederländischem Staatsgebiet und bezahlt den Gerstensaft dann offiziell in Belgien. Dabei ist dieses Haus längst keine Ausnahme: Zahlreiche Gebäude in Baarle stehen hier auf der

Grenze. Da braucht so mancher nur den Stuhl zu verrücken und befindet sich im anderen Land. Die Bewohner gehen mit der Situation pragmatisch um. Sie gehören jeweils dem Staat an, in dem ihre Haustür liegt – was manchen sogar dazu bewogen hat, die eigene Haustür zu versetzen. Denn entgegen der Annahme, dass es hier alle ganz locker mit der Grenze sehen, ist das ganz und gar nicht der Fall. Für viele ist es eine entscheidende Frage: Bin ich belgisch? Bin ich niederländisch? Das hört man ihnen sogar am sprachlichen Akzent an ... Denn so sehr mancher alle Grenzen am liebsten abschaffen und überwinden möchte, gibt es auch diejenigen Menschen, denen Grenzziehungen wichtig sind. Und das

ist keineswegs nur in diesem speziellen wortwörtlichen Fall so: Jeder von uns hat seine eigenen Grenzen – je nachdem woher er kommt, wie er körperlich beschaffen ist, welche Erfahrungen er gemacht hat und welchen gesellschaftlichen Zwängen er unterliegt ... Jeder von uns kommt täglich an den Punkt zu entscheiden: Überschreite ich diese Grenze jetzt und betrete Neuland oder bleibe ich in meinem gewohnten, sicheren Hafen?

Manchen sind dabei die eigenen Grenzen so eng gesetzt, dass ein Überwinden – beispielsweise der Sprachbarriere fast unmöglich ist. Raphael Müller ist so ein Fall: Der junge Mann ist mehrfach behindert,



dass er weder sprechen noch laufen kann. Sein Körper erlaubt ihm dennoch, gewisse Grenzen weicher werden zu lassen: Er kann nämlich mit Unterstützung schreiben und hat bereits mit 14 Jahren sein erstes Buch veröffentlicht. **Raphael Müller** überwindet mithilfe seiner poetischen Texte die kommunikativen Grenzen zu seinen Mitmenschen. Wie er selbst darüber denkt, verrät er uns in einem schriftlich geführten Interview **auf den Seiten 28–37**.

Entfaltungsraum für gesundheitlich oder sozial beeinträchtigte Menschen schaffen auch **die v. Bodelschwingschen Stiftungen Bethel** in Bielefeld: **Auf den Seiten 6–12** stellen wir Ihnen in einem Porträt das

karitative Bethel-Universum vor. Was im 19. Jahrhundert als kleines Dorf begann, zählt heute zu den größten diakonischen Sozialunternehmen Europas. Lesen Sie doch mal in die abgedruckten Bethel-Geschichten hinein: Sie zeigen einerseits, wie reich und erfüllt auch ein Leben innerhalb eng gesetzter Grenzen sein kann und wie wichtig es andererseits ist, diese hin und wieder zu überwinden.

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen viel Freude beim Lesen und Entdecken von Grenzerfahrungen verschiedenster Art!

Ihre KUCK-Redaktion
April 2024 —



Mögen die Grenzen,
an die du stößt, ...

einen Weg für

deine TRÄUME

offen lassen.

Altirischer Segenswunsch

INHALTSVERZEICHNIS

SEITE 02 – 03

GRENZERFAHRUNGEN VERSCHIEDENSTER ART

SEITE 06 – 12

HINGEKUCKT

Ein Porträt über die v. Bodelschwingschen Stiftungen Bethel – eines der größten diakonischen Sozialunternehmen Europas

SEITE 14 – 15

BUNTES –

NEUES AUS DER ZENTRALE

In Österreich wurden von uns zwei neue Imagefilme für das KABEG-Klinikum in Villach produziert.

SEITE 16 – 17

Über Social-Media-Clips made by KLINIK INFO KANAL

SEITE 18 – 19

THEMA TV

Dirk Gerbode stellt uns den Beitrag „360°-Reportage: Koh Panyee: Thailands fußballverrückte Insel“ vor.

SEITE 21

Wie KIK-TV für das eigene Recruiting eingesetzt werden kann.

SEITE 23

FOKUS FOYER

Wir informieren auf FOYER über das E-Rezept.

SEITE 25

KIK-GUCK: Die Reise geht weiter.

SEITE 26 – 27

Unser liebster Frühlings-Mutmacher

SEITE 28 – 37

KUCKPLUS

Raphael Müller ist Autist der atypischen Form innerhalb der sogenannten Autismus-Spektrum-Störung. Er und seine Mutter sprachen mit KUCK darüber, wie sie einen Weg gefunden haben, diese gesetzte Grenze lebensbejahend auszufüllen.

SEITE 38 – 39

Wir fragten das KIK-TEAM:

„Was begrenzt dich und wann fühlst du dich grenzenlos?“

SEITE 40 – 41

KURZ & BÜNDIG

Knackig kurz: Die Zahl 52

SEITE 42 – 43

BIS WEIT ÜBER DIE GRENZEN HINAUS UNTERWEGS

Wie die Voyager-Sonden 1 und 2 das Sonnensystem erkunden sollen.

SEITE 44 – 45

KUCK SCHREIBT GESCHICHTE

Über Louis Braille, den Erfinder der Blindenschrift, und wie er Blinden mit dieser einen Weg in die schriftliche Welt ermöglicht hat.

SEITE 46

ECHO –

WAS SAGEN DIE PARTNER?

KIK-Partner kommen hier zu Wort.

SEITE 47

IQUICK – WIE FIT SIND SIE?

Halten Sie sich fit mit raffinierten Denkspielen und Rätseln.

SEITE 48

BIS HIERHIN ODER WEITER?

Unsere KUCK-Spotify-Playlist lotet menschliche Grenzen aus.

SEITE 49

KUCK KLASSIKER

In der KUCK-Ausgabe 26 ließen wir uns von Johann Wolfgang von Goethe inspirieren und dachten über menschliche Grenzen des Zusammenlebens nach. Ein Rückblick.

SEITE 50 – 51

KUCK KOLUMNE

Paulina Voggetzer schreibt, warum sie sich sonntags eigene Grenzen setzt, damit der Tag sich vom Alltag abhebt.

SEITE 53

LYRIK TRIFFT KUCK

Gisela Klenner verfasst Lyrik – exklusiv und inspiriert vom KUCK-Thema.

SEITE 55

KUCK SAISONAL

Was hat Saison? Heute stellen wir Ihnen die Himbeere vor.

SEITE 57

IQUICK – SO FIT SIND SIE!

SEITE 59

IMPRESSUM

HINGEKUCKT

RÄUME ZUR ENTFALTUNG SCHAFFEN: DIE V. BODELSCHWINGH- SCHEN STIFTUNGEN BETHEL

DAS WASCHHAUS BETHABARA, 1910.

Hier lebten und arbeiteten Frauen mit Epilepsie. Zu Bethel gehörten zahlreiche eigene Betriebe, wie Bäckerei und Tischlerei, dazu noch große Ländereien und Hausgärten, sodass eine weitgehende Selbstversorgung möglich war.

© Stiftung Bethel

Viele karitative Einrichtungen, Kliniken und Behindertenwerkstätten tragen „Bethel“ in ihrem Namen. Auch der KLINIK INFO KANAL ist Partner beispielsweise des Evangelischen Klinikums Bethel und hat dort im vergangenen Jahr das spezielle Wartebereich-Infotainment KIDS-FOYER an den Start gebracht. Doch wer steht eigentlich hinter dem Namen „Bethel“? Die KUCK-Redaktion ist auf Entdeckungsreise gegangen und

hat sich den Mikrokosmos Bethel genauer angeschaut: Ein Porträt über eines der größten diakonischen Sozialunternehmen Europas.

Der Ursprung der v. Bodelschwingschen Stiftungen Bethel liegt inmitten der sanften Hügel um die Stadt Bielefeld herum. Ihre Gründung reicht zurück in die bewegte Zeit des 19. Jahrhunderts: Die neu entstandene bürgerliche Gesellschaft prosperierte,

BETHEL bei Bielefeld
Waschhaus Bethabara



UNSERE VISION IST DAS SELBSTVERSTÄNDLICHE ZUSAMMENLEBEN, DAS GEMEINSAME LERNEN UND ARBEITEN ALLER MENSCHEN.

während untere Bevölkerungsschichten noch immer in Armut verharrten und nicht vom medizinischen Fortschritt der Zeit profitieren konnten. Behinderte sowie chronisch oder psychisch Erkrankte standen am Rande der Gesellschaft und waren auf die Armenfürsorge angewiesen, die meist vonseiten der Kirche organisiert war. In dieser Zeit, genauer 1867, gründete die Innere Mission der evangelischen Kirche am Rande der Stadt Bielefeld ein Pflegehaus für epilepsiekranken Jungen und Männer: Bethel, benannt nach dem biblischen Ort Bet-El (Gen 28,16–19), der in der hebräischen Sprache „Haus Gottes“ bedeutet.

DAS „HAUS GOTTES“ WÄCHST

Was klein mit 20 Pflegeplätzen auf einem umgebauten Bauernhof anfang, wuchs unter der Leitung des Pfarrers Friedrich von Bodelschwingh d. Ä. (1831–1910) schnell zu einem bedeutenden Zentrum heran: Bald wurden in Bethel nicht mehr nur Epilepsiekranken betreut – es entstanden auch Heimstätten, die der allgemeinen Krankenpflege dienten, zahlreiche Hilfsangebote

für arbeits- und obdachlose Menschen, für psychisch Erkrankte, Suchtkranke und Jugendliche. 1905 gehörten bereits 40 Häuser zu den v. Bodelschwinghschen Stiftungen, die längst die Bielefelder Stadtgrenze überschritten hatten und in der weiteren Region und sogar in Berlin angesiedelt waren. An die Heime angeschlossen waren eigene Wohnstätten für Familien, zahlreiche eigene Betriebe wie Bäckereien oder Tischlereien, sowie Ländereien und Hausgärten, die eine Selbstversorgung der Wohlfahrtsiedlungen ermöglichten.

Für die Pflege der Armen und Kranken ließen sich schon kurz nach Gründung des Heims Diakonissen in Bielefeld nieder. Damals waren diese Frauen, die sich für die Lebens-, Glaubens- und Dienstgemeinschaft der Diakonissen entschieden hatten, noch zu Ehelosigkeit verpflichtet und trugen eine eigene Tracht. Im Zuge des Ausbaus der Bethel'schen Wohnstätten entstanden gleich mehrere große diakonische Gemeinschaften, darunter auch Bruderschaften mit diakonischen Brüdern, die teilweise noch in der Gegenwart für Bethel tätig sind.

BETHEL IN DER GEGENWART

Heute ist Bethel eines der größten diakonischen Sozialunternehmen in Europa und größter Arbeitgeber der Stadt Bielefeld. Das Netzwerk der fünf rechtlich selbstständigen kirchlichen Stiftungen umfasst deutschlandweit mittlerweile um die 300 Standorte, an denen rund 24.000 Mitarbeitende beschäftigt sind. Sie sind tagtäglich im Einsatz für die Idee, behinderten, kranken, alten oder benachteiligten Menschen ein selbstbestimmtes und menschenwürdiges Leben innerhalb einer Gemeinschaft zu ermöglichen, sie medizinisch-pflegerisch zu versorgen, ihnen Orientierung und Lebensraum zu bieten. Das Konzept hinter Bethel fußt heute wie damals auf der gleichen Vision: „das selbstverständliche Zusammenleben, das gemeinsame Lernen und Arbeiten aller Menschen in ihrer Verschiedenheit“.

EIN EIGENER MIKROKOSMOS

Der Vision Bethels entsprechend stand schon früh der Gedanke im Mittelpunkt, den Kranken und Behinderten nicht nur pflegerisch zur Seite zu



DIE VISION

"Unsere Vision ist das selbstverständliche Zusammenleben, das gemeinsame Lernen und Arbeiten aller Menschen. Ihre Verschiedenheit verstehen wir als Bereicherung: Mehr oder weniger gesunde, mehr oder weniger behinderte, mehr oder weniger leistungsfähige, jüngere und ältere Menschen, Menschen unterschiedlicher kultureller Herkunft und religiöser Prägung sollen als Bürgerinnen und Bürger mit gleichen Chancen, Rechten und Pflichten in der Gesellschaft leben.

Unsere Vision gründet im christlichen Glauben und beruht auf der Achtung der unbedingten Würde jedes einzelnen Menschen als Geschöpf Gottes. Sie fordert Nächstenliebe, Solidarität und einen fairen Interessenausgleich im Zusammenleben."

Foto links: Evangelisches Klinikum Bethel | Kinderzentrum
Foto rechts: Assapheum | Tagungszentrum Bethel

© Stiftung Bethel

stehen, sondern ihnen ein weitgehend „normales“ Leben zu ermöglichen. Dazu gehörte schon seit den Zeiten Friedrich von Bodelschwings, den individuellen Fähigkeiten entsprechend sinnvolle Beschäftigungsmöglichkeiten zu schaffen. So entstanden schon früh spezielle Arbeitswerkstätten für beeinträchtigte Menschen. Hier konnte jeder, seinen Möglichkeiten und seinem Tempo entsprechend, einen sinnvollen Beitrag für die Gemeinschaft leisten, ein Teil von ihr sein und sich angenommen

fühlen – ein Prinzip, das bis heute in zahlreichen Werkstätten für behinderte Menschen, auch anderer Trägerschaften, mit Erfolg umgesetzt wird. Die einzelnen Heime hatten daher schon früh den Charakter eigener kleiner Siedlungen, in denen – gleich einem Mikrokosmos – vielfältige Bereiche angesiedelt waren: eigene Handwerksbetriebe, Wäschereien, Küchen, aber auch landwirtschaftliche Betriebe, die mithilfe zahlreicher helfender Hände Lebensmittel für den eigenen und Fremdbedarf anbauten.

INDIVIDUELLE ENTFALTUNG INNERHALB DER EIGENEN MÖGLICHKEITEN UND DARÜBER HINAUS

Schaut man sich den Internetauftritt der v. Bodelschwingschen Stiftungen an, gewinnt der aufmerksame Leser schnell den Eindruck, in ein Kaleidoskop an Lebenswelten zu blicken: Der Bethel'sche Mikrokosmos ist vielfältig, bietet Raum für unzählige Beschäftigungen und ermöglicht beeinträchtigten Menschen, ein weitgehend normales Leben zu führen – wie



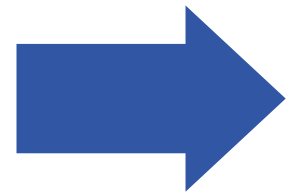
andere Menschen auch. Das entspricht dem in den 1950er-Jahren entwickelten „Normalisierungsprinzip“, nach dem angestrebt werden sollte, das Leben von Menschen mit Beeinträchtigungen in allen Phasen so normal wie möglich zu gestalten. Jeder soll sich entfalten dürfen – innerhalb der eigenen Möglichkeiten und darüber hinaus.

So finden sich in den „Geschichten aus Bethel“ nicht nur Porträts über vielfältige Persönlichkeiten, sondern auch über unterschiedlichste Projek-

te – angefangen von dem Second-hand-Laden „Brockensammlung“ („Sammelt die übrigen Brocken, auf dass nichts umkomme“, Joh. 6,12), über die Pop- und Rockband „Rocketstars“, das inklusive Bethel-Hotel in Bad Neuenahr-Ahrweiler, bis hin zu Theaterwerkstätten, in denen Menschen mit verschiedensten Voraussetzungen künstlerisch wirken und sich entfalten können. Alle diese Projekte dienen dazu, den einzelnen Menschen in seiner Individualität zu fördern und ihm Entfaltungsraum zu bieten, der eigene Grenzen respektiert und

gleichzeitig dazu einlädt, diese zu überwinden.

Werfen Sie doch mal einen Blick in das Bethel-Kaleidoskop, das wir Ihnen zusammengestellt haben – mit freundlicher Genehmigung der v. Bodelschwingschen Stiftungen Bethel.



Heike Szillmischkies – Sachspenden-Annahme Brockensammlung



Ein in die Jahre gekommenes Mikroskop, eine gebrauchte Gitarre, ein altehrwürdiges Porzellanservice ... Um Heike Szillmischkies herum stapeln sich Kisten mit den unterschiedlichsten Dingen, darunter „viele echte Schätzchen“, wie sie findet. Der Arbeitsplatz der 44-jährigen Mitarbeiterin in der Sachspenden-Annahme der Brockensammlung Bethel ist ein Dschungel aus allerlei nützlichen, dekorativen und oft auch kuriosen Dingen. Die gespendeten Kisten zu öffnen ist jedes Mal spannend für Heike Szillmischkies. Sie ist eine von rund 90 Mitarbeitenden, darunter viele behinderte, psychisch kranke oder sozial benachteiligte Menschen, die auf dem ersten Arbeitsmarkt wenig Chancen haben. In der „Brosa“ ist sie glücklich und sammelt die „übrigen Brocken, auf dass nichts umkomme“ (frei nach Friedrich von Bodelschwingh).

Dieter Ramm – Therapeutisches Reiten in Bethel

Im Stall riecht es nach würzigem Heu und auf leisen Pfoten schleicht Kater Mikesch durch die Räume des therapeutischen Reitens. Dieter Ramm ist hier besonders glücklich. Jeden Freitag kommt der chronisch erkrankte Mann, der große Gedächtnisprobleme hat, zum Reiten. Für ihn ist es der Höhepunkt der Woche: „Ich fühle mich gut hier. Ich reite so gerne“, sagt er und lächelt. Am liebsten mag er Mayk, den braunen Wallach, ein stets geduldiges Therapiepferd. Hoch zu Ross sieht Dieter Ramm dann plötzlich ganz anders aus: Der 67-Jährige, der beim Gehen unsicher ist, guckt konzentriert und sitzt aufrecht. Wenn er einen geraden Rücken hat, läuft Mayk im Trab. Lässt er sich hängen, geht das Pferd nur im Schritt oder hält an. „Mehr Tempo – mehr Spaß“, findet Dieter Ramm. Also: immer die Haltung bewahren!



Nathalie Hoppe – Bethel-Hotel zum Weinberg in Bad Neuenahr-Ahrweiler



Lächelnd betritt Nathalie Hoppe das Bethel-Hotel zum Weinberg. In dem inklusiven Drei-Sterne-Superior-Haus in Bad Neuenahr-Ahrweiler beginnt gleich ihr Dienst. Seit Oktober 2023 ist sie im Housekeeping tätig. Einen festen Arbeitsplatz zu haben macht Nathalie Hoppe zufrieden und stolz. Der neue Job ist für die 26-Jährige ein Meilenstein in ihrer beruflichen und persönlichen Entwicklung. Sie besuchte eine Förderschule und arbeitete in einer Werkstatt für behinderte Menschen (WfbM). Schließlich stieß sie auf den betriebsintegrierten Arbeitsplatz der WfbM im Bethel-Hotel zum Weinberg. Hier sorgt sie dafür, dass die Gäste sich im Haus wohlfühlen. Ihr selbst geht es genauso, sie sagt: „Ich bin hier glücklich.“

Anne Sophie Groeger – Tagesgestaltende Angebote

Wie ein Vogel zwitschert Anne Sophie Groeger. Und lächelt verschmitzt. Tierstimmen zu imitieren macht ihr viel Spaß. Sie ist auf dem Weg von ihrer Wohngruppe zum Kegeln und pfeift fröhlich vor sich hin. Damit sie sich in der Betheler Einrichtung nicht verirrt, wird sie von Boris Diekmann abgeholt. Der Heilerziehungspfleger gibt ihr Orientierung und Sicherheit. Anne Sophie Groeger hat das Down-Syndrom. Lange Zeit konnte sie damit sehr selbstständig leben, doch nun raubt ihr eine fortschreitende Demenz viele Fähigkeiten. Die gesellige 54-Jährige geht deshalb nicht mehr in eine Werkstatt, sondern nimmt an den tagesgestaltenden Angeboten teil. Irgendwas steht dort immer auf dem Programm: Kegeln, Singen, Tanzen, Basteln oder Kochen. Mit anderen gemeinsam etwas zu machen bringt Abwechslung in den Alltag.



Änne Hauptmeier – Diakonisse in der Sarepta-Schwesterschaft, Bethel



100 Jahre ist Diakonisse Änne Hauptmeier alt. Die Sarepta-Schwester blickt zufrieden auf ihr Leben zurück. Auch wenn es anders verlief als geplant. Nach einer glücklichen Kindheit auf dem Land verliebte sie sich als junge Frau in einen Mann namens Fritz aus dem Dorf. „Ich war so froh, als er heil aus dem Krieg zurückkehrte.“ 1948 heiratete das Paar, doch nur vier Monate später starb Fritz plötzlich. Für die 25-jährige Witwe brach eine Welt zusammen. „Um über meinen Schmerz hinwegzukommen, riet mir meine Tante, die ebenfalls in Bethel Diakonisse war, Sarepta-Schwester zu werden“, erzählt Änne Hauptmeier. In der diakonischen Gemeinschaft fand sie Halt und neuen Lebensmut. „Die Ausbildung und die Arbeit als Krankenschwester lenkten mich ab.“ Ein neues Leben hatte für sie begonnen ...

Imran Cetinkaya – Bethel Athletics in Bielefeld

Jedes Jahr im Sommer wird das Betheler „olympische Feuer“ im Sportpark Gadderbaum entzündet – vor den Augen vieler hundert Sportlerinnen und Sportlern, die an den inklusiven Bethel Athletics teilnehmen. Von Judo bis Schwimmen können sie sich in zehn Sportarten messen. Für Menschen mit schweren Behinderungen gibt es auch zahlreiche wettbewerbsfreie Angebote. Letztes Mal im Sommer war Imran Cetinkaya mit dabei, und zwar nicht zum ersten Mal: Der junge Mann hat bei den Bethel Athletics schon einmal eine Silbermedaille gewonnen. „Das ist nicht einfach gewesen“, sagt er, meint aber auch: „Das macht riesen dollen Spaß! Niemand kann so schnell flitzen wie ich.“ Besonders schön findet er, dass er dort viele Leute trifft, die er kennt und die sich freuen, ihn wiederzusehen. Vielleicht ja auch in diesem Jahr wieder ...



**NUR DIEJENIGEN,
DIE es RISKIEREN,**

z u w e i t z u g e h e n , > > >

KÖNNEN herausfinden, wie
WEIT sie **GEHEN** können .

T. S. Eliot

BUNTES — NEUES AUS DER ZENTRALE

ZWEI IMAGEFILME FÜR DAS KABEG LKH VILLACH

Zwei Filmproduktionen aus dem Hause KLINIK INFO KANAL stellen das fortschrittliche KABEG-Klinikum in Villach vor. Das Landeskrankenhaus setzt in vielerlei Hinsicht Maßstäbe, ist eines der größten und modernsten Häuser Österreichs und übernimmt die medizinische Versorgung der Region Kärnten.

Ein Klinikum wie das Landeskrankenhaus Villach ist ein bisschen wie eine Stadt innerhalb der Stadt: Viele Bereiche arbeiten hier eng verzahnt miteinander, um das große Ganze am Laufen zu halten. Im Vordergrund steht dabei stets das Wohlergehen und schnelle Gesunden der Patientinnen und Patienten. So auch im LKH Villach, das als eines der modernsten und kompetentesten allgemein-öffentlichen Krankenhäuser Österreichs gilt und die medizinische und pflegerische Versorgung des Kärntner Zentralraumes und der Region Oberkärnten übernimmt. Ein neuer Imagefilm, den der KLINIK INFO KANAL für das KABEG-Klinikum produziert hat, stellt das Haus vor ...

KOMPETENTES UND FORTSCHRITTLICHES KLINIKUM

Dem Klinikum, das über rund 700 Betten verfügt, liegt die Zufriedenheit der Patienten und ihre ganzheitliche Versorgung sehr am Herzen. Neben der Notfallmedizin und den vielen Fachbereichen, die eine stationäre wie auch ambulante Behandlung ermöglichen, verfügt das Klinikum auch über zahlreiche Angebote im Bereich der Mobilen Dienste, die im Imagefilm besonders hervorgehoben werden.

So übernehmen beispielsweise die Ambulante geriatrische Remobilisation, das HERZmobil sowie der



Psychiatrische Not- und Krisendienst wertvolle Arbeit direkt bei den Patienten vor Ort und sind in Nottfällen eine wichtige Ergänzung zur flächendeckenden Patientenversorgung. In diesem Bereich hat insbesondere auch das Mobile Palliativteam eine wichtige Aufgabe inne: Als Bindeglied zwischen den ambulanten Angeboten vor Ort und dem Klinikum ermöglicht es eine flexible und menschennahe Versorgung der Patienten in ihren eigenen vier Wänden. Damit wird das Klinikum auch seinem Anspruch an sich selbst gerecht: für die Menschen da zu sein, sie individuell zu versorgen und sich in ihrem Dienste stets weiterzuentwickeln.

ENERGIEEFFIZIENTES UND ÖKOLOGISCH-NACHHALTIGES WIRTSCHAFTEN

Besonders fortschrittlich agiert das EMAS-zertifizierte Haus im Bereich der ökologischen Nachhaltigkeit und setzt hier Maßstäbe. Das LKH Villach verfügt über eine eigene Photovoltaik-Anlage, die laufend ausgebaut wird. Energieeffiziente Gebäudesanierung nimmt hier einen ebenso wichtigen Raum ein wie die Abfalltrennung bis in den OP hinein, sowie das Recycling, wo immer es möglich ist. So kann beispielsweise, wie im zweiten Film dargestellt, das Narkosegas, das in manch anderen Kliniken direkt in die Atmosphäre entlassen wird,

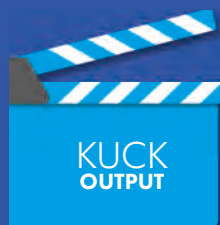
hier in Kohlefiltern gebunden und in der Folge recycelt werden. Auch im Bereich der Ernährung legt das Haus großen Wert auf Nachhaltigkeit: Nach Möglichkeit stammen die verarbeiteten Produkte aus regionalem Anbau. Überschüsse und Reste der hauseigenen Küche werden zur Versorgung Bedürftiger an Sozialhilfe-Verbände weitergeleitet und ermöglichen so, dass wertvolle Lebensmittel nicht etwa entsorgt, sondern weiterverwertet werden. Nicht zuletzt kann sich das Haus auf die Fahnen schreiben, als eines von fünf Gründungsmitgliedern den Österreichischen Verband Grüner Krankenhäuser (ÖVGK) ins Leben gerufen zu haben.

—



KABEG LKH Villach Imagefilm

Im Landeskrankenhaus Villach steht das Wohlergehen und schnelle Gesunden der Patientinnen und Patienten im Vordergrund. Der Imagefilm, der vom KLINIK INFO KANAL produziert wurde, stellt das zweitgrößte KABEG-Klinikum Österreichs vor.



SCHAUEN SIE SICH DIE ZWEI FILME ÜBER DAS FORTSCHRITTLICHE KLINIKUM DOCH EINMAL AN ...



KABEG LKH Villach Ökologie und Nachhaltigkeit

Das Landeskrankenhaus Villach legt besonderen Wert auf Ökologie und Nachhaltigkeit. Das EMAS-zertifizierte Haus ist Gründungsmitglied des Österreichischen Verbandes Grüner Krankenhäuser (ÖVGK) und setzt in diesem Bereich Maßstäbe.

AUF ALLEN KANÄLEN PRÄSENT – MIT FILMPRODUKTIONEN DES KLINIK INFO KANALS

Die eigene Sichtbarkeit erhöhen: Mit Social-Media-Clips made by KLINIK INFO KANAL erreichen Sie Ihre Zielgruppe direkt und zeigen Präsenz. Sie möchten ein aussagekräftiges Reel zum Thema Recruiting? Oder eine umfassende Image-Kampagne für Ihre Marketing-Kanäle? Kommen Sie auf uns zu!

Schaut man aktuell auf das Instagram-Profil der „Aktion Saubere Hände“, laufen dort unter anderem Reels, die über den Einsatz des Hygiene-Programms in Partner-Kliniken berichten. Sie transportieren die klare Botschaft: Die Aktion Saubere Hände erfährt vor Ort ein positives Echo und ist wichtiger Bestandteil des Hygiene-Managements der Kliniken. Die Image-Kampagne entstand auf den Wunsch hin, in den sozialen Netzwerken eine größere Präsenz zu zeigen und ein anderes Publikum zu erreichen als über die herkömmlichen Kommunikationskanäle.

ERFOLGREICHES RECRUITING ÜBER SOCIAL MEDIA

Auch im Bereich Recruiting lässt sich hier viel bewegen: Wer auf diesem

Sektor erfolgreich agieren will, sollte die sozialen Netzwerke unbedingt miteinbeziehen. Schließlich wird über Instagram, TikTok & Co. direkt die junge Zielgruppe angesprochen, die erreicht werden soll – und das nicht nur auf Deutschland beschränkt, sondern global. Der KLINIK INFO KANAL bietet hier innovative Formate an, wie man am Beispiel der Haveland Kliniken sieht: eine umfangreiche Kampagne, die speziell für Social Media konzipiert wurde und in einzelnen YouTube-Shorts die Beschäftigten selbst sprechen lässt – jung, individuell und sympathisch. Mit über 500 Klicks erreichten die kurzen Spots eine große Community und zeigten ein beachtliches Echo.



FLEXIBILITÄT IST TRUMPF: MODULARE FILME FÜR DEN UNIVERSELLEN EINSATZ

Der KLINIK INFO KANAL verfügt über langjährige Erfahrung im Filmproducing für Kliniken und Gesundheitseinrichtungen. Wir produzieren unter anderem innovative Recruitingfilme zur Personalgewinnung und bieten den Kliniken im Rahmen einer Medienpartnerschaft auch die Möglichkeit, sich in einem oder mehreren Imagefilmen zu präsentieren. Gerne werden vonseiten unserer Partner modulare Filmproduktionen gewählt, die verschiedene Bereiche des Klinikums vorstellen, sich aber im Ganzen zu einem längeren Imagefilm zusammenfügen lassen. Der Vorteil liegt auf der Hand: Filme dieser Art lassen sich äußerst flexibel einsetzen: ob auf der eigenen Website, in den sozialen Netzwerken oder sogar im Rahmen des Patienten-Fernsehens KIK-TV.

MAßGESCHNEIDERTE FILM-PRODUKTIONEN FÜR IHRE SOCIAL-MEDIA-PRÄSENZ

Doch nicht immer ist der Imagefilm im Breitformat 16:9 die beste Wahl – vor allem dann nicht, wenn es darum geht, ein junges Publikum zu adressieren. Wer sich mit Social Media beschäftigt, merkt schnell, dass es zahlreiche Möglich-

keiten und Formate gibt, die gewünschte Zielgruppe zu erreichen. Jeder Kanal, ob Instagram, Facebook, LinkedIn, TikTok oder YouTube, spricht eine spezielle Klientel und Zielgruppe an und verfügt über individuelle Filmformate und Optionen. Das Ziel einer erfolgreichen Marketing-Strategie sollte sein, auszuloten, welche Mittel wo am besten zum Einsatz kommen, und diese auszuschöpfen. Social-Media-Spots im Reel-Format zum Beispiel bieten eine effektive Möglichkeit, Botschaften schnell und wirkungsvoll zu verbreiten und gleichzeitig das Engagement und die Interaktion mit dem Publikum zu fördern. Der Meta-Algorithmus spielt diese an mehreren Stellen gleichzeitig aus, was die Reichweite des Beitrags wirkungsvoll erhöhen kann.

ERWEITERN SIE IHRE SOCIAL-MEDIA-STRATEGIE MIT DEM KLINIK INFO KANAL

Ganz gleich, ob ein Instagram-Reel, eine Facebook-Story, ein YouTube-Short oder ein TikTok-Video: Wir finden für Sie das richtige Mittel, um in den sozialen Netzwerken Reichweite zu erzeugen. Mit unserem Team setzen wir Ihre Vision in dynamische und überzeugende Videoinhalte um, die Aufmerksamkeit erregen und eine nachhaltige Wirkung erzielen. Die Produktionen für die nationale Kampagne der Aktion Saubere Hände und die Havelland Kliniken sind nur

zwei Beispiele, wie hier vorgegangen werden kann, um das gewünschte Ziel zu erreichen. Wir vom KLINIK INFO KANAL beraten Sie gerne und erstellen für Sie das Filmmaterial: von A bis Z. Von Konzeption und Storytelling über Produktion und Postproduktion bis hin zum fertigen Spot.

Nutzen Sie die Chance, Ihre Marke in den Kanälen der sozialen Medien zu stärken und Ihr Publikum nachhaltig zu beeindrucken. Sprechen Sie uns an, um mehr über unsere Dienstleistungen zu erfahren, um gemeinsam eine erfolgreiche Social-Media-Strategie zu entwickeln.

Wir freuen uns, mit Ihnen zusammenzuarbeiten und Ihre Vision zum Leben zu erwecken! —



Aktion Saubere Hände | Berlin Vivantes



Havelland Kliniken | Inlinescaten

UNSERE LEISTUNGEN

- **Konzeption und Storytelling:**

Wir entwickeln kreative Konzepte und packende Geschichten, die Ihre Zielgruppe ansprechen und Ihre Botschaft effektiv vermitteln.

- **Produktion und Postproduktion:**

Unser erfahrenes Team von Producern, Designern und Editoren sorgt für eine zeitgemäße Produktion und Bearbeitung Ihrer Social-Media-Spots, die höchsten Qualitätsstandards entsprechen.

Dabei können wir unsere langjährige Film-Erfahrung im Gesundheitsbereich in den Ring werfen: Unsere Producer wissen um die nicht immer leichten Drehbedingungen in der Klinik, halten Hygienestandards ein und berücksichtigen die besonderen Bedürfnisse vor Ort.

THEMA TV

KOH PANYEE: THAILANDS FUßBALLVERRÜCKTE INSEL

In dieser Rubrik stellen wir Ihnen in jeder Ausgabe des KUCK-Magazins Beiträge aus dem aktuellen KIK-Programm vor, passend zum jeweiligen Heft-Thema. Heute: „Koh Panyee: Thailands fußballverrückte Insel“

Text: Dirk Gerbode / Programmleitung

Die kleine Insel Koh Panyee liegt malerisch umringt von hoch aufragenden Karstfelsen inmitten der Phang-Nga-Bucht im Süden Thailands. Atemberaubend schön, jedoch im Alltag auch extrem eng. Denn die Einwohner leben auf Stelzen über dem Wasser, die meisten von ihnen betreiben Fischfang und Bootsbau. Angesichts des sehr begrenzten Platzes haben die früheren Seenomaden eine erstaunliche Leidenschaft: Sie sind fußballbegeistert. Das kleine Dorf auf dem Meer kann natürlich keinen normalen Fußballplatz haben – daher haben die Einwohner sich vor Jahren

ein schwimmendes Mini-Stadion gebaut, eine Ponton-Konstruktion in der Bucht direkt am Rand des Dorfes.

Koh Panyee war einst ein Magnet für Fußball-Begeisterte aus ganz Thailand. Inzwischen verfällt der schwimmende Fußballplatz immer mehr. Die ehemaligen Erfolgs-Spieler sind nicht mehr aktiv, der Ruhm des Fußballvereins „Koh Panyee FC“ ist längst verblasst. Aber dieses Jahr soll ein Wendepunkt sein, ein Neuanfang. Endlich wird wieder ein prestigeträchtiges Turnier stattfinden, noch vor Beginn der Regenzeit und dem muslimischen Fastenmonat Ramadan.



Geschafft! Das erste Turnier seit langer Zeit auf dem schwimmenden Fußballplatz war ein Erfolg.

© MedienKontor / Martin Schacht

Dafür muss der Platz wiederhergerichtet werden. Das bedeutet viel Arbeit und immense Kosten für die sehr einfach lebende Bevölkerung, aber viele Bewohner wollen das Projekt mit ihren Spenden auf jeden Fall möglich machen und das halbe Dorf packt bei den anfallenden Aufgaben mit an. Das Team der Gastgeber jedenfalls ist auch sportlich hochmotiviert. Zur Steigerung der Fitness gibt es sogar Trainingseinheiten auf einer nahegelegenen Sandbank – zusammen mit ihren enthusiastischen Fans werden sie nichts unversucht lassen, um beim ersten Heimturnier seit Jahren als Sieger vom Platz zu gehen ...

DAS SAGT DIE KIK-REDAKTION:

Eine schöne Reportage vor traumhafter Kulisse – und spannend dazu: Schafft das Dorf es rechtzeitig, den schwimmenden Fußballplatz auf Vordermann zu bringen? Kann die Mannschaft das Turnier gewinnen? Aber vor allem sticht die positive und sympathische Atmosphäre des Films hervor. Die äußerst begrenzten Möglichkeiten im Dorf bewirken Enthusiasmus, Engagement und Zusammenhalt, um das Beste aus der Situation zu machen – und es wird sogar etwas sehr Besonderes, das gerade durch die Einschränkungen bemerkenswert ist.

„360°-Reportage: Koh Panyee: Thailands fußballverrückte Insel“

Reportage, 52 min.
Deutschland 2021



Der schwimmende Fußballplatz ist auch für die lokale Frauen-Aerobic-Gruppe eine wichtige Sportstätte.

© MedienKontor / Martin Schacht

... verbunden mit

HUMOR IST
Erkenntnis
der Grenze,
...
GRENZENLOSER Erkenntnis.

Gerhart Hauptmann



Schauen Sie sich doch mal den Recruitingfilm von Nettetal an!



worden ist. Und auch die Hunsrück Klinik in Simmern zeigt seit Dezember ihren neuesten Karrierefilm über die „Stiftung kreuznacher diakonie“ und möchte mit ihm eine breite Zielgruppe für den Pflegeberuf begeistern – „egal wie alt und aus welchem Land“. In der Pflege gibt es dort viele Einstiegsmöglichkeiten ...

REICHWEITENSTARKES MEDIUM FÜR IHRE ÖFFENTLICHKEITSARBEIT

KIK-TV FÜR DAS EIGENE RECRUITING EINSETZEN

Den Klinik-Fernsehsender als eigene Infoplattform nutzen? Bei KIK-TV ist das nicht nur möglich, sondern sogar Programm! Über Ihren KLINIK INFO KANAL erreichen Sie ein großes Publikum und können Ihr Klinikum wirkungsvoll nach außen präsentieren. Übrigens auch im Hinblick auf die Personalgewinnung ...

Viele unserer Vertragspartner nutzen die Möglichkeit schon seit längerem: Sie setzen nicht nur ihren vom KLINIK INFO KANAL produzierten Imagespot im Patientenfernsehen ein, sondern platzieren dort auch bewusst ihre Recruitingfilme. Der Grund liegt für KIK-TV-Programmleiter Dirk Gerbode auf der Hand: „Es gibt kaum effektivere Möglichkeiten, im regionalen Bereich so viele Menschen zu erreichen wie in einem Krankenhaus – und sei

es über Mund-Propaganda im Sinne von: Ich hab da was gesehen ...“ Er legt daher seinen Ansprechpartnern in den Kliniken stets nahe, diese Möglichkeit zu nutzen. „Wir beobachten tatsächlich, dass viele unserer Kliniken vermehrt Recruitingfilme auf KIK-TV einsetzen. Das ist auch durchaus sinnvoll, da unser Programm bewusst so aufgebaut ist, dass unsere Klinikpartner sich dort selbst präsentieren können.“

DAS KLINIKUM IM FOKUS – FÜNFMAL AM TAG

KIK-TV sendet an fünf festen Terminen pro Tag einen Infoblock, in dem das Krankenhaus sich selbst und seine Bereiche seinem Publikum vorstellen kann. So hat beispielsweise das Städtische Krankenhaus Nettetal seit Ende des Jahres unter anderem einen Filmspot auf KIK-TV eingespielt, der gezielt für die Personalgewinnung in der Physiotherapie produziert

Sowohl im Städtischen Krankenhaus Nettetal als auch in Simmern ist KIK-TV auf Kanal 1 gesetzt und mit Einschalten des Fernsehgerätes sofort im Blick der Patientinnen und Patienten. Das ermöglicht maximale Aufmerksamkeit bei minimalem Einsatz: Der KLINIK INFO KANAL bietet seinen Partnerkliniken schließlich an, in vertraglich geregelten Abständen für sie kostenfreie Infofilme zu produzieren – das kann ein ansprechender Imagefilm sein, möglich sind aber auch ein Recruitingspot oder ein Modulfilm, der verschiedene Bereiche präsentiert und sich sehr flexibel einsetzen lässt. Mitgeliefert wird dazu gleich die passende Plattform: der hauseigene Infokanal, der neben wertvoller Unterhaltung für Patienten auch ein reichweitenstarkes Medium für die hauseigene PR zu bieten hat.

Kommen Sie auf uns zu! Wir beraten Sie gerne, wie Sie KIK-TV optimal für sich nutzen können. —

Jeder Mensch hält

**DIE GRENZEN SEINES
EIGENEN GESICHTSFELDES**

für

DIE Grenzen der **WELT.**

Arthur Schopenhauer

KIK-FOYER – INFORMIERT, INSPIRIERT UND ENTLASTET!

FOKUS FOYER

DAS E-REZEPT IM FOKUS

Das E-Rezept ist in den Praxen und Kliniken angekommen – und damit auch viele Fragen seitens der Patienten: Wie erhalte ich künftig meine Medikamente? Was gilt es zu beachten? Und funktioniert das Ganze auch ohne Smartphone? KIK-FOYER informierte über das Thema kompakt und leicht verständlich in seinen Gesundheits-News.

Seit Anfang des Jahres ist das elektronische Rezept, kurz: E-Rezept, nach langem Vorlauf nun verpflichtend in Arztpraxen und Kliniken eingeführt. Patientinnen und Patienten erhalten künftig nicht mehr den gewohnten rosafarbenen Rezept-Ausdruck von

ihrem Arzt, sondern bekommen die Verordnung ihrer Medikamente mithilfe ihrer Gesundheitskarte übermittelt. Was bedeutet das für die Patienten? Welche Voraussetzungen sind zu erfüllen? Und wie kommen sie nun an ihre Medikamente? KIK-FOYER informierte in einem Spezial über die Neuerungen – auf den Infoscreens unserer Partnerkliniken.

HILFREICHE INFORMATIONEN FÜR PATIENTINNEN UND PATIENTEN

Bei manchem war die Verunsicherung groß und vielerorts mussten vor allem die Ärzteschaft, das Krankenhauspersonal und die Mitarbeitenden der

Apotheken zusätzlich zur verwaltungstechnischen Umstellung Aufklärung leisten, Fragen beantworten, Kritik entgegennehmen und sachlich über die Neuerungen informieren. In unseren Partnerkliniken konnten wir vom KLINIK INFO KANAL ihnen einen Teil dieser Arbeit abnehmen: Auf KIK-FOYER informierten wir kurz und leicht verständlich, was es zu beachten gilt und inwiefern sich für Patientinnen und Patienten etwas ändert. Ergänzend klärten wir darüber auf, welche Vorteile das E-Rezept für den Einzelnen bietet und haben so ein positives Klima geschaffen, das für mehr Zufriedenheit sorgt.

—

KLINIK · INFO · KANAL

KIK-AKTUELL

Das neue E-Rezept | Wie funktioniert die App?

Die kostenlose App „E-Rezept“ der Gematik lässt sich in allen Appstores herunterladen und auf dem Smartphone installieren. Mit ihr können Sie Rezepte einlösen, Apotheken suchen und Medikamente bestellen.



KLINIK · INFO · KANAL

KIK-AKTUELL

Das neue E-Rezept | Vorteile für die Patienten

Sie können Ihre Medikamente leichter online in Apotheken bestellen und brauchen keine Papierrezepte mehr einzureichen oder beim Arzt abzuholen. Das E-Rezept eignet sich auch ideal für Video-Sprechstunden.



D u r c h
u n s e r W i s s e n
u n t e r s c h e i d e n
w i r u n s n u r w e n i g ,

i n u n s e r e r
G R E N Z E N L O S E N U N W I S S E N H E I T
a b e r s i n d w i r
a l l e g l e i c h .

Karl Popper



KIK-GUCK – DER WIMMEL-SUCH-SPAß GEHT WEITER!

Nanu, ein Wasserball in der Autowerkstatt? Es gibt was Neues zu entdecken in der KIK-GUCK-Welt! Das lustige Tauch-Flug-Mobil lädt Kinder auf KIK-FOYER zum Suchen ein: diesmal in ein lustig brodelndes Chemielabor, in einen knallbunten Spielzeuggladen und vieles mehr ...

Die KIK-GUCK ist wieder unterwegs, denn es gibt viel Neues zu entdecken! Das quietschgelbe Tauch-Flug-Mobil mit seiner neugierigen Crew geht auf Erkundungstour an neuen Orten. Diesmal verschlägt es sie

unter anderem in einen bunten Spielzeuggladen, in dem der verlorene Lolly nur schwer zu finden ist. Und auch Technikfans kommen diesmal auf ihre Kosten, denn die KIK-GUCK schaut nun zum Beispiel auch in einem Paketzentrum, einer Autowerkstatt und einem Chemielabor vorbei! Da kann man vor lauter Brodeln und Zischen den Partyhut glatt übersehen. Es sei denn, man geht auf die Suche! Und dazu lädt das Kinder-Entdeckungsformat ein!

AB SOFORT IM KIDS-FOYER UND AUF ALLEN FOYER-INFOSCREENS

War die KIK-GUCK anfangs vor allem in der Natur unterwegs, schwebt sie nun bewusst durch

„menschengemachte“ Szenarien ... Die neuen Settings sprechen Jungs wie Mädchen an und bieten jede Menge Entdeckerspaß, denn wer war schließlich schon mal in einem echten Chemielabor? Da gibt es viel zu erkunden! Und auch diesmal ist jeder der Spots mit einem konkreten Such-Auftrag ausgerüstet. Die KIK-GUCK versucht nämlich immer noch verloren gegangenes Equipment zu finden und braucht dabei die tatkräftige Unterstützung des jungen Publikums. Da sind scharfe Augen und ein wacher Geist gefragt!

Kommen Sie mit auf Entdeckungstour – ab sofort auf allen KIK-FOYER-Infoscreens und im KIDS-FOYER! —



Unser
FRÜHLINGS-





Diese sympathische und freche kleine Gans ist Hauptdarstellerin in einem unserer animierten 3D-Spots von „The Cathedral Media Productions“, die wir im Wartebereich-Infotainment KIK-FOYER ausstrahlen.

 @pablo1pz

liebster
MUTMACHER



*„Fliegen – kann ich in meinen Träumen.
Laufen – nicht einmal im täglichen Leben.
Sprechen – ist mir versagt.
Ich bin stumm, wenn auch nicht immer leise.*

*Aber ich habe etwas zu sagen.
Wer es hören will, muss lesen,
denn meine Kommunikation geht schriftlich vonstatten.
Schreiben ist mein Lebenselixier,
mein Tor in die Freiheit Eurer Welt,
meine Brücke zwischen den Welten.
Meine Sprache ist die Poesie.
Wer um die Charaktere der Buchstaben und Zahlen weiß,
der wird den Tanz der Worte verstehen
und ihre Freude empfinden.
Ja, ich bin ungewöhnlich,
und egal, wie sehr Ihr Euch bemüht:*

**ICH PASSE EINFACH IN KEINE SCHUBLADE.
GOTT SEI DANK!"**

Raphael Müller

Widmung „An Euch“, aus: „Ich fliege mit zerrissenen Flügeln“, 2014 Fontis-Verlag, Basel

KUCKPLUS

„ALLES HAT IRGENDWIE SEINEN SINN.“

Für Ulrike Müller und ihren Mann war Raphael zu Anfang ein ganz normales Neugeborenes. Als ihr Baby ein halbes Jahr alt war, entdeckten die Ärzte dann eine starke Hirnschädigung und auf einmal war alles anders. Es stellte sich heraus, dass Raphael nie würde laufen und sprechen können und seinem Leben sehr enge Grenzen vorgegeben sein würden. Aber vor allem seine Mutter gab so schnell nicht auf ...

Heute ist Raphael Müller durch seine Buchveröffentlichungen einem größeren Publikum bekannt und besucht als Gasthörer an der Universität Philosophie-Vorlesungen. Er hat zusammen mit seiner Mutter einen Weg gefunden, die ihm gesetzten Grenzen lebensbejahend auszufüllen und zu überwinden.

Die KUCK-Redaktion hat den Dialog gesucht: mit Raphael auf schriftlichem Wege, mit seiner Mutter im Interview. Raphaels Antworten wurden von der Redaktion dabei weder bearbeitet noch gekürzt. Beide Dialoge verraten viel darüber, welche Wunder geschehen können, wenn Menschen nicht so schnell aufgegeben werden ...



© Darius Ramazani Photography, Berlin
www.ramazani.de

Lieber Raphael Müller, wie kann man sich einen ganz normalen Tag in Ihrem Leben vorstellen? Unterscheidet sich Ihr Alltag stark von dem anderer Menschen?

Ich verbringe meine Zeit am liebsten an der Uni, mitten unter den anderen Studenten. Leider ist dies nur mit Begleitperson und auch nicht flächendeckend möglich. Daher bin ich auch viel zu Hause, lese, schreibe oder chillosophiere ...

Jedem Menschen sind in seinem Handeln Grenzen gesetzt, die er akzeptieren muss. Ihre Grenzen sind, wenn man

es vereinfacht sagen kann, dabei sehr viel enger gesteckt als diejenigen anderer junger Menschen. Wie denken Sie über diese Grenzen? Nehmen Sie diese überhaupt als Grenzen wahr?

Ja, ich nehme durchaus wahr, dass ich anders bin. Mein Vorteil ist, dass ich weniger mit Ablenkung zu kämpfen habe und auch die Qual der Wahl bleibt mir in den meisten Dingen erspart. Das ständige Angewiesen-Sein auf andere geht mir aber schon ordentlich gegen den Strich.

Empfinden Sie diese Grenzen als etwas Negatives? Wie denken Sie in dem

Zusammenhang über die Bezeichnungen „Behinderung“ oder „Beeinträchtigung“, die ja immer diesen Gedanken des „Mangels“ in sich tragen? Wie würden Sie Menschen wie sich selbst stattdessen umschreiben oder benennen? Wie sollte man „Behinderte“ bezeichnen? Haben Sie da eine Idee?

Sie haben recht, Mangeldenken ist wenig hilfreich. Jeder Mensch hat Bedürfnisse und braucht auf unterschiedliche Arten und auf verschiedenen Ebenen Unterstützung. Ich denke, die Amerikaner haben es mit dem Begriff „special needs“ besser getroffen.

Sie sind ein Autist der atypischen Form innerhalb der sogenannten Autismus-Spektrum-Störung. Was unterscheidet Sie von anderen Autisten, beispielsweise den sehr viel verbreiteteren Asperger-Autisten?

Ich bin kein Nerd, ich mag Menschen um mich herum.

In einem Radio-Interview meinte Ihre Mutter vor einiger Zeit, dass Sie die Welt anders wahrnehmen als andere Menschen. Können Sie uns Ihre Art der Wahrnehmung der Welt in irgendeiner Weise beschreiben oder verbildlichen?

Wir erfassen alle nur Ausschnitte der Realität. Autisten blicken durch ein anderes Fenster und nehmen dadurch andere Bereiche und Facetten wahr.

Das ist so, wie wenn Sie hinaus auf die Straße schauen und ich in den Garten. Wer von uns beiden hat recht?

Erinnern Sie sich an den Tag, als Ihre Mutter versucht hat, mit Ihnen das Gestützte Schreiben zu üben? Was haben Sie damals empfunden?

Maximale Erleichterung und unendliche Freude :-)

Sie konnten sich dadurch auf einmal anderen Menschen ganz anders mitteilen. Hat das etwas in Ihnen verändert? Hat das die Ihnen gesetzten Grenzen verschoben? Wie würden Sie das mit Ihren Worten beschreiben?

Schreiben ist für mich essenziell, das Tor zu eurer Welt, meine Brücke zu anderen.

Können Sie sich erinnern, ob Sie sich, auch bevor Sie angefangen haben zu schreiben, schon Geschichten ausgedacht haben oder fing das erst mit dem eigentlichen „Niederschreiben“ an?

Ja, das ist für mich schon immer ein großartiges Mittel gegen Langeweile gewesen.

In Ihrer Autobiografie „Ich fliege mit zerrissenen Flügeln“ steht folgendes Zitat von Ihnen: „Schreiben ist mein Lebenselixir, mein Tor in die Freiheit

eurer Welt, meine Brücke zwischen den Welten.“ Würden Sie diese Aussage heute, 10 Jahre nach Erscheinen des Buches, immer noch so treffen? Was bedeutet Schreiben heute noch für Sie?

Definitiv! s.o.

Was bedeutet aus Ihrer Sicht „Freiheit“ allgemein formuliert?

Eine Beziehung zu Gott zu haben, seine Stimme zu hören, seine Liebe zu spüren ...

Sie sind inzwischen an der Universität eingeschrieben und besuchen regelmäßig Vorlesungen. Welche Themen interessieren Sie dort besonders und warum?

Mich interessiert alles. Jedes Fach ist auf seine Weise interessant und informativ und geeignet, Gottes Handschrift zu erkennen, falls man das will. Ich freue mich jedenfalls über kognitiven Input aller Art!

Ich stelle es mir schwierig vor, in Ihrer Situation Kontakt zu anderen Studierenden oder Gleichaltrigen aufzubauen. Ergeben sich in dieser Hinsicht dennoch Möglichkeiten?

Wo ein Wille ist, ist ein Weg ... Ja, es ist definitiv umständlicher und es hängt viel von meiner Begleitung ab. Aber es gibt heutzutage Möglichkeiten: E-Mails, Chat, ...

Welche Grenzen sehen Sie bei „normalen“ Menschen und welche müsste man erweitern? Wie könnte das geschehen?

Viele „Behinderte“ haben äußerlich sichtbare Grenzen und sind doch innerlich frei. So mancher „Gesunde“ wähnt sich frei und stößt doch innerlich auf Zäune und Grenzen ... Diese Zäune gehören eingerissen. Innere Freude und Frieden sind nicht im Außen zu finden. Jeder Mensch ist gleich wertvoll.

Sie sind in Ihrem Alltag ja auf Betreuung und Pflege angewiesen. Empfinden Sie das als eine Einschränkung oder können Sie diesem Umstand der Abhängigkeit von anderen auch etwas Positives abgewinnen?

Das ist weder negativ noch positiv, sondern schlicht notwendig.

Hadern Sie manchmal mit Ihrem Schicksal, anders zu sein als andere? Wie gehen Sie mit diesen Zweifeln um und was hilft Ihnen in solchen Momenten?

Können Sie mir einen erwachsenen Menschen nennen, der noch nie mit seinem Schicksal gehadert hat? Ich erinnere mich in solchen Momenten daran, dass Gott keine Fehler macht, dass er gute Pläne für uns hat und dass das menschliche Leben unbedeutend kurz ist in Anbetracht der Ewigkeit.

Würden Sie es als „mühsam“ beschreiben, als besonderer Mensch der nötigen Unterstützung in Kindergarten, Schule und Universität zuteilzuwerden oder sind Sie dort stets mit offenen Armen aufgenommen worden?

Es war ein langer, steiniger Weg. Hier an der Uni ist es am leichtesten.

Welche Bedeutung haben Gott und der Glaube für Sie?

Gott ist das Beste von allem und Jesus ist der Dreh- und Angelpunkt für mich. Ich weiß nicht, wie es Leute schaffen, nicht an Gott zu glauben. Gott ist real und er spricht zu uns, das kann man doch nicht ignorieren.



Raphael Müller (*1999) beschreibt sich selbst mit den Worten:

Chillosoph
Autist
Epileptiker
Rollstuhlfahrer
Sprachvirtuose
Buchstaben tänzer
Schubladenverweigerer
Wortakrobat
Jesus-Liebhaber.

2014 veröffentlichte er sein erstes Buch „Ich fliege mit zerrissenen Flügeln“, das im fontis-Verlag erschienen ist.

... und hier geht`s weiter zum Interview von Ulrike Müller

// Alles wird schon irgendwie seinen Sinn haben. Egal ob ich das aus meiner Perspektive jetzt so erkennen oder wahrnehmen kann oder nicht.“

Ulrike Müller

Liebe Ulrike Müller, Sie haben Ihren Sohn Raphael anfangs als ganz normales Neugeborenes erlebt und nicht geahnt, dass er anders ist als andere Babys. Wann hat sich das geändert?

Ungefähr ein halbes Jahr nach der Geburt. Bei der U5 hat der Kinderarzt bemerkt, dass da irgendwas nicht stimmt. Wäre Raphael nicht unser Erstgeborener gewesen, dann wäre uns vielleicht vorher schon was aufgefallen. Aber wir hatten keinen Vergleich. Die Zeit bis dahin habe ich als echt schön empfunden, das erste halbe Jahr war einfach unbeschwert und schön.

Als es dann losging mit den vielen Untersuchungen, war es dann schon so, dass ich dachte, jetzt zieht mir jemand den Teppich unter den Füßen weg. Man hat mir gesagt, ich muss nun stark sein für mein Kind, der Raphael der braucht mich jetzt.

Ja, das ist sicherlich nicht leicht gewesen – festzustellen, dass Ihr Kind sozusagen „behindert“ ist. Was hat Ihnen in dieser Zeit geholfen?

Keine Ahnung. Einfach das Vertrauen, dass es einen guten Gott gibt und dass alles schon irgendwie seinen Sinn haben wird. Egal ob ich das aus meiner Perspektive jetzt so erkennen oder wahrnehmen kann oder nicht. Und dass ich meinen Mann an meiner Seite hatte, das war schon gut.

Was möchten Sie Eltern sagen, die in einer ähnlichen Situation sind, die womöglich Selbstzweifel und Ängste haben?

Nicht aufgeben! Gott vertrauen! Nicht unbedingt jede ärztliche Diagnose für voll nehmen. Dran glauben, dass das Kind besser ist. Ich glaube, dass Gott sich nicht geändert hat in den letzten 2 000 Jahren. Er hat damals geheilt

und er ist auch heute noch dazu in der Lage. Krankheit ist nichts von Gott Verordnetes – das sind Angriffe von einer ganz anderen Seite. Also: Nicht aufgeben!

Wann haben Sie herausgefunden, dass mehr in Raphael steckt, als die Ärzte Ihnen weismachen wollten?

Raphael wurde immer verglichen mit anderen, gesunden Kindern. Niemand konnte mir sagen, wie gut er im Vergleich zu seinem Befund ist. Das Vergleichen mit anderen Kindern hat mich damals so gar nicht weitergebracht. Wie soll ich sagen – ich bin ja selber in einem medizinischen Beruf tätig –, Prognosen sind manchmal pädagogisch nicht sinnvoll. Es gibt ja Placebo- und eben auch Nocebo-Effekte, also dass bestimmte „Erwartungen“ nur deshalb eintreten, weil man mit diesen rechnet. Selbst wenn ein Befund wirklich ernst ist: Es gibt so was wie Spontanheilungen. Und diese Hoffnung sollte man niemandem nehmen. Es macht einen deutlichen Unterschied, ob man jemandem sagt: „Sie haben nur noch soundso viele Monate zu leben“, oder ob man dem Patienten sagt: „Hey, soundso viel Prozent der Erkrankten schaffen das!“ Dann sieht man sich selbst nämlich zu dieser Gruppe zugehörig und verhält sich auch anders. Es gibt eine Chance, egal wie negativ es aussieht. Ich denke, es ist wichtig,

nicht immer auf die äußeren Umstände zu schauen, sondern den Blick nach oben zu richten. Wir tendieren alle dazu, unseren Gott anzujammern, wie groß der Berg vor uns ist. Jesus hat gesagt, wir sollen lieber direkt zum Berg sprechen. Ich denke, es ist sehr viel wirkungsvoller, dem Berg zu erklären, wie groß Gott ist. Und dass dieser im Vergleich dazu gar nichts ist.

Also einfach die Perspektive wechseln. Egal was einem entgegenkommt. Ich denke, wir müssen die Sache so nehmen, wie sie kommt, und so lange drehen und wenden, bis wir die Schokoseite finden. Und dann sollten wir die Sache mit der Schokoseite nach vorne ins Regal stellen!

Welches ist Ihrer Meinung nach die herausragendste Begabung Ihres Sohnes?

Natürlich ganz klar sein Sprachentalent, also Sprache selber zu erlernen und mit Sprache zu jonglieren, Gedichte und poetische Texte zu schreiben. Aber davon abgesehen: Raphael hatte immer den Glauben an Gott, wenn ich ihn nicht mehr hatte. Immer wenn ich tief im Keller saß, hat mein Kind mich getröstet. Das fand ich schon erstaunlich. Da ist er ziemlich unverbrüchlich und hoffnungsvoll.

Wie war das für Sie, als Sie das erste Mal mit Raphael das Gestützte Schreiben ausprobiert haben? Mit welchen Erwartungen sind Sie darangegangen?

Wir hatten im Umfeld ein anderes Kind erlebt, das geschrieben hat, und ich hatte Raphaels Reaktion darauf gesehen. Deswegen war da durchaus Hoffnung, dass er so etwas möglicherweise lernen kann. Allerdings war mir nicht klar, dass er es sogar schon konnte. In der Schule hatte man mir gesagt, es mache keinen Sinn, mit ihm die Buchstaben zu üben, und ich hatte regelrecht um Hausaufgaben gebettelt. Gleichzeitig hatte ich erlebt, dass Raphael Freude daran hatte, diese Aufgaben zu erledigen. Und ich dachte mir: Wenn die das nicht in der Schule mit ihm üben, dann mach ich das eben selber! Und wir probieren das mit dem Schreiben zumindest mal aus.

Das Gestützte Schreiben war eine Möglichkeit, mit ihm Buchstaben und Wörter zu üben. Und ich war dann ganz schön überrascht, dass Raphael mir schon innerhalb der ersten Woche ganze Wörter und Teilsätze hingeschrieben hat.

Wie muss man sich das vorstellen mit dem Gestützten Schreiben? Sitten Sie dafür am Computer und halten seine Hand?

Zu Anfang war es sogar nur eine einfache Holztafel mit Buchstaben darauf: Ja, Nein und verschiedene Satzzeichen. Inzwischen ist es ein iPad mit so was wie einem Wordprogramm. Kurz zur Erklärung: Raphael hat an



Ulrike und Raphael Müller beim Zeitungsworkshop © Angelina Bärth, 2012

manchen Stellen die Schwierigkeit, seinen Körper zu spüren. Das ist ungefähr so, wie wenn uns zum Beispiel die Hand eingeschlafen ist – so stelle ich mir das zumindest vor. Dann tut er sich schwer, gezielte Bewegungen auszuführen oder etwas Feinmotorisches zu machen. Der Körperkontakt hilft ihm dann, seinen Körper besser zu spüren und die Bewegungen auszuführen. Das ist der eine Aspekt. Der andere Aspekt ist die emotionale Rückendeckung, ihm einfach dieses emotionale Feedback zu geben: „Hey, ich weiß, dass du das kannst! Trau dich und schreib das hin!“ Ich leg dann seinen Arm auf meinen Unterarm und helfe ihm, den Zeigefinger zu isolieren, und er tippt im Ein-Finger-System los.

Das funktioniert übrigens auch mit Betreuern und nicht nur mit mir. Man kann sich das Gestützte Schreiben ein bisschen wie Tanzen vorstellen: Raphael hat den männlichen Part inne und der Stützer muss dann eben den weiblichen Part übernehmen. Mit jemand anderem ist das dann, als hätten Sie einen neuen Tanzpartner: Da tritt man sich am Anfang durchaus öfter mal auf die Füße. Aber je eingespielter das Team ist, desto besser geht es.

Gibt es andere Wege, mit ihm zu kommunizieren? Was machen Sie, wenn es mal schnell gehen muss und Sie eine Entscheidung von ihm brauchen?

Wenn es schneller gehen muss, machen wir Handzeichen: Dann belege ich die Finger meiner Hand mit Bedeutungen: Der Daumen heißt Ja, der Zeigefinger Nein, der Mittelfinger ist das klassische Jein, also: nicht mit Ja oder Nein zu beantworten. Wir belegen die Finger auch mit verschiedenen anderen Bedeutungen, um mehr Frage- und Antwort-Möglichkeiten zu haben: lesen oder chillen, spazieren gehen, oder zum Beispiel Apfel, Birne, Banane ... Das braucht ein bisschen Gehirnjogging, um sich lang genug zu merken, was welcher Finger bedeutet, aber es funktioniert.

Raphael ist in seinem Alltag ja immer abhängig von anderen, seiner Familie und betreuenden Personen. Das ist für ihn sicher nicht immer leicht. Wie gehen Sie in der Familie damit um? Wie lässt sich eine gewisse Selbstbestimmtheit bei ihm fördern?

Wir versuchen alles so normal wie möglich zu machen. Und ich möchte natürlich, so oft es geht, für ihn da sein, aber das Gestützte Schreiben ist schon ein Zeiffresser. Ich versuche mir immer irgendwie ein wenig Zeit freizuschneiden, dass er schreiben kann. Und das ist phasenweise mal ein bisschen mehr und mal ein bisschen weniger. In letzter Zeit leider etwas weniger, weil ich beruflich so eingespannt bin. Aber wir versuchen selbstverständlich auch mit der Familie was gemeinsam zu machen. Zeitweise

hatten wir uns dafür auch aufgesplittet: Dann sind Vater und Tochter zum Skifahren gegangen und ich hab mir mit ihm hier die Zeit vertrieben. Aber wir waren auch schon gemeinsam in den Bergen mit ihm. Mein Mann hatte ihn zum Beispiel mal tapfer auf das Rittner Horn draufgeschoben – da brauchten beide Männer einen guten Tag. Das ging zum Teil mehr rückwärts als vorwärts (lacht). Das war schon sehr abenteuerlich. Aber ja: Wir haben versucht zu machen, was geht, um ihm Erlebnisse zu ermöglichen.

Selbstbestimmtheit kann ja auch heißen, dass er einfach zufrieden mit sich selber ist, dass er Zeit allein mit sich selbst verbringen und diese ausfüllen kann. Klappt das bei ihm auch oder ist das schwierig?

Ja, schon, das wird immer besser. Raphael muss sich zwangsläufig auch mal mit sich allein begnügen. Ich hab schließlich auch noch das Haus und den Garten und ein paar andere Sachen zu erledigen. Ich schau, dass wir zu den Zeiten, wo er wach und fit ist, etwas gemeinsam machen. Und wenn er so weit ist, dass er aus dem Rolli rausmöchte und sich ausstrecken will, dann schaut er sich auf YouTube auch schon mal einen Vortrag an, hört Musik, chillt, überlegt sich neue Texte, so was eben. Dann kann ich in der Zeit meine Sachen erledigen und habe trotzdem das Gefühl, dass er zufrieden ist.

Gibt es Momente der Ausgrenzung von Raphael, die Sie besonders ärgern? Und im Gegenzug: Welches waren besonders positive, integrierende Erfahrungen?

Es ist tendenziell immer leichter geworden. Am Anfang war es schon ein bisschen holprig, den Weg auf die normale Schule zu schaffen. Er war ja sozusagen immer nur Gast. Damals, als es losging mit dem Schreiben, haben wir in der Grundschule gefragt, ob die es sich vorstellen können, einen Gasthörer zu nehmen. Dafür waren die Leute immerhin offen. Und auch später haben wir das Glück gehabt, hier im Ort ein Gymnasium zu haben, wo er zumindest als Gast hingehen durfte. Das war wirklich toll.

Ganz anders lief es in der Lebenshilfe. Man sagte uns: Das wäre doch ein geschützter Rahmen, wo er nicht angestarrt wird von den anderen. Raphael hatte mir aber damals geschrieben: „Ich bin ein bunter Hund, ich bleib ein bunter Hund und ich will nicht in einem Ghetto leben!“ Er wollte auf eine normale Schule, er wollte lernen. Er wollte mitkriegen, wie die anderen Schüler reagieren. Dort ist er dann aufgeblüht. In der Lebenshilfe dagegen hat er sich eher verweigert, war irgendwann krank auf Kommando, schon als er die Tür der Lebenshilfe sah. Dann bekam er Fieberanfälle, Schreikrämpfe, Panikattacken, alles Mögliche. Auf der

anderen Seite hat er sich total gefreut, wenn er wieder in die Grundschule durfte. Irgendwie hat Raphael in keine Schublade richtig reingepasst. Körperlich ging die Schule nicht, aber mit dem Lernen hatte er keine Probleme. Andersrum war er zu schlau für die Lebenshilfe. Keine Frage: Die machen eine tolle Arbeit in der Lebenshilfe, aber da hat er irgendwie nicht ins Schema gepasst. Die sind dort hauptsächlich darauf

ausgerichtet, dass Leute Probleme dabei haben, Dinge zu erlernen. Dass ein Kind dagegen Dinge verweigert, weil ihm langweilig ist, war für einige dort nicht nachvollziehbar. Er hatte damals häufig bei leichten Aufgaben gebockert und die haben das so interpretiert, dass diese zu schwer für ihn sind. Zu Hause dagegen habe ich festgestellt: Je schwerer die Aufgaben sind, die ich ihm gebe, desto motivierter ist er. Zu Hause hat er mitgearbeitet. Ich schätze, da sind einfach zwei Welten aufeinandergetroffen. Da war er dann ein richtiges Trotzköpfchen, was es mir leider auch nicht immer leichter gemacht hat ... Ähnlich war es übrigens auch beim Arzt damals. Dort hat man mich gefragt, ob er denn die Farben unterscheiden könne. Ich konnte das damals nicht beweisen. Aber offensichtlich hatte er die Fragen des Arztes sehr wohl verstanden. Denn am nächsten Tag habe ich gesehen, dass er nur noch mit blauen Legosteinen gespielt hat. Aber als ich das wiederum dem Arzt vorführen wollte, war Raphaels Reaktion: Nö, wieso? Ich hab doch schon gezeigt, dass ich das kann ... (lacht)

Mehr von Raphael Müller finden Sie auch in **„Schön ohne Aber – Wie wir von Körperhass zu Körperliebe finden“** von Eva-Maria Admiral und Annette Friese.



Admiral, Eva-Marie/Friese, Annette:
Schön ohne Aber – Wie wir von
Körperhass zu Körperliebe finden,
© [17.03.2020]
SCM Verlagsgruppe GmbH,
D-71088 Holzgerlingen
www.scm-haenssler.de/

Was würden Sie anderen Menschen im Umgang mit besonderen Menschen wie Raphael raten?

Nie unterschätzen! Genau hingucken! Immer einen Tick weiter gehen, mehr zutrauen, als man eigentlich

gesagt bekommt. Und wenn es so rum nicht geht, dann einfach einen anderen Weg finden. Wenn sprechen nicht geht, es mal mit den Händen oder Füßen probieren. Aber nicht aufgeben. Wenn jemand nicht mit gesprochener Sprache antwortet, dann heißt das nicht, dass er nicht versteht. Das ist ein bisschen wie bei einem Computer: Es kann sein, dass die Software läuft, aber der Bildschirm schlicht nicht funktioniert und nichts anzeigt. Und wenn wir dann hergehen und sehen, dass der Bildschirm schwarz ist und daraus schließen, dass der Computer kaputt ist, haben wir eine falsche Diagnose gestellt.

Sie haben ein zweites Kind, Ihre jüngere Tochter Hannah. Wie gehen Sie mit der Situation um, ein Kind zu haben, das zwangsläufig mehr Zuwendung braucht als das andere?

Hannah hat vom ersten Tag an gewusst, was sie will und was sie nicht will. Sie studiert jetzt übrigens im fünften Semester Humanmedizin. Sie hat von Anfang an sehr entschieden Aufmerksamkeit eingefordert. Und derjenige, der Geduld beweisen musste, war eher Raphael. Sie hat sich hingestellt und gesagt: „Ich will das jetzt und ich will das sofort!“ Da haben wir uns dann eben aufgeteilt,

um beiden Kindern gerecht zu werden. Mein Mann hat was mit Hannah gemacht und ich mit Raphael. Zum Glück hatten wir darüber hinaus die Situation, dass beide Omas hier im Ort waren. Das war echt Luxus. Unterm Strich ging das also ganz gut.

Ist Ihre Familie durch Raphaels Schicksal möglicherweise enger zusammengewachsen? Ist sie vielleicht sogar enger aufeinander bezogen als andere Familien?

Hm, das kann ich gar nicht sagen, weil ich nicht weiß, wie es wäre, wenn alles ganz normal gelaufen wäre. Wir hatten auf jeden Fall schon unsere Herausforderungen und es war längst nicht immer alles unbeschwert. Wir mussten schon unsere Prioritätenliste ab und an neu sortieren. Und wir konnten unsere Belastungsgrenze durchaus einige Male austesten, mit Haus und Hund und allem, was dazugehört. Wobei meistens doch immer viel mehr geht, als man meint. Man wächst an seinen Herausforderungen.

Von Raphaels „Besonderheit“ abgesehen ist er ja ein ganz normaler junger Mann, mit Erfolgserlebnissen, Tiefschlägen und verschiedenen Stimmungen. Wie helfen Sie ihm, wenn er ein Tief hat?



Foto: Curacao 2009 ©Tino und Ulrike Müller

„// Unsere Gesellschaft ist so auf Leistung getrimmt. Manchmal ist es einfach nicht nur das Haben oder Erreichen von etwas, was zählt, sondern schlicht das Sein. Jeder ist ein Geschöpf Gottes. Und ich denke, dass Gott keine Fehler macht. Jeder ist etwas Einzigartiges. Und wenn ein Kind eben nur lachen kann und sonst nicht viel, dann ist das auch schon ein Geschenk.“

Ulrike Müller

Ganz so arg ist das eigentlich gar nicht. Raphael ist ein recht ausgeglichener Mensch. Ich meine, weil ihm sein Glaube hilft. Der ist sein Dreh- und Angelpunkt. Das hat er ja auch in seinem eigenen Text geschrieben.

2007 hat Raphael das Gedicht „Zaun“ verfasst. Ich zitiere daraus: „Es sind die wahren Zäune wohl in den Herzen und Köpfen der Menschen verborgen. Morgen, so hoffe ich, werden diese Zäune niedergerissen, dann haben Gedanken freien Lauf – und das Leben auch.“ Können Sie uns sagen, was Raphael damit meint, und worauf er hier Bezug nimmt?

Das war eins seiner allerersten Gedichte. Es bezieht sich direkt auf seine Schulsituation. Das Thema Inklusion, was ich erzählt hatte ... Seine Gedanken hat er auf die Art und Weise dann verarbeitet. Er schreibt zwar hin und wieder Prosatexte im Poetry-Slam-Stil,

aber eben auch sehr viele Gedichte. Ich glaube, das liegt daran, dass er zum Schreiben immer jemanden braucht, und die Leute haben ja nicht unbegrenzt Zeit. Er komprimiert seine Gedanken praktisch – ein Gedicht ist ja sozusagen die komprimierteste Form eines Textes: Man kann ein Gedicht schreiben oder 10 Seiten Prosatext und das Gleiche sagen. Das heißt, er hat sich schon lange vorher überlegt, was er schreiben will, und wenn ich dann mal Zeit hatte, hat er das in einem Gedicht zusammengefasst.

Was, meinen Sie, können wir alle von Raphael lernen?

Nicht von dem Äußeren auf das Innere schließen und nicht aufgeben. Es gibt doch diese optischen Täuschungen, wo zwei Bilder in einem versteckt sind: eine alte Frau und eine junge

Frau. Man kann Raphael anschauen und nur einen behinderten Menschen sehen, und gleichzeitig hat er noch eine ganz geniale Seite. Nicht jeder schafft es auf Anhieb, beide Seiten zu sehen. Ich denke übrigens, dass das nicht nur bei Raphael so ist. Jeder hat irgendwo ein Talent.

Und was ich auch wichtig finde: Unsere Gesellschaft ist so auf Leistung getrimmt ... Manchmal ist es einfach nicht nur das Haben oder Erreichen von etwas, was zählt, sondern schlicht das Sein. Jeder ist ein Geschöpf Gottes. Und ich denke, dass Gott keine Fehler macht. Jeder ist etwas Einzigartiges. Und wenn ein Kind eben nur lachen kann und sonst nicht viel, dann ist das auch schon ein Geschenk.

Herzlichen Dank Ihnen beiden, dass Sie sich Zeit für uns genommen haben!

—

Wir fragten das KIK-Team: **WAS BEGRENZT DICH** und

Was mich begrenzt ist, wenn ich **KEINE ANTWORT** auf meine Frage bekomme.

Wenn zu viel **ALLTAGSSTRESS** verhindert, dass ich nach draußen in die Natur komme.

Mich begrenzt **FEHLENDE SPONTANITÄT**.

Wenn ich merke, dass das Vorgenommene **MEHR ENERGIE BENÖTIGT ALS** zuvor **ANGENOMMEN**.

WENN NICHTS ZU KLAPPEN SCHEINT.

WENN DIE BAHN AUSFÄLLT. Da komme ich nicht rechtzeitig zur Arbeit (ich weiß, wir haben Gleitzeit, ich bin aber ein Gewohnheitstier und Frühaufsteher). Oder zu meiner Verabredung. Ich hasse Unpünktlichkeit. Ich will niemandes Zeit stehlen müssen.

Meine Gedanken, dass ich **ETWAS NICHT SCHAFFEN** könnte.

Die zunehmende **POLITISCHE POLARISIERUNG**

Wenn ich das Gefühl habe, **OPFER VON ENERGIEFRESSERN** zu sein.

STILLSTAND

MEINE EIGENE HILFLOSIGKEIT zu spüren, wenn ich anderen nicht aus ihrer Misere heraushelfen kann.

Wenn ich merke, dass ich es aus zeitlichen oder anderen Gründen **NICHT SCHAFFE**,
all die **IDEEN** in meinem Kopf **UMZUSETZEN**.

Wenn mir an manchen Tagen **NÖRGLER** und **UNZUFRIEDENE MITMENSCHEN** begegnen.

Wenn ich oder jemand aus der **FAMILIE KRANK** ist.

... WANN FÜHLST DU DICH GRENZENLOS?

Ich fühle mich grenzenlos, wenn ich **MIT MEINEN KINDERN AM STRAND** spazieren gehe.

WENN ICH in mein Lieblingsschwimmbaden springe und **loskraule**.

Wenn ich **KREATIV** und **SPONTAN** sein kann, **KEINE TERMINE** habe und **LEICHT EINEN SITZEN**.

Wenn ich **VORGENOMMENES ERREICHT** habe und das **ERGEBNIS SEHE**.

Grenzenlos frei fühle ich mich, wenn ich in einer lauen Sommernacht **MIT MEINEM FAHRRAD UNTER DEM STERNENHIMMEL** durch die Felder fahre. Der Duft der Felder, die Weite, das ist wie Fliegen ...

Meine Gedanken überwinden Grenzen leichter, wenn ich **EINE DAMPFENDE TASSE TEE IN DEN HÄNDEN** halte.

Nach meiner **MORGENDLICHEN MEDITATION UND DEM AUFSCHREIBEN, FÜR WAS ICH ALLES DANKBAR BIN**, fühle ich mich absolut grenzenlos und weiß, dass ich alles schaffen kann und werde.

Wenn ich **MIT EINER KLEINIGKEIT GROßE FREUDE BEWIRKEN** kann.

Wenn ich merke, dass andere **DURCH MEINE ANWESENHEIT GLÜCKLICH UND MOTIVIERT** sind.

Wenn ich meinem Kind bei Sorgen, Ängsten, Bedenken **ZUHÖRE, RATSCHLÄGE GEBE** und die **DANKBARKEIT SPÜREN** und in den Augen sehen kann.

Beim **MUSIKHÖREN**

Beim Versinken in einem spannenden **FANTASY-BUCH ODER THRILLER ...**

Wenn ich (z. B. handwerklich) **ETWAS MEISTERE, DAS ICH MIR VORHER, ohne es zu versuchen, NICHT ZUGETRAUT HÄTTE**.

Wenn **ALLE GESUND** sind.

KURZ & BÜNDIG

52 SPRACHEN finden sich unter dem Dach unserer Brunner-Family. Die Redaktion hat bei der Umfrage unter den Mitarbeitenden ganz schön gestaunt, was da alles zusammenkommt ... Haben Sie zum Beispiel schon mal von Toki Pona gehört? Wie auch Esperanto und Klingonisch gehört Toki Pona zu den sogenannten „Konstruierten Sprachen“, die künstlich erschaffen wurden. Dazu gehören übrigens auch die Programmiersprachen. Aber sind das überhaupt richtige Sprachen? Wer spricht schon CSS oder php? Und wie ist das bei der Gebärdensprache, die man wiederum nicht schriftlich erfassen kann? Wir fragten uns: Was ist Sprache eigentlich? Und haben festgestellt, dass es gar nicht so leicht ist, eine Definition zu finden, die nicht allzu einengend ist ...

Wenn man aufs ganz Grundsätzliche zurückgeht, haben alle Sprachen im Kern gemeinsam, dass sie aus Lauten, Zeichen oder Symbolen bestehen, mit denen Informationen übermittelt werden. Das heißt erst mal noch nicht, dass man sich in dieser Sprache auch wirklich unterhalten können muss –

bei Programmiersprachen ist das, wie bereits erwähnt, eher schwierig und so mancher, der Schullatein gelernt hat, stößt hier auch an seine Grenzen ... Dennoch sind auch html, Pascal & Co. Hilfsmittel der Kommunikation, schließlich übersetzen sie sozusagen menschliche Gedanken in das Binärsystem der Einsen und Nullen eines Computers. Erstaunlicherweise sind diese Computer mittlerweile in der Lage, wiederum menschliche Sprachen nahezu in Echtzeit zu übersetzen – siehe Google Translator. Oder mittels künstlicher Intelligenz sich sogar quasi selbst zu erschaffen: Man gebe einen sprachlichen Prompt ein und schon schreibt der Computer sein eigenes Programm selbst.

Gerade hier wird deutlich: Sprachen überwinden Grenzen, manchmal gewollt, manchmal mit unabschätzbaren Folgen. Positiv betrachtet ermöglichen sie es uns, mit anderen – und seien es künstliche Intelligenzen – in Kontakt zu treten. Damit holen sie uns wahrlich aus der Eingrenztheit unseres Selbst heraus.

—

DIE ZAHL: 52

- Albanisch
- Armenisch
- Bash
- Bairisch
- Bosnisch
- Bulgarisch
- CSS
- Chinesisch
- Dari/Persisch
- Deutsch
- Englisch
- Französisch
- Griechisch
- Hebräisch
- Hessisch
- HTML
- Indonesisch
- Japanisch
- Java
- JavaScript
- JSON
- Kroatisch
- Italienisch
- Latein
- LaTeX
- Markdown
- Mazedonisch
- Niederländisch
- Paschtu
- PHP
- Python
- Polnisch
- Portugiesisch
- PowerShell
- Produt
- Russisch
- SASS
- Schwäbisch
- Schwyzerdütsch
- Scratch
- Serbisch
- Siebenbürgisch-Sächsisch
- Slowenisch
- Spanisch
- SPS - Steuerungstechnik
- SQL
- Toki Pona
- Tschechisch
- Türkisch
- Urdu/Hindi
- XML
- Zwahili

BIS WEIT ÜBER DIE GRENZEN HINAUS UNTERWEGS – DIE VOYAGER-SONDEN

Die NASA schickte 1977 zwei Weltraumsonden ins All. Voyager 1 und 2 sollten das Sonnensystem erkunden, aber auch darüber hinaus ein Zeichen in die Weiten des interstellaren Raums aussenden. Mit an Bord beider Sonden ist jeweils eine Goldene Schallplatte mit dem Namen „Sounds of Earth“. Sie enthält Bild- und Audiodateien, die mögliche außerirdische Intelligenzen über uns informieren – inklusive einer universell lesbaren Anleitung zum Abspielen. Angehört werden können zum Beispiel Grußbotschaften in insgesamt 55 verschiedenen Sprachen, darunter auch die deutsche Botschaft „Herzliche Grüße an alle“.

Voyager 1 und 2 haben inzwischen den Einflussbereich unserer Sonne verlassen und werden voraussichtlich noch bis 2025 Analysen durchführen können. In circa 300 Jahren werden sie wohl unser Sonnensystem verlassen. Da sie Milliarden von Jahren halten könnten, ist es möglich, dass sie irgendwann einmal die einzigen verbliebenen Spuren der Menschheit sind. —





KUCK SCHREIBT GESCHICHTE

BRAILLE: MIT SECHS PUNKTEN ZUM ALPHABET

Text: Christiane Hornung

Sie befinden sich an ganz alltäglichen Gebrauchsgegenständen und doch nehmen viele Menschen die kleinen erhabenen Punkte, etwa an der Schachtel eines Medikamentes, kaum wahr. Den meisten reichen die dort aufgedruckten lateinischen Buchstaben zum Verständnis aus. Ein Teil der Bevölkerung jedoch ist dankbar für die zusätzlichen Informationen, die ertastet und im Kopf zu Buchstaben geformt werden: Die aus Punkten bestehende Braille-Schrift bietet Menschen mit Sehbehinderung die Möglichkeit, an der Gesellschaft teilzuhaben. Die Geschichte der Blindenschrift geht dabei auf den Franzosen Louis Braille zurück, der selbst sein Augenlicht verloren hatte.

VOM 15-JÄHRIGEN ZUM ERFINDER DER BLINDENSCHRIFT

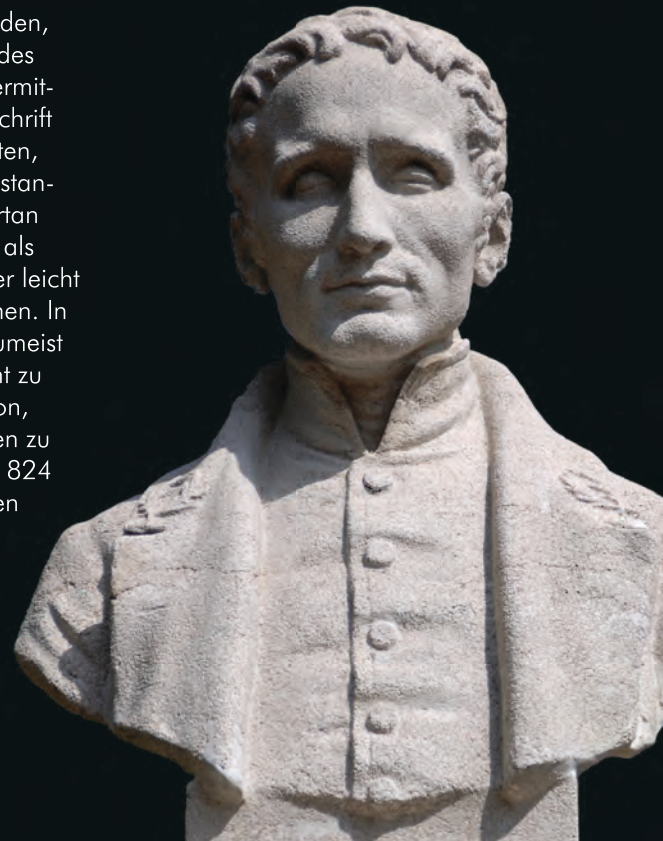
Louis Braille war dabei nicht von Geburt an blind. Vielmehr war es ein tragischer Unfall im Jahre 1812, der dem damals Dreijährigen beim Spielen in der väterlichen Sattlerwerkstatt zuerst das Licht auf dem einen und später auch das Sehvermögen

auf dem anderen Auge raubte. Louis Brailles Vater indes gab sein Kind nicht auf und versuchte, ihm das Schicksal, das Blinde Anfang des 19. Jahrhunderts zumeist ereilte, zu ersparen. Anstatt als Bettler oder Belustigung auf einem Jahrmarkt zu enden, besuchte Louis die Dorfschule und machte mit seinen guten Leistungen auf sich aufmerksam. Im Alter von zehn Jahren stand schließlich der Wechsel auf eine der ersten Blindenschulen weltweit, das Königliche Institut für junge Blinde in Paris, an. Dort lernte er schließlich auch die sogenannte „Nachtschrift“ des französischen Offiziers Charles Barbier kennen.

Ursprünglich wurde diese erfunden, um nachts Befehle ohne störendes Licht und nahezu lautlos zu übermitteln. Dabei bestand die Nachtschrift aus in Kartons gestanzten Punkten, die jeweils für bestimmte Laute standen. Louis Braille zeigte sich fortan begeistert von der Idee, Punkte als Buchstaben zur Grundlage einer leicht lesbaren Blindenschrift zu machen. In der folgenden Zeit tüftelte er, zumeist des Nachts, um die Schule nicht zu vernachlässigen, an seiner Vision, Schrift für Blinde sehend machen zu können. In den Sommerferien 1824 kommt dem damals 15-Jährigen schließlich die entscheidende Idee zur passenden Kombination der Punkte. Seine Lehrer und Mitschüler zeigten sich begeistert. Louis Braille

wirkte in der Folge zunächst als Hilfs- und schließlich sogar als vollwertiger Lehrer an der Blindenschule.

Die Punktschrift ließ sich deutlich leichter lesen als die zuvor benutzte Tastschrift, die aus den erhabenen angeordneten herkömmlichen Buchstaben bestand. Im Jahr 1840 wurde die Braille-Schrift indes durch einen Direktorenwechsel am Pariser Blindeninstitut zunächst verboten. Pierre-Armand Dufau wollte verhindern, dass blinde Menschen Zeichen benutzten, die die Sehenden nicht verstehen konnten. Louis Braille indes gab nicht auf und



kämpfte für seine Erfindung. Dabei litt er inzwischen an Tuberkulose und starb im Alter von nur 43 Jahren. Zwei Jahre später, im Jahre 1854, fand die Braille-Schrift ihre offizielle Anerkennung in Frankreich, 1878 wurde das Werk Louis Brailles zur offiziellen Schrift für Blindenschulen weltweit erklärt.

SECHS PUNKTE ALS BASIS

Dabei besteht die Blindenschrift in ihrer Grundidee aus sechs Punkten. Diese sind in zwei senkrechten Reihen zu je drei Punkten nebeneinander angeordnet und bilden so die Grundform der Braille-Schrift. Die Darstellung der Punkte ermöglicht die optimale ertastbarkeit. Durch die 6-Punkte-Anordnung ergeben sich insgesamt 63 Punkte-Kombinationen, die in ihrer Gesamtheit jedoch möglichst sparsam verwendet werden müssen. So wird beispielsweise darauf verzichtet, eigene Zeichen für die Großschreibung zu definieren. Die Zahlen 1 bis 10 werden stattdessen durch die Buchstaben „a“ bis „j“ dargestellt und durch ein spezielles Zahlenzeichen, das vor dem jeweiligen Buchstaben platziert wird, gekennzeichnet. Um Großschreibung, die in einem Originaltext angewandt wurde, darzustellen, werden spezielle Hilfszeichen verwendet. Zudem bedarf die Braille-Schrift deutlich mehr Platz als die reguläre Druckschrift: Häufig haben die Bücher ein Format von

B R A I L L E A L P H A B E T



27x34 cm und können es mit der Dicke eines Telefonbuches mehr als aufnehmen.

HINAUS IN DIE WEITE WELT – BRAILLE WIRD DIGITAL

Die Einführung des Computers indes machte es notwendig, die Anzahl der Zeichen der Braille-Schrift zu vergrößern. So wurde die Möglichkeit geschaffen, jedes Zeichen des Computers einem einzigen Braille-Zeichen zuzuordnen. Durch Hinzunahme zweier weiterer Punkte ergibt sich mit der „Computer-Braille“ nun die Möglichkeit, 256 Zeichen zu bilden. Anstatt eines Monitors wird zum Lesen eine sogenannte „Braillezeile“ benötigt. Dabei handelt es sich um ein spezielles Lesegerät, das an den PC angeschlossen wird. Es übersetzt alle dargestellten Zeichen zeilenweise in Braille-Schrift: Dabei wird jedes Zeichen durch kleine Stifte, die sich aus der Braillezeile

herausdrücken, ertastbar. Ein „blinkendes“ Vollzeichen, das aus den nun benutzten acht Punkten besteht, zeigt die Cursor-Position an. Auf diese Weise können sehbehinderte Menschen Texte auf dem PC lesen und mit nahezu jeder Software arbeiten, die andere auch benutzen. Inzwischen hat die Braille-Schrift sogar auf Tablets und Smartphones Einzug gehalten, etwa mit Hilfe der virtuellen Tastatur „TalkBack-Braille“, die es Blinden ermöglicht, Braille-Zeichen direkt in das Smartphone einzugeben.

Erstaunlich, was diese raffinierte Erfindung des blinden Jungen Louis bewirkt hat: Von einem kleinen französischen Dorf aus trat die Braille-Schrift den Siegeszug in die weite Welt an und ermöglicht auch heute noch zahlreichen Menschen, trotz Sehbehinderung an der schriftlichen – ja, sogar digitalen – Welt teilzuhaben. Eine wahrhaft Grenzen überbrückende Erfindung!

ECHO — WAS SAGEN DIE PARTNER?



WIR FREUEN UNS ÜBER DAS
FEEDBACK VON ALEXANDER
THOMASSER VON DER KÄRNTNER
LANDESKRANKENANSTALTEN-
BETRIEBSGESELLSCHAFT (KABEG),
ÖSTERREICH:

**Sehr geehrter Herr Glöckner,
lieber Paul,**

**vielen Dank nochmals für die
tolle Zusammenarbeit, die zwei
Image-Filme sind wirklich großartig
geworden!**

...

**Liebe Grüße
Alexander Thomasser**

10 STERNE AUF GOOGLE

Anfang November 2023 haben gleich zwei Kunden Sterne auf Google
an uns vergeben und jeweils auch tolles Lob öffentlich kommuniziert.



ZUM EINEN ERIK KÖPPEN,
IRA WELLNESS AUS ZEHDENICK:

**„Super freundlich, schnelle Umsetzung
der Wünsche und Ideen.
Klasse Team! Super Werbefilm geworden!“**



ZUM ANDEREN CHRISMELLY PIMERI,
HOME INSTEAD, AMBULANTE BETREUUNGSDIENSTE BRANDENBURG
(ABB) GMBH, GLIENICKE / NORDBAHN:

**„Alles Perfekt.
Herr Müller ist sehr sympathisch und zuverlässig.
Sehr schnelle und tolle Arbeit.“**

AUFGABE 01:

„DIE TRAUBEN
HÄNGEN ZU
HOCH“

ist eine Redewendung, ...



[A] ... die sich aus einer Fabel des französischen Schriftstellers Jean de La Fontaine herleitet.

[B] ... die in der Psychologie durch den „Saure-Trauben-Effekt“ Einzug in die Sprache hielt.

[C] ... deren Ursprung in der griechischen Antike zu finden ist.

[D] ... die im mittelalterlichen Tierepos über Reineke Fuchs erstmals erwähnt wird.

Welche der vorangestellten Behauptungen trifft auf den Ursprung der Redewendung „Die Trauben hängen zu hoch“ tatsächlich zu?

AUFGABE 02:

Welches der unten aufgeführten 4 europäischen Länder grenzt mittlerweile an keines seiner Nachbarländer von 1980 mehr an?



Rumänien



Ungarn



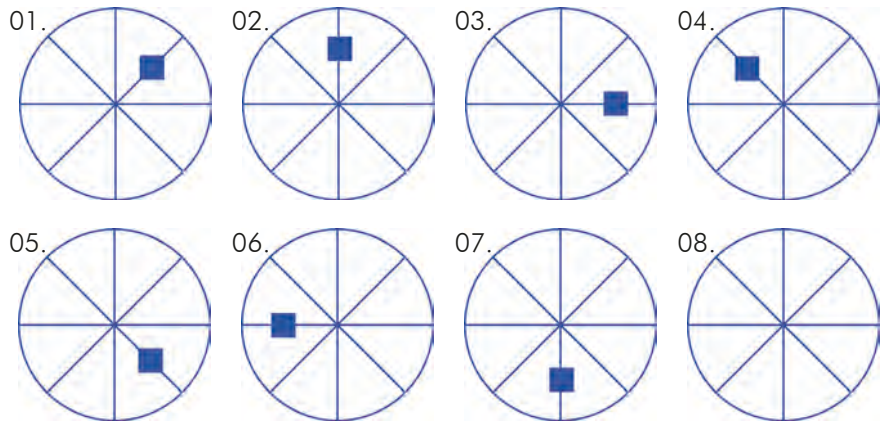
Albanien



Polen

AUFGABE 03:

Zeichnen Sie in der achten Figur das kleine Quadrat an die richtige Position.



BIS HIERHIN ODER WEITER?

Wie oft fragen wir uns: Soll ich es wagen oder soll ich nicht? Kann ich diese Grenze überschreiten und über mich hinauswachsen oder ist es manchmal besser, sie zu respektieren und anzunehmen? Gibt es Momente, wo ich sogar Grenzen ziehen sollte?

Die KUCK-Redaktion hat ein paar Entscheidungshilfen zusammengetragen: in Gestalt von Songs über wagemutige Schritte, Träume von der Freiheit, aber auch über Abgrenzung, kleine Freuden und innere Fülle.

Hören Sie doch mal rein und lassen Sie sich inspirieren!

Hier geht's zur KUCK-Spotify-Playlist:



KUCK KLASSIKER

EIN GETEILTER (T)RAUM

In der KUCK-Ausgabe 26 beschäftigten wir uns damit, wem und was wir im Leben Raum geben. Dabei inspirierte uns Johann Wolfgang von Goethe für das Vorwort mit einem Gedicht, menschliche Grenzen des Zusammenlebens auszuloten ...

Das gewaltsame Einnehmen und Beanspruchen von Territorium ist nicht allein Sache eines herkömmlichen Krieges zwischen Staaten oder Volksgruppen. Wenn wir es genauer betrachten, finden auch im alltäglichen Zusammenleben – beim Meinungs austausch am Arbeitsplatz, in der Familie und in Partnerschaften – Kämpfe statt, in denen wir Raum für uns einzunehmen versuchen oder aber anderen das Feld überlassen. Wir ziehen mit unseren Gedanken und Überzeugungen Grenzen, grenzen andere aus oder aber uns ein. Raum geben kann nur der, der Raum besitzt. Raum geben zu können ist eine Herzensangelegenheit. Nur wer eine weite Sicht hat, kann Platz für andere Perspektiven und Meinungen haben. Raum nehmen kann nur der, der Raum für sich beansprucht, ihn sich erstreitet, oder aber dem Raum zur Verfügung gestellt wird.

GEFUNDEN

Ich ging im Walde
So für mich hin,
Und nichts zu suchen,
Das war mein Sinn.

Im Schatten sah ich
Ein Blümchen stehn,
Wie Sterne leuchtend,
Wie Äuglein schön.

Ich wollt es brechen,
Da sagt es fein:
Soll ich zum Welken
Gebrochen sein?

Ich grub's mit allen
Den Würzlein aus.
Zum Garten trug ich's
Am hübschen Haus.

Und pflanzte es wieder
Am stillen Ort;
Nun zweigt es immer
Und blüht so fort.

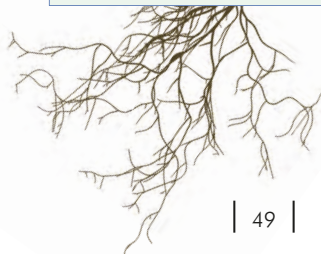
Johann Wolfgang von Goethe



Jetzt fragen Sie sich vielleicht: was hat das denn eigentlich mit dem vorangestellten romantischen Liebesgedicht von Goethe zu tun? Nun, wir haben

darin einen Gedanken für uns entdeckt, der uns sehr gefällt: Wir können keine Menschen „besitzen“. Weder Ehe- oder Geschäftspartner noch Freund, Tochter oder Sohn. Wollen wir Beziehungen schaffen, so müssen wir dem Nächsten den Raum zugestehen, seine Wurzeln entfalten zu können, damit diese Verbindung nicht zum Welken verurteilt ist.

Genauso ist es an uns, unsere Stimme zu erheben, wenn ein anderer achtlos unsere Blüten pflücken will. Wir sind nicht zum vorzeitigen Welken geschaffen, genauso wenig dazu, andere zu brechen. Wir bewegen uns tagtäglich im Spannungsfeld dieser zerbrechlichen Freiheit, die nur durch gegenseitigen Respekt erhalten werden kann. Geben wir dem Wunder Raum, dass ein begrenztes Terrain sich durch gegenseitiges Teilen zu einer unverhofften Weite im Zusammenleben entwickelt.



SCHÖNEN SONNTAG!

von Paulina Voggetzer

Es mag eigenbrötlerisch, spießig und kleinkariert klingen, ich sage es trotzdem: Ich mag Grenzen. Sie geben mir Halt und Sicherheit. Sie beschützen, was mir wichtig ist. Ein Beispiel ist mein Sonntag. Sonntags gibt es bei mir jede Menge Verbote: Sonntags wasche ich keine Wäsche. Ich staubsauge nicht. Ich unterhalte mich mit meinem Mann nicht über Unerfreuliches oder Organisatorisches. Ich kaufe nichts Materielles ein (auch nicht online). Und ich lasse mein Handy aus (daran arbeite ich noch).

Das hat zwei Effekte: Zum einen habe ich samstags mehr zu tun. Ich versuche, möglichst viel schon vorzusuarbeiten. Zum anderen habe ich sonntags plötzlich freie Zeit. Diese Zeit fülle ich mit allem, was ich gerne tue: Ich puzzle mit meiner Tochter. Ich gehe spazieren. Ich koche für liebe Freunde. Ich gehe in den Gottesdienst. Ich bete. Und ich zähle keine Kalorien. Ich hole nachmittags ein Blech weicher, duftender Zimtschnecken aus dem Ofen oder eine saftige Schoko-Karamell-Torte.

Wenn meine dreijährige Tochter ihre liebste Frage stellt: „Warum?“, ist die Antwort ganz einfach: „Weil Sonntag ist.“

EINEN TAG PAUSE

Ich habe vor einiger Zeit ein paar simple Grenzen eingeführt. Diese sorgen dafür, dass es einen Tag in der Woche gibt, der sich vom Rest abhebt. Die ganze Woche freue ich mich auf diesen Tag, an dem ich Pause machen darf. Der Rhythmus aus sechs Tage arbeiten und ein Tag ruhen hat einen biblischen Hintergrund. Er ist dort sogar eines der zehn Gebote. Auf dieser Grundlage wird im Judentum seit jeher der Schabbat gefeiert. Er ist etwas tief Heiliges für gläubige Juden und wird mit 39 Gesetzen zum Teil bis heute sehr konsequent gelebt.

Wer, so wie ich, nicht in dieser Religion aufgewachsen ist, muss sich irgendwann im Laufe seines Lebens selbst die Fragen stellen: Was ist mir wichtig an meinem freien Tag? Wie gelingt es mir zur Ruhe zu kommen? Je nach Glauben, Lebensphase und Bedürfnissen sieht die Gestaltung ganz unterschiedlich aus. Aber die Erfahrung zeigt, ohne Grenzen verliert der Sonntag seinen Glanz und taucht irgendwo im grauen Alltagsmeer ab.

ES IST GUT, WIE ES IST

Für mich habe ich zumindest für den Moment einen guten Weg mit passenden Grenzen gefunden. Das bedeutet aber leider nicht, dass ich sonntags in einer heilen Welt lebe. Staubflusen, Streit und Stress wissen nichts von meinen Verboten. Es bedeutet nur, dass ich sonntags nicht mehr den Anspruch habe, das Leben zu verändern oder zu verbessern. Für einen Tag in der Woche darf alles so sein, wie es ist. Und montags starte ich mit frischer Kraft und Tatendrang in eine neue Woche mit ihren eigenen Aufgaben, Plänen und Zielen. Wenn ich dann nachmittags eine letzte, übrig gebliebene, etwas trockene Zimtschnecke in meinen Kaffee tauche, erinnere ich mich voller Glück an gestern zurück. Und es steigt Vorfreude in mir auf: Ich weiß, der nächste Sonntag ist nicht mehr weit ...

—



**FÜR EINEN
TAG IN DER
WOCHE
DARF ALLES
SO SEIN,
WIE ES IST.**



DER MENSCH IST

d e r g e b o r e n e

G r e n z -

ÜBERSCHREIT E R .

Georg Simmel

DU BIST STARK

Von Gisela Klenner

Wenn die Kraft dir schwinden will,
jeden Tag ein bisschen mehr,
lass dich nicht beirren.
Sei entschlossen, unerschrocken,
fühl den Willen und die Kraft,
allem zu begegnen.

Wir wissen, dass du siegen wirst!

Wenn die Angst dich lähmen will,
langsam in die Adern dringt,
die Gedanken dunkel kreisen.
Fass dein helles Ziel ins Auge!
Mit allem Mut,
der in dir steckt.

Du weißt, wie du ihn weckst!

Wenn Gräben immer tiefer werden,
alle Brücken fehlen,
die Ziele unerreichbar scheinen.
Sieh, wie du schon drüben stehst,
fest auf beiden Beinen.
Atme tief und springe ab!

Du weißt, wofür du lebst!

Wenn Berge immer höher wachsen,
dich bedrohen, dich umringen,
keine Luft zum Atmen lassen.
Sieh die Tritte, sieh die Pfade
offen vor dir stehen!
Finde deine Wege!

Du weißt, wohin du willst!

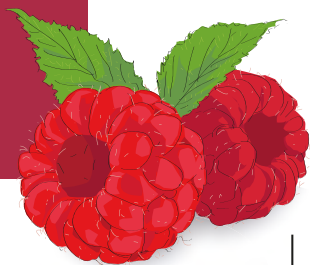
Phantasie ist wichtiger
als Wissen,

| denn Wissen ist begrenzt. |

Albert Einstein

HIMBEEREN

Himbeeren sind – wie auch Erdbeeren – genau genommen keine Beeren, sondern gelten als Scheinfrucht und werden botanisch als Sammelsteinfrucht bezeichnet. Das Obst setzt sich aus vielen eng beieinanderliegenden Steinfrüchtchen mit Kern zusammen und gehört zu der Familie der Rosengewächse. Ihren Namen verdankt die Himbeere dem althochdeutschen Begriff „Hintperi“, was so viel wie „die Beere der Hirschkuh“ bedeutet. Ihr lateinischer Name lautet „Rubus idaeus“. Die sommergrünen Sträucher sind als Waldpionier typische Flachwurzler, deren feinhaarige, samtige Früchte von Juni bis September Saison haben. Bereits im Mittelalter wurde die wilde Waldhimbeere in Klostergärten als Heilpflanze kultiviert und gezüchtet. Mittlerweile sind durch Kreuzung und Weiterzucht unzählige Sorten entstanden, die sich in Größe, Farbe und Geschmack stark voneinander unterscheiden. Hierzulande werden überwiegend rote Züchtungen im Verkauf angeboten. Die sehr sensiblen, druckempfindlichen Früchte sollten im Kühlschrank aufbewahrt und nach spätestens zwei bis drei Tagen verzehrt werden.



UND WAS STECKT DRIN?

In Himbeeren sind besonders viele sekundäre Pflanzenstoffe enthalten u. a. die Antioxidantien Quercetin und Ellagsäure, welche helfen, Körperzellen zu schützen, freie Radikale zu neutralisieren und Herz-Kreislauf-Erkrankungen vorzubeugen. Tannine und Ballaststoffe sind dafür verantwortlich, dass beim Verzehr der Früchte der Blutzuckerspiegel gesenkt wird, wobei der sehr hohe Gehalt an Pektin die Verdauung anregt und die Darmflora positiv beeinflusst. Die Früchte bestehen zu 85 % aus Wasser und sind kalorienarm. B-Vitamine, Vitamin E und C sowie Mineralstoffe wie Kupfer, Mangan, Magnesium und Eisen machen die Frucht zu einem gesunden Begleiter.

WAS MAN DARAUS MACHEN KANN:

Himbeeren schmecken frisch ganz besonders gut, werden aber auch gerne in Kuchen, Desserts, Soßen und Dressings, Marmeladen oder Säften verarbeitet. Lecker ist der süß-säuerlich erfrischende Geschmack

in Smoothies, Eis und Cocktails. Er harmoniert aber ebenso in sommerlichen Salaten sowie zu Schafs- oder Ziegenkäse.

Himbeer-Quark-Dessert

- Dinkelbutterkekse (ca. 17 Stück)
- 250 g Magerquark
- 200 g Schlagsahne
- 400 g Himbeeren (frisch oder Tiefkühlware)
- 1 Pck. Vanillezucker
- 3 TL Zucker
- 1 Prise Salz

Die Kekse zerbröseln. Das kann man beispielsweise gut, indem man sie in einem Gefrierbeutel gibt und sie darin zerkleinert. Den Magerquark mit Vanillezucker, Zucker und der Prise Salz cremig rühren. Nun die Sahne steif schlagen und dann vorsichtig unter die Quarkmasse heben. Jetzt kann alles in kleine Gläser geschichtet werden. Dabei beginnt man mit den Keksbroseln, gibt darauf Himbeeren und schichtet auf diese die Quarkcreme. Zum Verzieren noch einige Himbeeren auf die Cremeschicht setzen und bis zum Verzehr noch 1 bis 2 Stunden ziehen lassen, damit die Kekse etwas aufweichen können. —

UND DER MENSCH HAT SEINE GRENZEN!

Grenzen, über die hinaus
Sich sein Mut im Staube windet,
Seiner Klugheit Aug' erblindet,
Seine Kraft wie Binsen bricht
Und sein Innres zagend spricht:

BIS HIERHER UND

WEITER NICHT!

Franz Grillparzer

QUICK – SO FIT SIND SIE!

LÖSUNG 01:

ANTWORT C IST RICHTIG!

Der griechische Dichter Aesop, dessen historische Existenz nicht eindeutig belegbar ist, soll im 6. Jahrhundert vor Christus gelebt haben. Er gilt als antiker Verfasser von Fabeln und Gleichnissen, die zunächst mündlich überliefert wurden. Bei denen nach ihm benannten „aesopischen Fabeln“ handelt es sich um kleine Geschichten, in denen Tiere gleichnishaft menschliche Charakteristika verkörpern. Seiner Feder wird auch die Fabel „Der Fuchs und die Trauben“ zugeschrieben. In dieser wird der erfolglose Versuch eines Fuchses, an die über ihm hängenden Trauben zu gelangen, erzählt. Als das Tier die begehrten Früchte nicht erreichen kann, tröstet er sich damit, dass sie so oder so noch nicht reif und zu sauer seien.

Heutzutage wird die Redewendung dann benutzt, wenn ausgedrückt werden soll, dass ein Ziel schwierig oder kaum zu erreichen ist.

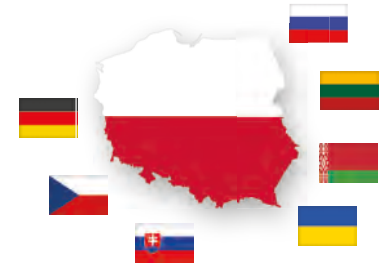
Zu den ANTWORTEN ...

[A] Der französische Schriftsteller Jean de La Fontaine (1621–1695)

gilt den Franzosen bis heute als einer ihrer großen Klassiker. Fontaine, der als Sohn eines bürgerlichen Amtsadeligen geboren wurde, war zunächst als Anwalt tätig und trat erst 1658 mit seinem schriftstellerischen Werk an die Öffentlichkeit. Berühmt wurde er durch seine Fabeln, die er in Anlehnung an antike Vorbilder verfasste.

[B] Der Saure-Trauben-Effekt ist ein Begriff aus der Verkaufs- und Arbeitspsychologie, in der auf die Fabel „Der Fuchs und die Trauben“ Bezug genommen wird. Er beschreibt das Hinnehmen eines Verlustes, vorausgesetzt die verlorengegangene Option scheint prinzipiell nicht mehr verfügbar zu sein. Das gleichnamige Experiment wurde von Jack W. Brehm (1928–2009) im Zusammenhang mit der Erforschung der Reaktanz-Theorie durchgeführt.

[D] Die Erzähltradition über Reineke Fuchs reicht bis zu der in Lübeck gedruckten Niederschrift „Reynke de vos“ von 1498 zurück. Das parabelhafte Epos handelt von dem gerissenen Fuchs Reineke, der es versteht, sich mit List und Lügen aus prekären Lagen herauszumanövrieren. Etabliert hat sich der Name „Reineke Fuchs“ vor allem durch den gleichnamigen Versepos von Johann Wolfgang von Goethe.



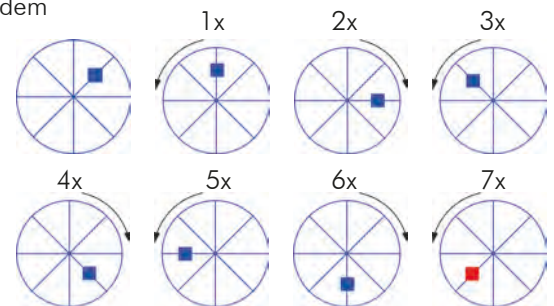
LÖSUNG 02:

POLEN IST RICHTIG!

Im Jahr 1980 grenzte Polen an die Deutsche Demokratische Republik, die Tschechoslowakei und die UdSSR. Keiner dieser Nachbarstaaten existiert mittlerweile mehr. Die aktuellen Nachbarstaaten sind heute Deutschland, Tschechien, die Slowakei, die Ukraine, Belarus (Weißrussland), Litauen und die russische Oblast Kaliningrad.

LÖSUNG 03:

Das kleine Quadrat dreht sich einen Schritt nach links, zwei nach rechts, drei nach links, vier nach rechts und so weiter ...



Du interessierst dich für technische Fragen
und löst gerne Probleme?
Dann werde Teil unseres jungen
IT-Support-Teams!

Wir suchen IT-Support-Mitarbeiter
Techn. Kundenbetreuung
First & Second Level (m|w|d)

KOMM ZU UNS!



IMPRESSUM



HERAUSGEBER:

fx-net Internet Based Services GmbH
Max-Planck-Straße 10
D-71116 Gärtringen

☎ +49 (0)7034 / 25071-0
☎ +49 (0)7034 / 25071-99
✉ info@kik-tv.de
🌐 www.kik-tv.de

VERTRETUNGSBERECHTIGTER GESCHÄFTSFÜHRER:

Jürgen Brunner, einzelvertretungsberechtigt

REGISTERGERICHT: Amtsgericht Stuttgart
REGISTERNUMMER: HRB 244420

UMSATZSTEUER-IDENTIFIKATIONSNUMMER
GEMÄSS § 27 A UMSATZSTEUERGESETZ:
DE 195 44 0084

INHALTLICH VERANTWORTLICHER GEMÄß
§ 10 ABSATZ 3 MDSTV:
Jürgen Brunner (Anschrift wie oben)

REDAKTION:

Kristin Weigand-Wiebel,
Silja Brunner, Manuela Berger

LAYOUT / GRAFIK:

Silja Brunner

AUFLAGE:

1500 Exemplare

DRUCK:

dieUmweltDruckerei GmbH
www.dieumweltdruckerei.de

STANDORT SCHWEIZ:

KIK-TV CH GmbH
Oberneuhofstrasse 6
Postfach 1554
CH-6341 Baar

STANDORT ÖSTERREICH:

Klinik-Info-Kanal GmbH
Haibach 80
A-4785 Freinberg

BILDRECHTE:

© fx-net Internet Based Services GmbH
© Klaus Epele / stock.adobe.com: Seite 01
© Sensvector / stock.adobe.com: Seite 02, 03
© Stiftung Bethel: Seite 06, 08-12
© stokkete / stock.adobe.com: Seite 16
© Medienkontor / Martin Schacht: Seite 18, 19
© Svitlana / stock.adobe.com: Seite 25
(Werkzeugkasten)

© n3d-artphoto.com / stock.adobe.com:
Seite 25 (Kompressor)
© industrieblick / stock.adobe.com: Seite 25
(Hintergrund)
© The Cathedral Media Productions:
Seite 26, 27
© Darius Ramazani Photography, Berlin: Seite 29
© Angelina Bürth: Seite 33
© Tino und Ulrike Müller: Seite 36
© hobbitfoot / stock.adobe.com: Seite 40, 41
© Tryfonov / stock.adobe.com: Seite 42, 43
© Artsiom P / stock.adobe.com: Seite 42 (Sonde)
© Julien Vivet / stock.adobe.com: Seite 44
© Ja Creatives / stock.adobe.com: Seite 45
© romantiche / stock.adobe.com:
Seite 46, 47, 57 (Flaggen)
© smile3377 / stock.adobe.com: Seite 46 (Stern)
© berdsigns / stock.adobe.com: Seite 47
(Trauben)
© PheelingsMedia / stock.adobe.com: Seite 48
© agrino / stock.adobe.com: Seite 49 (Rose)
© kseniyaomega / stock.adobe.com: Seite 49
(Wurzel)
© F8 \ Suport Ukraine / stock.adobe.com:
Seite 50, 51
© jan stopka / stock.adobe.com: Seite 53
© agrus / stock.adobe.com: Seite 57 (Polen)
© deagreez / stock.adobe.com: Seite 58

Die Bilder, Fotos oder Grafiken des KUCK-Magazins sind grundsätzlich urheberrechtlich geschützt. Die freie Verwendung der Bilder ist nicht erlaubt. **Der KLINIK INFO KANAL ist ein Produkt der fx-net Internet Based Services GmbH.**



Ihre Daten sind uns wichtig! Bitte beachten Sie unsere Datenschutzerklärung gemäß EU-Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) auf unserer Homepage www.kik-tv.de. Sie erhalten einmal im Quartal unser KUCK-Magazin! Der Aufwand, von jedem von Ihnen eine Einwilligung einzuholen und diese entsprechend zu verarbeiten, übersteigt unsere Möglichkeiten; deshalb haben wir uns bei den bestehenden Kontakten für eine Stichtagsregelung entschieden.

Spruch: Bei allen Kontakten, die uns bis zum 24.05.2018 vorlagen, gehen wir von einem Einverständnis aus. Sollten Sie eine Zusendung des KUCK-Magazins nicht mehr wünschen, senden Sie uns bitte eine E-Mail an datenschutz@kik-tv.de. Herzlichen Dank!



KLINIK · INFO · KANAL