„Boah, Bratwurst zum Frühstück?!“

Ein Wochenende mit der Schwimmweste in Bad Lippspringe

23 Mütter, 23 Familiengeschichten und „Rheumakinder“ zwischen zwei und inzwischen 38 Jahren: Beim Schwimmwesten-Wochenende des Bundesverbandes Kinderrheuma e. V. in Bad Lippspringe kamen Frauen zusammen, die eines verbindet – das Leben mit einem rheumakranken Kind. Einige waren zum ersten Mal dabei, andere gehören schon seit vielen Jahren dazu und bezeichnen sich selbst augenzwinkernd als die „Urgesteine“.

Schon am Freitag wurde schnell deutlich, worum es an diesem Wochenende gehen sollte. Nach Begrüßung, Vorstellungsrunde und gemeinsamem Abendessen gab es viel Raum für offenen Austausch – passend unter der Überschrift: „Wie pflege ich mich selbst, um andere gut pflegen zu können?“ Denn wer ein chronisch krankes Kind begleitet, kennt das: Arzttermine, Therapien, Medikamente, Anträge und immer wieder die Sorge um das eigene Kind nehmen im Familienalltag viel Raum ein. An diesem Wochenende durften ausnahmsweise einmal die Mütter selbst im Mittelpunkt stehen. Abstand von zu Hause gewinnen, abschalten, Spaß haben, nette Gespräche führen, auf andere Gedanken kommen – und ganz bewusst Zeit für sich selbst haben.

Für mich als eine der neuen Mütter war dabei etwas mindestens genauso wertvoll wie das eigentliche Programm: die Begegnung mit Frauen, die diesen Weg schon ein ganzes Stück länger gehen. Entsprechend groß war der Erfahrungsschatz, der an diesem Wochenende zusammenkam. Während das jüngste Rheumakind gerade einmal zwei Jahre alt ist, ist das älteste inzwischen 38. Manche Kinder sind längst erwachsen und haben bereits selbst Kinder.

Wenn man noch ziemlich am Anfang dieses Weges steht, ist das etwas Besonderes. Da sitzen plötzlich Frauen neben einem, die viele der Fragen, Sorgen und Unsicherheiten, mit denen man sich gerade beschäftigt, aus eigener Erfahrung kennen – nur vielleicht schon vor zehn oder zwanzig Jahren. Man kann fragen, zuhören, Erfahrungen austauschen und vor allem feststellen: Wir sind damit nicht allein.

Und dann war da natürlich noch das, was bei einem Wochenende für Mütter chronisch kranker Kinder vielleicht besonders wichtig ist: Dinge zu tun, die mit Rheuma überhaupt nichts zu tun haben.

Am Samstag ging es für uns abwechselnd in die Welt der Musik und hinaus in die Natur. Im Wald hieß es „Achtsam unterwegs – mit allen Sinnen durch die Natur“. Dabei entstanden unter anderem farbenfrohe Mandalas aus Naturmaterialien. Beim musikalischen Workshop wurde die „Kraft der Musik“ nicht nur besprochen, sondern gleich ausprobiert: Wir bekamen Ukulelen in die Hände und lernten tatsächlich darauf zu spielen.

Das hatte ungeahnte Folgen. Einige Teilnehmerinnen reisten anschließend mit einer eigenen Ukulele nach Hause. Was damit nun in den nächsten Wochen hinter verschlossenen Türen geübt wird, soll an dieser Stelle lieber nicht verraten werden. Nur

so viel: Das eine oder andere Kind könnte demnächst eine kleine Überraschung erleben …
Zwischen den Workshops gab es bewusst viel freie Zeit für Gespräche. Und die musste keineswegs im Seminarraum stattfinden. Der Spa-Bereich des Hotels wurde ausgiebig genutzt: Sauna, entspannen, im Naturteich schwimmen – und zwischendurch jede Menge Zeit zum Reden. Für ein Wochenende durfte eben auch einmal die eigene Erholung auf dem Programm stehen.

Am Samstagabend wurde es nach dem Schlemmerbüfett noch einmal kreativ. Es wurde gefilzt, gemalt und gestaltet. Wunderschöne Zauberfeen entstanden ebenso wie Karten und andere kleine Kunstwerke. Und wer irgendwann genug Kreativität entfaltet hatte, ließ den Abend noch gemeinsam bei einem Drink an der Bar ausklingen.

So verging das Wochenende erstaunlich schnell. Zwischen Sauna und Ukulele, Wald und Kreativtisch, gemeinsamen Mahlzeiten und Gesprächen entstanden immer wieder diese Momente, in denen man merkte, wie gut es tut, mit Menschen zusammen zu sein, denen man manche Dinge gar nicht erst lange erklären muss.

Am Sonntag stand schließlich die Abschlussrunde an, bevor alle wieder in ihren Alltag zurückkehrten. Mit nach Hause gingen neue Bekanntschaften, Geschichten und Erfahrungen, kleine Kunstwerke, möglicherweise das eine oder andere geheimnisvolle Musikinstrument – und hoffentlich ein bisschen von der Entspannung und Leichtigkeit dieses Wochenendes.

Und dann wäre da noch die Sache mit der Bratwurst. Beim Frühstücksbüfett sorgte sie zunächst für eine gewisse Verwunderung: „Boah, Bratwurst zum Frühstück?!“ „Ja, hätte ich auch nicht gedacht – aber es schmeckt!“

Vielleicht war das am Ende sogar ein ganz passendes Motto für dieses Wochenende: Neues ausprobieren, sich auf Ungewohntes einlassen, miteinander lachen und manchmal feststellen, dass etwas richtig guttut, mit dem man vorher überhaupt nicht gerechnet hatte.

So fuhren wir am Sonntag wieder nach Hause – mit ziemlich unterschiedlichen Geschichten, aber einer gemeinsamen Erfahrung: Wir sind mit all dem nicht allein.

Leonie Gehrke