

RHEINFELDEN

www.badische-zeitung.de/rheinfelden

Zwei Jahre lohnenswerter Stress

Ein Interview mit Volker Greßlin, neue Leiter der Abendrealschule, über die besonderen Herausforderungen steht auf Seite 22

Neue Karte für Rheinfelden

Die topographische Karte im Maßstab 1:25 000 wurde für Rheinfelden neu aufgelegt – aber nur auf badischer Seite. Seite 23

Häufig kracht's auf B 34

Verkehrsstatistik der Polizei weist auf der Bundesstraße auf Gemeindegebiet die höchste Unfallzahl seit 2004 aus. Seite 24

Viele L

Im Stadt- Woche r Fällen fü

Ein Ort für geschütztes Kennenlernen

Tages- und Begegnungsstätte für psychisch erkrankte und belastete Menschen hat seit November 2018 geöffnet

Von Claudia Gempp

RHEINFELDEN. Das Wetter ist ungemütlich an diesem Freitagvormittag, es regnet. Die Menschen, die sich im unteren Saal der Christuskirche treffen, stört das wenig. Als Besucher der im November 2018 eröffneten Tages- und Begegnungsstätte für psychisch erkrankte und belastete Menschen freuen sich auf ein paar Stunden, in denen sie in zwangloser Atmosphäre Kontakt zu anderen Betroffenen knüpfen und gemeinsam die Zeit gestalten können. Neue Besucher sind willkommen.

Mit durchschnittlich fünf bis zwölf Besuchern aus Rheinfelden und Umgebung ist die Gruppe recht überschaubar. „Wir freuen uns über jeden, der kommt und sich auf seine Weise einbringt“, betonen die zuständigen Sozialpädagoginnen Christiane Alt und Sabrina Faller. Besucher der Tagesstätte sind vor allem Menschen mit einer chronischen psychischen Erkrankung, wie Depressionen, Borderline oder Schizophrenie sowie anderen Persönlichkeitsstörungen. Die Palette sei groß, sagt Christiane Alt. Die Einrichtung sei aber auch offen für all jene Menschen, die sich gerade in einer persönlichen Krise befinden, vielleicht verursacht durch einen Todesfall in der Familie, Scheidung oder wenn ihnen aus irgendwelchen Gründen „die Decke auf den Kopf fällt“. Sie würden die Leute nicht fragen, unter welcher Krankheit sie leiden oder welches Schicksal sie belastet, aber es käme oft vor, dass die Teilnehmer sich im Laufe der Zeit anderen anvertrauen. „Dann sind sie froh, darüber sprechen zu können“, so die Erfahrung der Sozialpädagoginnen.

So haben auch alle gemeinsam den Namen für die Tagesstätte ausgesucht, der das Ziel der Einrichtung treffend beschreibt: „Mitten R(h)ein“. Damit, so Christiane Alt, wolle man einen Bezug zur Stadt herstellen und ausdrücken, dass die oft allein lebenden und sich vielleicht ausgegrenzt fühlenden Menschen „in die Mitte unserer Gesellschaft“ geholt werden sollen. Für sie wäre es im Alltag mitunter nicht möglich, „einfach mal so“ in ein öffentliches Café zu gehen, um mit anderen in Kontakt zu treten. In einem geschützten Raum wie der Tagesstätte würde es viel leichter fallen. Außerdem fin-



Christiane Alt (rechts) und Sabrina Faller sorgen dafür, dass sich die Besucher wohlfühlen.

FOTO: CLAUDIA GEMPP

den die Teilnehmer wieder eine geregelte Tages- und Wochenstruktur. Nicht zuletzt stehen ihnen die Mitarbeiterinnen bei Alltagsfragen mit Rat und Tat zur Seite.

Eine Frau bringt es eindrücklich auf den Punkt: Für sie habe der Montag durch die Tagesstätte „seinen Schrecken verloren“. Der Tiefpunkt der Woche werde durch das Angebot abgemildert. „Es ist etwas, auf das ich mich freuen kann“, sagt sie.

Sabrina Faller erklärt, es sei oft ein Irrglaube, dass der Winter psychische Probleme bereiten würde, diese würden sich für viele Menschen erst später verstärken. „Wenn im Frühjahr alle anderen aufblühen, fallen Betroffene in ein Loch“.

Davon ist an diesem Tag nichts zu spüren: Ein Mann ist schon vor der Öffnung da. Er sagt: „Ich komme regelmäßig und gerne, besonders wegen der Kontakte“. Dass der Aufenthalt in der Tagesstätte die Lebensqualität auf jeden Fall verbessert, wird von allen bestätigt, die sich nach und nach mit einem munteren „Guten Morgen“ dazu gesellen, am Ende sind es drei Frauen und vier Männer.

Unterdessen haben Sabrina Faller und Christiane Alt schon alles für ein leckeres Frühstück vorbereitet mit frischen Brötchen, Laugenstangen, Marmelade, Ho-

nig, Nutella, Müsli und duftendem Kaffee. Der Start mit dem Frühstück soll den Besuchern helfen, „gut anzukommen“. Noch bevor jemand zugreift, entwickeln sich angeregte Gespräche über aktuelle und anstehende Gedanken und Vorhaben. Es wird auch viel gelacht.

„Wenn im Frühjahr alle aufblühen, fallen Betroffene in ein Loch“

Sabrina Faller

Eine Frau kommt etwas später. Sie bringt Schokolade, Müsli und Kaffee mit. Sie stammt aus Steinen und besucht auch eine ähnliche Einrichtung in Lörrach. Gleich nach ihr kommt noch eine Frau, die sich zur Freude aller gerne mit kreativen Impulsen einbringt. Unter anderem hat sie das Entspannungsangebot mit meditativem Tischschmuck wie Räucherstäbchen, besonderen Steinen oder Tischdecken und passenden Texten bereichert.

Zum wöchentlichen Programm neben Frühstück und Mittagsimbiss gehören

auch Gedächtnistraining, der Spielenachmittag oder ein Bewegungsangebot, für das Yoga-Matten und Nordic-Walkingstöcke vorhanden sind sowie die Teilnahme an Festen oder Ausflügen, wie vor wenigen Tagen bei idealem Wetter an den Bergsee: „Wir sind sogar Tretboot gefahren“, sagt jemand. Nicht zuletzt können die Besucher eigene Ideen im Rahmen des Kreativangebots einbringen. Zuletzt haben sie mit großem Spaß aus Paracord-Schnüren bunte Schlüsselanhänger gefertigt. Wenn jemand irgendwas nicht mitmachen und sich nur unterhalten will, „ist das für uns auch in Ordnung“, sagt Christiane Alt. Selbstverständlich dürfen die Besucher auch Wünsche äußern. Dafür gibt es eine „Programmwunschbox“. „Dann schauen wir, was wir umsetzen können“, so Alt. Als wichtige Voraussetzungen dazu nennt sie Flexibilität, Improvisation, Verständnis und Humor. Neue Besucher sind willkommen.

Öffnungszeiten: Montag 10 bis 14.30 Uhr; Dienstag 10 bis 12 Uhr (Frühstückstreff); Donnerstag 12.30 bis 18 Uhr; Freitag 10 bis 14.30 Uhr. Kontakt: Diakonie Karl-Fürstenbergstraße 35, Tel. 0152 01773581 während den Öffnungszeiten, E-Mail: tagesstaette.rheinfelden@diakonie.ekiba.de