

Dance & Drama: Philip Johnson verleiht dem Schweigen eine ganz eigene Sprache. Foto: Michelle Seydoux

Ausdrucksstark ganz ohne Worte

Wo andere viele Worte verlieren, lässt er seinen Körper sprechen: Als Clown und Pantomime berührt Philip Johnson die Herzen der Menschen allein durch die Kraft seiner Mimik und Gestik. Seine langjährige Erfahrung als Profi-Balletttänzer gibt er heute in Kursen weiter.

Philip Johnson wusste schon früh, wo es beruflich einmal hingehen sollte: Von einer Karriere als Balletttänzer träumte er bereits als kleiner Junge. Als die dreijährige Schwester Balletttunterricht bekam, durfte er zwar lediglich zusehen, machte die Übungen aber voller Begeisterung zu Hause nach. Mit sieben ließen ihn die Eltern endlich in den Kurs. Auf weißen Socken und als einzigen Jungen. „Manche Mütter der Mädchen haben mich am Anfang beim Dehnen belächelt, weil ich viel steifer war als ihre Töchter und einen krummen Rücken machte“, erinnert sich Johnson. In der Regelschule wurde er für seine Balletteleidenschaft später gemobbt. „Weil Ballett angeblich nur für Mädchen ist – so ein Quatsch“, meint Johnson.

„Es ist eine sehr ernste Angelegenheit, lustig zu sein.“

Der gebürtige Engländer ließ sich jedoch nicht beirren. Mit elf Jahren tanzte er an einer renommierten Ballettschule vor – und wurde abgelehnt. Das spornte ihn aber nur noch mehr an, sein Training zu intensivieren. Mit 13 begann er eine Ausbildung zum Bühnentänzer an der britischen Legat School of Russian Ballet in East Sussex. In dem Internat standen vormittags die üblichen Schulfächer auf dem Stundenplan, nachmittags nahmen die jungen Tänzerinnen und Tänzer an den rigorosen Trainingsstunden in verschiedenen Tanzdisziplinen teil. Abends und am Wochenende probten sie öfters für Auftritte. „Das war für mich eine sehr glückliche Zeit. Ich war unter Gleichgesinnten, fühlte mich zugehörig und hatte meinen Platz in der Gemeinschaft gefunden“, erzählt Philip Johnson. Später wechselte er zur bekannten Rambert School of Classical Ballett and Contemporary Dance in London.

Solist an der Niedersächsischen Staatsoper

Mit 18 Jahren schloss Johnson dort die Ausbildung als Diplom-Bühnentänzer ab. Mit dem Interrail-Ticket reiste er durch Europa und tanzte in diversen Häusern vor. Seinen ersten Vertrag unterschrieb er als Gruppenmitglied und später als Halbsolist am Staatstheater Braunschweig. Zweieinhalb Jahre später engagierte ihn die Niedersächsische Staatsoper erst als Gruppenmitglied und ernannte ihn nach wenigen Jahren zum Solisten. Von 1988 bis 1995 tanzte Philip Johnson in Hannover in einem 40-köpfigen Ensemble. „Das war meine Hochphase als Balletttänzer“, berichtet er. Vor allem seine Verkörperung von Charakterrollen, in denen vermehrt Schauspiel gefragt war, brachte ihm beim Publikum und bei Kritikern Erfolg und Anerkennung ein.

Auf der Bühne fühlte er sich stets zu Hause. „Nicht wegen des Rampenlichts, sondern weil die Bühne der Ort war, wo ich mich wohlfühlte und hingehörte. Nichts machte mir dort Angst.“ Der Traum vom Tanzen forderte jedoch seinen Tribut: Für seine Karriere trainierte Philip Johnson oft über seine körperlichen Grenzen hinaus. Als sich Ende zwanzig die Kniee meldeten und die Sorge vor Spätfolgen wuchs, beendete er seine aktive Karriere als Bühnentänzer.

Wegweiser und Impulsgeber im Balletttunterricht

Sein Wissen und seine vielfältige Erfahrung gibt der 59-Jährige heute in Kursen an Balletteschulen in und um Hannover weiter. Seine jüngsten Schüler sind zwölf, die ältesten schon Mitte 80. Jugendlichen und Erwachsenen, die durch maßgeschneidertes Feedback schnell Fortschritte erzielen möchten, gibt er Privatstunden. Im Coaching bereitet er seine Schülerinnen und Schüler auf Wettbewerbe oder Aufnahmeprüfungen vor. In seiner Rolle als Balletttlehrer versteht sich Philip Johnson vor allem als Wegweiser und Impulsgeber. „Wie weit jemand gehen und sich entwickeln möchte, entscheidet letztlich jeder selbst“, betont er.

Clown mit kindlicher Seele

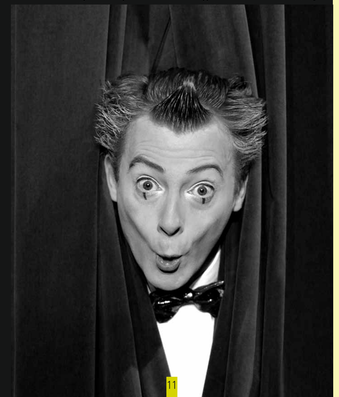
Sein Können als Balletttänzer kommt Johnson heute in seinem Nebenberuf zugute: Schon mit Mitte 20 hat sich der Mann der feinen Nuancen eine zweite künstlerische Laufbahn als Clown und Pantomime geschaffen. Er nahm Unterricht bei Diego Leon, einem ehemaligen Professor der Musikhochschule Hannover, und entwickelte schnell einen eigenen Stil. Sein Markenzeichen: die zu einem spitzen Zopf in die Höhe frisierten Haare.

Als er sich als Clown und Pantomime selbstständig machte und einen Künstlernamen brauchte, nannte er sich Bulipp. „So hat mich die kleine Tochter eines Freundes genannt, weil sie meinen richtigen Namen nicht aussprechen konnte“, erklärt Johnson. Buchen kann man den liebenswerttollpatschigen Clown mit Frack und Hosenträgern zum Beispiel für Theaterfestivals, Kleinkunstbühnen und Varietés. Die meisten Auftritte hat Bulipp jedoch auf Firmenevents, Messen oder bei Privatveranstaltungen.

Und was zeichnet Bulipp eigentlich aus? Philip Johnson überlegt einen Moment. „Bulipp besitzt eine kindliche Seele und ist nicht unbedingt das hellste Licht am Himmel. Er hat immer ein festes Ziel vor Augen, das aber von vornherein zum Scheitern verurteilt ist. Auf dem Weg dorthin wählt er stets die komplizierteste Route.“ Ebenfalls typisch Bulipp: Improvisationen, Pantomime, die Imitation von Geräuschen, der Einsatz von Musik und das Zusammenspiel mit dem Publikum. Die Zuschauer lieben es, wenn Bulipp ganz ohne Ball und Schläger Tennis spielt, ein imaginäres Orchester dirigiert oder eine Badematte als roten Teppich ausrollt und die Leute wie bei einer Gala darüber schreiten lässt. Für den perfekten Auftritt übt Johnson selbstkritisch stundenlang vor dem Spiegel. „Es ist eine sehr ernste Angelegenheit, lustig zu sein und die Leute zum Lachen zu bringen.“

Ronnenberger, Vater und Kajakfahrer

Zur Entschleunigung fährt der Ronnenberger und Vater eines 22-jährigen Sohnes gern Fahrrad oder gemütlich Kajak. Ob er sich heute erneut für eine Karriere als Bühnentänzer entscheiden würde? Philip Johnson nickt: „Ich konnte mich auf der Bühne voll entfalten, habe durch das Ballett wunderbare Freundschaften geschlossen und viel über mich selbst gelernt – ich würde alles genauso wieder machen. Vielleicht würde ich heute anders trainieren, aber gerade die Tiefen haben mich geprägt und zu dem Menschen gemacht, der ich heute bin.“ *Katja Eggers*



Liebenswerter Tollpatsch: Philip Johnson als Clown Bulipp. Foto: Windrich & Soerge

Mitreißende Musik und starkes Miteinander

Unsere beliebte Veranstaltungsreihe „Jazz im Park“ war auch in diesem Jahr ein voller Erfolg: Neben den Auftritten namhafter Bands stand vor allem das Miteinander im Fokus – getragen von einem engagierten Team und einer spürbar entspannten Atmosphäre.



Jazzy, funky & extradancy: Brazzo Brazzone bringen beim „XXL-Sonntag“ die Bühne zum Beben. Foto: Wahrendorff/Ciro Miotti

Wenn die Blätter der alten Bäume im Park des Klinikums Wahrendorff langsam ihre herbstlichen Farben annehmen, schlägt traditionell die Stunde der Jazzmusik. Auch in diesem Jahr strömten Musikliebhaber aus der gesamten Region an den vier Sonntagen im September nach Ilten, um die einzigartige Stimmung unserer gemeinsam mit dem Jazz Club Hannover organisierten Open-Air-Reihe zu genießen. Der weitläufige Park bot einmal mehr die perfekte Kulisse für ein Event, das sich über nunmehr 28 Jahre zu einem festen Kultur-Highlight im Kalender entwickelt hat und mit seiner Kombination aus mitreißender Live-Musik, entspannter Atmosphäre und herzlichem Miteinander einen besonderen Charme ausmacht. Das musikalische Programm präsentierte sich gewohnt hochkarätig und abwechslungsreich. Den Auftakt machten die vielseitige Swing-Formation Blackpoint Jazzmen, gefolgt vom kraftvollen Sound der Big Band Berenbostel des Geschwister-Scholl-Gymnasiums in Garbsen. Für eine spürbare Leichtigkeit und brasilianische Rhythmen sorgte die Formation Tudo Azul aus Hannover. Ein besonderer Höhepunkt war wie immer der „XXL-Jazz-Sonntag“: Gleich drei Formationen teilten sich nacheinander die Bühne und lieferten ein musikalisches Feuerwerk ab. Die Musiker von Brazzo Brazzone, Scarcella feat. Alicia Cibola sowie die Jimmy Reiter Band & Horns servierten bläserlastigen World Brass Groove, einen tanzbaren Soul-Funk-Gospel-Mix und modern-urbanen Großstadtblues.

Wohlfühlatmosphäre im Publikum und auf der Bühne

Die Stimmung war an jedem der Sonntage geprägt von einer tiefen Entspanntheit. Auf Bierzelttänken, an Stehtischen und in Liegestühlen machten es sich die Gäste gemütlich, lauschten den Melodien, wippten mit den Füßen, schnippten mit den Fingern und klönten mit ihren Tischnachbarn. Auch Stammgast Manfred Lieh aus Altlen lobte die Veranstaltung. „Bei Jazz im Park sind wir jedes Jahr. Das Schöne ist, dass man hier nicht nur tolle Musik hören kann, sondern auch so viele nette Leute trifft. Das Essen ist immer super lecker und die Bedienungen sind alle total freundlich.“ Die spürbare Wohlfühlatmosphäre übertrug sich auch auf die Bühne. Chris Wirtz, Schlagzeuger und Songschreiber der Formation Tudo Azul, betonte: „Wir fühlen uns hier sehr wohl – die Location mitten im Park ist wirklich toll.“ Für den Musiker ist das Klinikum kein unbekanntes Terrain. Der Schlagzeuger leitet bei Wahrendorff den Trommelkreis in der Tagesklinik für Frauen, wo er die heilende und verbindende Kraft der Musik im therapeutischen Alltag einsetzt.

Teamgeist an der Gulaschkanone

Der Erfolg von „Jazz im Park“ beruht jedoch nicht nur auf den wunderbaren Musikerinnen und Musikern, sondern auch auf dem enormen Zusammenhalt innerhalb des Klinikums. An jedem der Veranstaltungstage brachten sich Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus den verschiedensten Bereichen aktiv ein, um den Gästen einen unvergesslichen Tag zu bereiten. Anela Wartajanz aus dem Finanz- und Rechnungswesen, Heimleiter Danny Geidel und seine Stellvertreterin Laura Beuke-Wilken schenkten etwa heiße Soljanka aus der dampfenden Gulaschkanone aus. Für das Team ist der Einsatz Ehrensache und eine liebgewonnene Gewohnheit. „Jazz im Park ist echte Tradition – ich bin schon etliche Jahre dabei“, erzählte Laura Beuke-Wilken zwischen zwei Kellen Suppe. Auch Kollegin Angela Wartajanz war die Freude anzusehen: „Ich bin hier, weil es unglaublich viel Spaß macht und man mit so vielen tollen Menschen in Interaktion kommt – sowohl mit Kolleginnen und Kollegen als auch mit Gästen.“

Nach vier Jazz-Sonntagen bleibt die Erinnerung an ein verbindendes Fest, das von starkem Teamzusammenhalt und einem spürbaren Miteinander geprägt war. Ein inspirierendes Beispiel für unseren gelebten „Wahrendorff-Spirit“! *Katja Eggers*



Teamgeist an der Gulaschkanone (von links): Heimleiter Danny Geidel, seine Stellvertreterin Laura Beuke-Wilken und Anela Wartajanz aus dem Finanz- und Rechnungswesen schenken Soljanka aus. Foto: Wahrendorff/Helge Krückeberg

Wichtige Kontakte

Bibliothek Rudolf-Wahrendorff-Str. 17 a, 31319 Sehnde-Ilten, Ansprechpartnerin: Marlene Bruns, Tel. (0 51 32) 90 - 25 96, Öffnungszeiten: Di+Do 15.30–17.30 Uhr

Dorff Gärtnerei Sehnder Str. 19, 31319 Sehnde-Ilten, Ansprechpartner: Ludger Goeke, Tel. (0 51 32) 90 - 2681 oder dorffgaertnerei@wahrendorff.de, Öffnungszeiten: Di–Fr 9–18 Uhr, Sa 8–12.30 Uhr, So 10–12 Uhr

Dorff-Laden (Second Hand, Kiosk) Wahre Dorffstr. 1, 31319 Sehnde-Kötherwald, Tel. (0 51 32) 90 - 2558, Öffnungszeiten: Mo–Fr 8–12 Uhr + 12.30–16.30 Uhr

Fahrradwerkstatt Wara Gasse 4 a, 31319 Sehnde-Kötherwald, Tel. (0 51 32) 90 - 2712, Öffnungszeiten: Mo–Do 8–16.30 Uhr, Fr 8–15 Uhr

james. Klinik-Café im Turrell-Saal im Wahrendorff Klinikum Kötherwald, Matthias-Wilkening-Weg 6, 31319 Sehnde-Kötherwald, Ansprechpartner: Elisabeth Marotta, Mailow Gattschau, Tel. (0 51 32) 90 - 12 50, Öffnungszeiten: Mo–Fr 9–17 Uhr, Sa+So 11.30–16.30 Uhr

Kunstwerkstatt Köthenwald Wahre Dorffstr. 1, 31319 Sehnde-Köthenwald, Ansprechpartnerin: Annette Lechelt, Tel. (0 51 32) 90-2875, Öffnungszeiten: Mo–Do 8–16.30 Uhr, Fr 8–15 Uhr, So 11–15.30 Uhr

Restaurant Rudolf's im Bosenkamp 13, 31319 Sehnde-Ilten, Tel. (0 51 32) 90 - 2304 oder rudolfs@wahrendorff.de, Öffnungszeiten: Di–Sa 12–21 Uhr

Seelsorge Pastorin Nicole Fröchtenicht: Tel. (0 51 41) 59 35 44 61 oder n.froechtenicht@wahrendorff.de; Martin Zimmer: Tel. (0 51 32) 90 - 2284 oder martin.zimmer@wahrendorff.de; Achim Rodekohr: achim.rodekohr@wahrendorff.de, Tel. (0 51 32) 90 - 2219 (Mo+Mi)

Soforthilfe gebührenfrei und rund um die Uhr, Tel. (0800) 84 59 59 00

Streetworker-Team Mo–Do 8–16.30 Uhr, Fr 8–15 Uhr unter Tel. (0 51 32) 90-2178 oder streetworker@wahrendorff.de

www.wahre-seele.de Das konkrete Magazin zur seelischen Gesundheit

Veranstaltungen bei Wahrendorff

20. & 21. November, jew. 10–17 Uhr: Adventsausstellung, Dorffgärtnerei, Sehnder Str. 19, Sehnde-Ilten

4. Dezember, 15–17.30 Uhr: Weihnachtsmarkt des Tagwerks, Dorff-Platz, Sehnde-Kötherwald

4. Dezember, 18 Uhr: Weihnachtsbaum-Contest mit Dankeschön-Feier, Dorff-Gemeinschaftshaus, Sehnde-Kötherwald

24. Dezember, 11 Uhr: Krippenspiel, Dorff-Gemeinschaftshaus, Sehnde-Kötherwald

Sämtliche Angaben zu Veranstaltungen sind ausdrücklich ohne Gewähr. Bitte informieren Sie sich stets auch noch einmal auf unserer Website: https://www.wahrendorff.de/newsroom/

Hier geht's zur Website des Klinikums:

„Verrückt …?“



Foto: Martin Rohrmann

Simone Niemann, *freie Journalistin, Buchautorin und Systemischer Coach*

„Meiner Meinung nach leben wir in einer Zeit, in der die Maßstäbe verrückt sind, zum Beispiel die Kriterien für Erfolg, was überhaupt verrückt ist. In den Siebzigerjahren war es crazy, wie schnell Showmaster und ZDF-Hitparade-Moderator Dieter Thomas Heck sabbeln konnte und dass Stillkone Bianca Jagger auf einem weißen Pferd durch den legendären New Yorker Nachtclub Studio 54 ritt.

In den Achtzigern machte uns der Anblick ziegelgroßer Handys sprachlos – und „Modern Talking“-Sänger Thomas Anders trieb uns mit seiner Föhnfrisur in den Wahnsinn. Total bizarr waren in den Nullerjahren TV-Shows wie „Big Brother“, in denen sich Leute wie du und ich rund um die Uhr beim Kaffeetrinken, Rauchen, Kochen und Zoffen filmen ließen.

Und heute leben wir plötzlich in einer Dekade, in der sich niemand mehr über irgendetwas wundert und es vollkommen normal zu sein scheint, dass ein US-Präsident Grönland kaufen will und ein Tech-Milliardär sich lieber Gedanken über die Mars-Besiedelung macht als über die Rettung der Erde.“

„Prominent …?“

ERN., *Bewohner aus dem Bereich zum Kreisel 7, Köthenwald*

„Prominenten ist wichtig, wie andere sie sehen. Noch bekannter als Prominente sind Stars. Die kommen mit jeder Publicity klar, auch mit Skandalen. Prominente haben dafür Manager.

Stars sind zum Beispiel Elvis Presley und Will Smith. Prominente sind Leute wie Dieter Bohlen und Jaden Smith, der Sohn von Will Smith. Ich selbst möchte keine öffentliche Person sein. Höchstens vielleicht in der politischen Szene, wo man auf einem Podest steht und keiner dumme Fragen stellen kann.“

Impressum

is' ja ilten!

Herausgeber: Klinikum Wahrendorff GmbH

Gesamtkonzeption, Redaktionsleitung: Katja Eggers

Layout: Lmb|rfisch, Petra Lause

Fotos: Christian Behrens, Detlef Jürges, Katja Eggers, Martin Rohrmann, Michelle Seydoux, Wahrendorff/Helge Krückeberg, Wahrendorff/Ciro Miotti, Wahrendorff/Reinhold Preiker, Windrich & Soerge

Anschrift der Redaktion: Klinikum Wahrendorff GmbH Rudolf-Wahrendorff-Str. 22, 31319 Sehnde-Ilten Fon 05132/90-2250, Fax 05132/90-2266 Mail info@wahrendorff.de Web www.wahrendorff.de „Je ja Ilten“ erscheint vierteljährlich.

Alle Personen, die hier zu Wort kommen oder erwähnt und mit vollem Namen genannt werden, sind ausdrücklich damit einverstanden.

is' ja ilten!

DAS ANDERE MAGAZIN AUS WAHRENDORFF

4/OKTOBER 2025

30. JAHRGANG

DAS PORTRÄT
Philip Johnson



BEWOHNER-LEBENSGESCHICHTE
Jochen Dietz und Margit Wittzman



BOGENSCHIESSEN ALS THERAPIE
Carsten Linke und Christian Rauls



NACHGEFRAGT
„Was ist verrückt?“



„Wir nehmen uns so, wie wir sind“

Sich gegenseitig Halt geben und den anderen ganz genau so lieben, wie er ist – das ist das Gebeimnis von Jochen Dietz und Margit Witzmann. Im April haben die beiden Turteltäubchen aus dem Wahrendorff Wohnen ihre bedingungslose Liebe mit einer Traumhochzeit gekrönt.

Wenn sie an den 30. April 2026 denken, strahlen ihre Augen vor Glück. Denn an diesem Tag haben sich Margit Witzmann und Jochen Dietz das Ja-Wort gegeben. „Ich war so aufgeregt und aus dem Häuschen, dass ich gar nicht wusste, wo mir der Kopf steht“, erinnert sich Margit Witzmann und drückt die Hand ihres Ehemannes. Der nimmt seine Margit liebevoll in den Arm.

Esra Dergi, Sozialpädagogin im Wahrendorff Wohnen, hatte den großen Tag federführend organisiert und das Paar hochzeitsfein gemacht. Margit Witzmann trug ein weißes, bodenlanges Brautkleid mit Spitze und weiße Ballerinas. Im Haar hatte sie ein Diadem und in der Hand einen Brautstrauß mit sechs roten Rosen und einer weißen. „Meinem Jochen fehlten fast die Worte, als er mich das erste Mal so gesehen hat“, erzählt Margit Witzmann.

„So richtig doll gestritten haben wir uns noch nie.“



Das Hochzeitspaar bei der Trauung im Raum der Stille Foto: Esra Dergi

Hochzeitsreise nach Bemerode

Ihr „Schatzi“ erschien in einem edlen, dunkelgrauen Anzug mit blauer Krawatte. Geheiratet wurde im mit Luftballons in Herzform und Rosenblättern geschmückten Raum der Stille im Klinikum Köthenwald. Auch viele Wahrendorff-Mitarbeiterinnen und -Mitarbeiter waren dabei. Seelsorger Martin Zimmer nahm die Trauung vor, Bewohnerin Stefanie Söring half bei der Technik. „Das war eine rundum schöne Hochzeit“, sagt Jochen Dietz.

Im Anschluss wurde vor dem Gutshof gefeiert. Es gab Würstchen, Kartoffelsalat und alkoholfreien Sekt. „Alle haben uns beglückwünscht und fotografiert. Und als wir am Gutshof über den Zebrastreifen gegangen sind, haben die Autofahrer gehupt“, erzählt Margit Witzman sichtlich stolz.

Um den frisch Vermählten eine kleine Hochzeitsreise zu ermöglichen, hatten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter Geld zusammengelegt. Mitte Juni verbrachte das Paar eine Nacht in einem Hotel in Bemerode und genoss ein Frühstück und lange Spaziergänge. Weil es den beiden Verliebten in dem Hotel so gut gefallen hat, wollen sie dort auch Margits Geburtstag verbringen.

Ein Herz und eine Seele

Beide kennen sich schon seit mehr als 20 Jahren. Sie lebt seit 1991 in Wahrendorff, er kam etwas später. „Wir waren früher schon mal ein Paar. Eine andere Frau hat unsere Beziehung kaputt gemacht, aber dann haben wir uns wiedergefunden“, berichtet Margit Witzmann. Als sie ihrem Jochen einen Heiratsantrag machte, antwortete er „Warum denn nicht“ – und dann war die Sache klar. Für sie war es die erste Hochzeit, er war schon früher einmal verheiratet.

Der ehemalige Elektriker hatte anfänglich Angst, dass seine Margit wegen seiner körperlichen Einschränkungen möglicherweise einen Rückzieher machen könnte. Jochen Dietz hat Epilepsie und nutzt zum Gehen eine Krücke. Seit einem Schlaganfall sind die rechte Hand und der rechte Fuß gelähmt. „Aber dafür kann er doch nichts“, sagt Margit Witzmann. „Ich liebe ihn so, wie er ist. Ich passe auf ihn auf, und er kümmert sich um mich. Wir sind ein Herz und eine Seele, ich könnte niemals mit ihm Schluss machen.“

Drüber reden statt streiten

Und was mag der 65-Jährige an seiner Frau? „Sie ist’ne Süße, so richtig zum Anbeißen. Und sie ist ruhig, lässig und sehr emotional“, schwärmt Jochen Dietz. „Wenn was ist, reden wir drüber, so richtig doll gestritten haben wir uns noch nie. Wir gehen auch nicht fremd, so was macht man nicht.“

Jochen Dietz hat ein Zimmer im Gutshof, Margit Witzmann wohnt in den ehemaligen Landarbeiterhäusern. Als er sie im Oktober 2025 fragte, ob sie wieder seine Freundin sein möchte, sagte Margit Witzmann „Ja, klar“ – seitdem sind beide unzertrennlich. Sie arbeitet freitags und samstags im Wahrendorff-Kiosk und werkelt montags bis mittwochs in der Kunstwerkstatt. Jochen Dietz arbeitet täglich in der Post-Arbeitstherapie. „Wir sehen uns fast jeden Tag – vor und nach der Arbeit und am Wochenende“, berichtet die 63-Jährige. Ihr zwei Jahre älterer Ehemann ergänzt: „Wir können viel und fahren bei schönem Wetter gern nach Sehnde oder an den Maschsee.“

Gemeinsamer Auftritt beim Talentwettbewerb

Große gemeinsame Leidenschaft ist das Singen. Beide lieben Schlager. Er mag alles von Andrea Berg, Helene Fischer und Gottlieb Wendehals. Sie hört am liebsten Die Flippers. Beim Talentwettbewerb „Das Wahre Supertalent“ wollen sie in diesem Jahr zusammen singen. Margit Witzmann hat bei dem Event, bei dem Bewohnerinnen und Bewohner ihr Können auf der Bühne präsentieren, als Solistin schon mehrmals einen der vorderen Plätze belegt, unter anderem mit Bernd Clüwers Hit „Der Junge mit der Mundharmonika“ und mit „Verdammt, ich lieb’ Dich“ von Matthias Reim.

In diesem Jahr nimmt die begeisterte Sängerin zudem am Kreativwettbewerb „Poesie in Wahrendorff“ teil. Bewohnerinnen und Bewohner, Patientinnen und Patienten sowie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von Wahrendorff waren dabei aufgerufen, Gedichte, Kurzgeschichten und Illustrationen zum Thema „Immer wenn ich träume …“ einzureichen. Die Siegerehrung ist für Ende November geplant. Margit Witzmann hat einen Text über ihre Hochzeit verfasst. Er endet mit herzerwärmenden Worten: „Jetzt habe ich den Traummann meines Lebens gefunden. Wir sind füreinander bestimmt und nehmen uns so, wie wir sind.“ *Katja Eggers*



„Wir sind ein Herz und eine Seele“: Jochen Dietz und Margit Witzmann Foto: Katja Eggers

Therapeutisches Bogenschießen

„Mit jedem Pfeil löst sich auch ein Stück innere Last“

In unserem Fachkrankenhaus für die Seele setzen wir auf eine ganzheitliche Behandlung, bei der co-therapeutische Angebote eine zentrale Rolle spielen. Als Ergänzung zur klassischen Therapie nutzen sie nonverbale und kreative Zugänge, um die Genesung zu fördern. In den folgenden Ausgaben stellen wir Ihnen diese komplementären Ansätze näher vor. Diesmal: das therapeutische Bogenschießen, bei dem es für die Patientinnen und Patienten nicht um Pokale geht, sondern um den Weg zu sich selbst.

In der großen Sporthalle unseres Klinikums in Köthenwald ist es an diesem Freitagvormittag erstaunlich still. Dort, wo es bei Tischtennis, Volleyball und Fußball sonst eher laut und wuselig zugeht, ist lediglich das dumpfe, rhythmische „Katschong“ zu hören, wenn ein Pfeil die Sehne verlässt und Sekundenbruchteile später auf die Zielscheibe trifft. Vier Männer stehen nebeneinander, die Füße schulterbreit aufgestellt, den Blick fokussiert nach vorn gerichtet. Es sind Patienten unserer Tagesklinik für Männer. Sie alle kämpfen im Alltag mit Depressionen und blockierenden Ängsten – und nehmen heute am therapeutischen Bogenschießen teil.

Zur Verfügung stehen vier Scheiben und zehn Bögen, acht für Rechts- und zwei für Linkshänder. Die 90-minütige Einheit beginnt mit dem gemeinsamen Zusammensetzen der Sportgeräte. Dann geht es in zwei Gruppen nacheinander vor die Scheiben. Auf die Aufforderung „Pfeile frei“ gibt jeder Patient drei Pfeile ab, dann ist die zweite Gruppe an der Reihe.

Körperwahrnehmung statt Leistungsgedanke

Geleitet wird die Therapieeinheit von Sporttherapeut Carsten Linke und Ergotherapeut Christian Rauls. Sie erklären die Abläufe und die Sportgeräte, beobachten, korrigieren beim Schießen die Haltung und die Technik. „Im Gegensatz zum traditionellen Sportschießen geht es hier nicht darum, wer am besten schießt. Was zählt, sind die Körperwahrnehmung und die mentalen Prozesse, die durch den Ablauf des Schießens angestoßen werden“, betont Christian Rauls.

Das Bogenschießen fordert und fördert Qualitäten, die den Patienten durch ihre psychischen Erkrankungen oftmals verloren gegangen sind: Standfestigkeit, Fokussierung, Achtsamkeit und das feine Zusammenspiel aus Spannung und Entspannung. Um einen Pfeil sauber ins Ziel zu bringen, braucht es einen stabilen Stand. Störende Gedanken müssen ausgeblendet werden, dies holt die Übenden direkt ins Hier und Jetzt. Das Zusammenspiel aus Kraftaufbau beim Spannen der Sehne und dem bewussten Loslassen beim Schuss löst innere Blockaden. „Mit jedem losgelassenen Pfeil löst sich oft auch ein Stück der inneren Sorgen, des Leistungsdrucks und der seelischen Lasten, die die Männer mit sich herumtragen“, sagt Christian Rauls.

Erfolg durch Ruhe

Ein zentraler Aspekt der Therapie ist zudem der Umgang mit Fehlern. Geht ein Pfeil komplett am Ziel vorbei, meldet sich bei vielen Patienten der innere Kritiker sofort lautstark zu Wort. Hier setzen die Therapeuten an. Sie lehren die Männer, den Fehlschuss nicht als persönliches Versagen zu werten, sondern als wertvolle Rückmeldung des Körpers. Das schult die Frustrationstoleranz.

Patient Dennis beschreibt seine persönliche Lektion beim Bogenschießen so: „Am Anfang war ich ganz aufgeregt und hektisch. Ich habe gelernt, dass man ganz bei sich bleiben muss. Je ruhiger ich bin, desto besser ist mein Ergebnis.“ Auch auf Herrn G. hat das Bogenschießen eine beruhigende Wirkung. Der 39-Jährige gibt offen zu, wie schwer ihm der Anfang fiel: „Bei mir stand anfangs der Leistungsgedanke klar im Vordergrund, die Frustration war groß, als es nicht so klappte.“ Doch das therapeutische Setting half ihm beim Umdenken. „Ich habe gelernt, mich auf den Stand, die Atmung und den festen Ablauf zu fokussieren – und so heute gleich mehrfach ins Gelbe getroffen“, erzählt er stolz.

Mit Pfeil und Bogen zu sich selbst: Sporttherapeut Carsten Linke und Ergotherapeut Christian Rauls (rechts) begleiten Patienten der Tagesklinik für Männer beim therapeutischen Bogenschießen. Foto: Katja Eggers



Mehr als müde Muskeln

Am Ende treffen sich alle Teilnehmer zur Reflektion. „Wie war das heute für Sie, was haben Sie bei sich beobachtet?“, fragt Christian Rauls in die Runde. Die Antworten der Männer reichen von „es war sehr angenehm“ und „ich hatte ganz viel Spaß“ bis zu „ich habe heute ein paar alte, unliebsame Glaubenssätze abgefeuert.“

Die Idee, das Bogenschießen ins Klinikum zu holen, hat unser Geschäftsführer Holger Stürmann gehabt. Anfänglich standen die Scheiben auf einer Wiese in Ilten und konnten nur im Sommerhalbjahr genutzt werden. Seit der Eröffnung des Klinikneubaus in Köthenwald wird auch in der Sporthalle geschossen. „Damit können wir die Sportart jetzt ganzjährig anbieten“, betont Christian Rauls. Das therapeutische Bogenschießen steht auch den Patientinnen und Patienten der Stationen sowie der Tagesklinik für Frauen offen. Es ist eines von rund 30 Angeboten unserer Sporttherapie und wird von sieben speziell geschulten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern begleitet.

Wenn die 90 Minuten vorbei sind und die Bögen wieder in ihren Halterungen ruhen, nehmen die Männer der Tagesklinik weit mehr mit als nur müde Muskeln. Es ist das Gefühl, für eine Weile die Kontrolle über die eigenen Gedanken zurückgewonnen zu haben. Die Männer haben erfahren, dass sie fest stehen können, selbst wenn der Wind des Lebens stürmisch bläst. Und dass nach jeder großen Anspannung auch wieder die Entspannung folgen darf. *Katja Eggers*

Feuerwehrfest

Einfach mal Danke sagen

Mit einem Fest und Spenden haben wir uns auch in diesem Jahr wieder bei den Feuerwehren für die zuverlässige Arbeit bei ihren Einsätzen auf dem Wahrendorff-Gelände bedankt.

Was wären wir nur ohne sie: Die Ortsfeuerwehren sorgen im Ernstfall rund um die Uhr für die Sicherheit der Bewohnerinnen und Bewohner, Patientinnen und Patienten sowie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von Wahrendorff. Dafür haben wir auch in diesem Jahr einfach mal Danke gesagt und rund 100 Einsatzkräfte der Feuerwehren Ilten, Sehnde, Bilm, Wassel und Höver Anfang September als Gäste in unserem Park in Ilten begrüßt. Mit dabei waren auch die Mädchen und Jungen der jeweiligen Jugendfeuerwehren.

Bei unserem traditionellen Feuerwehrfest haben die Ehrenamtlichen ein Burgerbüffet mit frischen Salaten der Dorffküche genossen und sich von unseren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern mit kühlen Getränken sprichwörtlich den Brand löschen lassen.

Geld, Spiele und jede Menge Anerkennung

Als Zeichen der Anerkennung überreichte die Geschäftsführung, vertreten durch Dr. Maren Kentgens und Timo Rittgerodt, den Ortsfeuerwehren eine Spende in Höhe von 2.500 Euro für die Nachwuchsarbeit. Zusätzlich erhielten die fünf Jugendfeuerwehren jeweils ein Outdoor-Spielset „Spikeball“. „Ihr Einsatz ist nicht selbstverständlich. Was Sie Tag für Tag leisten, erfordert großes Engagement, echte Leidenschaft und viele Stunden Ihrer kostbaren Freizeit. Dieses Engagement verdient Respekt und Anerkennung. Heute möchten wir Ihnen von Herzen danken. Doch dieser Dank gilt nicht nur für heute Abend, sondern für jeden der anderen 364 Tage im Jahr, an denen Sie rund um die Uhr für unsere Sicherheit einstehen“, sagte Timo Rittgerodt an die Feuerwehrleute gewandt.



Spendenübergabe im Park: Wahrendorff freut sich mit den Aktiven der Ortsfeuerwehren und den Mädchen und Jungen der Jugendfeuerwehren. Foto: Katja Eggers

„Schöne Wertschätzung“

Iltens Ortsbrandmeister Daniel Gründer bedankte sich für die Wertschätzung: „Wahrendorff ist für uns oft ein intensiver Einsatzschwerpunkt – das Spektrum reicht von Fehlalarmen über technische Hilfeleistungen bis hin zu herausfordernden Bränden. Umso mehr freuen wir uns, dass unsere Arbeit durch dieses Fest so schön gewürdigt wird.“ *Katja Eggers*

Der Wahre Dorff-Cup

Ein Volltreffer fürs Fair Play

Unser beliebtes Turnier „Der Wahre Dorff-Cup“ hat in diesem Jahr alle Rekorde gebrochen. 118 Spielerinnen und Spieler kämpften in elf Teams um den begehrten Pokal. Trotz des großen sportlichen Ehrgeizes standen Miteinander und Fair Play jederzeit im Mittelpunkt.

In diesem Jahr haben wir bei unserem beliebten Fußballturnier eine neue Bestmarke aufgestellt: Auf dem Sportplatz in Köthenwald spielten 118 begeisterte Fußballerinnen und Fußballer in elf Teams voller Leidenschaft um den begehrten Turniersieg. „Die große Beteiligung zeigt eindrucksvoll, welchen Stellenwert das Turnier mittlerweile erreicht hat“, betonte Dr. Marcel Wendt, Leiter der Sport- und Physiotherapie.

Das Besondere: Die Mannschaften setzten sich aus Patientinnen und Patienten, Bewohnerinnen und Bewohnern sowie Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern zusammen. In den gemischten Teams wurde gemeinsam gekämpft, gewonnen, verloren und mitgefiebert. Dadurch stand neben dem sportlichen Wettbewerb vor allem das Miteinander im Mittelpunkt. „Der Wahre Dorff-Cup bot die Möglichkeit, sich abseits des Alltags zu begegnen, gemeinsam Spaß zu haben und als Team zusammenzuwachsen“, erklärte Sporttherapeut Carsten Linke.

Spannende Begegnungen ohne viele Fouls

Bereits in der Gruppenphase wurde mit großem Einsatz um jeden Punkt und jedes Tor gekämpft. Die Mannschaften sorgten mit spannenden Begegnungen für eine tolle Atmosphäre auf und neben dem Spielfeld. „Foulspiele gab es so gut wie gar nicht – und genau dieses vorbildliche Fair Play ist es, was das Turnier auszeichnet“, betonte Carsten Linke. Für das perfekte Wir-Gefühl sorgten zudem die Zuschauerinnen und Zuschauer, welche die Teams lautstark anfeuerten.

Den Cup sicherten sich am Ende erstmals die „Day Worker“. Das Team der Arbeitstherapie der Eingliederungshilfe setzte sich im Finale souverän mit 3:0 gegen die „Gutshof Kickers“ durch. Den dritten Platz belegte das Team der Ex-Patienten. *Katja Eggers*

Beliebtes Fußballturnier: Der „Wahre Dorff-Cup“ steht für tolle Tore und ganz viel spielerische Leidenschaft. Foto: Wahrendorff/Reinhold Peisker

