

Lebensnah

Newsletter-Magazin
04.2020



LEBEN MIT HOLLISTER

People of Hollister
Piotr Braniewski

LEBEN MIT HANDICAP

Interview mit
Conny Runge
Christian Nachtwey
Katharina Schaller

LEBENSWEGE

Auf Umwegen zur Karriere
Der Maler Lars Höllerer

LEBENSLUSTIG

Phil Hubbe

Foto: 2punkt8 // Christian Oeser



Schutz durch 100 % berührungsfreie Anwendung: Was Sie auch berühren, berührt nicht Ihren VaPro Einmalkatheter.

- Die Schutzhülse hilft, den Katheter vor Kontakt mit Bakterien in den ersten 15 mm der distalen Harnröhre zu bewahren und hilft, das Risiko eines Bakterientransfers in den Harntrakt zu reduzieren
- Die Schutzfolie ermöglicht es, den Katheter überall anzufassen und stellt eine Barriere dar, die hilft, Keime vom Katheter fernzuhalten



Scannen Sie diesen
QR-Code um zur
Website zu gelangen.

Benötigen Sie weitere Informationen oder
möchten Sie ein Testprodukt anfordern?
Dann besuchen Sie uns auf www.hollister.de
oder rufen Sie uns an unter 0800 1015023.



VaPro

Berührungsfreie
intermittierende
Einmalkatheter

Lesen Sie vor der Verwendung die Gebrauchsanleitung mit Informationen zu Verwendungszweck, Kontraindikationen, Warnhinweisen, Vorsichtsmaßnahmen und Anleitungen.

Hollister und Logo sowie VaPro sind Warenzeichen von Hollister Incorporated.
© 2020: Hollister Incorporated.

CE
0050



Kein Grund zur Panik

Wie oft haben Sie in den vergangenen Wochen das Wort „Corona“ gehört? Müßig, sich darüber Gedanken zu machen. Es ist in diesem Frühjahr das Thema schlechthin. Es gibt deshalb auch kaum noch etwas zu sagen, was nicht schon dazu gesagt worden wäre. Aber für alle diejenigen, die aufgrund ihrer gesundheitlichen Situation ohnehin schon ein wenig mehr auf sich achten müssen als andere, und dazu zählen nun einmal Nutzer von medizinischen Produkten wie Kathetern, gibt es gute Gründe, die einschlägigen Verhaltensmaßregeln besonders sorgfältig einzuhalten. Grund zur Panik besteht dennoch nicht. Auch wenn es auf den ersten Blick paradox erscheint: Diese Krise bereichert uns auch um eine Vielzahl von positiven Erfahrungen. Unsere Fähigkeit, das Beste aus einer schwierigen Situation machen zu können, wird in besonderem Maß auf die Probe gestellt. Und was passiert? Sie lässt uns nicht im Stich. Das erzwungene Mehr an Häuslichkeit lädt dazu ein, einen Gang herunterzuschalten und innezuhalten. Entfallende Termine und Aktivitäten öffnen Zeit für Dinge, die sonst dem gerne schon mal selbst produzierten Alltagsstress zum Opfer fallen. Überall mehren sich die Beispiele von solidarischem Verhalten und spontaner gegenseitiger Hilfe. Was uns die Bedrohung durch das Virus an körperlicher Distanz abnötigt, machen wir wett durch ein mentales Zusammenrücken. Alles das wird im positiven Sinn seine Spuren hinterlassen. Dass jeder Krise auch Chancen innezuwohnen, ist hinlänglich bekannt. Vielleicht haben diejenigen, für die intermittierender Selbstkatheterismus oder Stoma-Management zum Alltag gehören, in der aktuellen Situation sogar eine Nasenlänge Vorsprung. Erfolgreiches Krisenmanagement ist für Sie schließlich kein Neuland. Disziplin, Kreativität und Solidarität werden unsere Werkzeuge sein, um auch aus dieser Krise gestärkt hervorzugehen.



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

gerade in diesen Zeiten ist es besonders wichtig, ein Stück weit Normalität zu bewahren. Aus diesem Grund halten Sie nun das erste Lebensnah-Magazin im Jahr 2020 in Händen. Auch in dieser Ausgabe haben wir wieder spannende Themen für Sie zusammengestellt und mit inspirierenden Menschen gesprochen, die uns an ihren Leidenschaften teilhaben lassen.

Conny Runge beispielsweise hat den Rhythmus im Blut und lebt ihre Leidenschaft für Tanz und lateinamerikanische Klänge beim Rolli-Zumba aus. Christian Nachtwey lässt sich von seinem großen Hobby, dem Golf-Spielen, durch sein Handicap nicht abhalten. Im Gegenteil: Dank seines eigens konstruierten Sport-Rollstuhls ParaMotion kann er seinen Mitspielern auf Augenhöhe beim Spiel begegnen.

Kinder kriegen mit Behinderung – für viele vor allem junge Frauen eine schwierige und lebensverändernde Frage. Katharina Schaller hat sich dafür entschieden und erzählt ab Seite 12 ehrlich von ihrer Antwort darauf – und wie sich ihr Leben dadurch verändert hat.

Wir wünschen Ihnen weiterhin alles Gute!

Heike Voigt

 heike.voigt@hollister.com

Telefon 089/992886-156

PEOPLE OF HOLLISTER

Ich bin ... Piotr Braniewski. Ich bin bereits über drei Jahre bei Hollister. Meine Bekanntschaft mit München habe ich 2003 als Student begonnen. Damals habe ich in einem Bungalow im olympischen Dorf gewohnt und seitdem habe ich eine große Sentimentalität für Olympia. Im Jahr 2020 ist München für mich wie ein großes Dorf, ich kenne bereits viele Ecken und lasse mich nicht mehr zu sehr überraschen. Was ich nicht in München finde, suche ich woanders. Eines meiner größten Hobbies ist Reisen. Da suche ich gerne das Abenteuer und entdecke Städte auf eigene Faust. Meine Reise-Highlights bisher: Japan, Land der Samurai und Tansania, wo ich eine „kleine“ Migration der Tiere erleben konnte. Ich persönlich denke über mich, dass ich eher ruhig bin. Jedoch ist mir auch bewusst, dass ich ab und zu gerne einen Clown frühstücke.

Ich bin bei Hollister verantwortlich dafür, ... dass das Management und u.a. die Abteilungen wie Sales & Marketing bei allen Fragen rund um Zahlen & Analysen alle Informationen zur Verfügung haben. Dafür schaue ich auch gerne in meine Kristallkugel und versuche die Zukunft vorherzusagen. Ich zähle außerdem nicht gerne Erbsen und schreibe auch nicht so gerne lange Texte. ☺

Ich arbeite gerne bei Hollister, weil ... es mir einfach Spaß macht. Wenn ich zur Arbeit komme, dann immer gut gelaunt. Ich begrüße andere Kollegen und winke, egal ob auf dem Korridor oder während des Telefonats. Bei Hollister weiß ich, dass ich offen sein kann und die Sachen direkt ansprechen kann.



Bei Hollister steht der Mensch im Mittelpunkt, weil ... wir als Firma da sind, um die Lebensqualität der Patienten zu verbessern. Wir können Menschen helfen. Das ist ein sehr schönes Gefühl.

Ich erinnere mich besonders gern an ... Mehrere Gelegenheiten. Unsere Anatomieschulung mit Miriam Lefevre. Erst da habe ich die Probleme von unseren Patienten besser verstanden. Die Geschichten, die ich dort gehört habe, begleiten mich täglich, „Hut ab“. Oder unsere erste Budget-Planung. Bei jeder Budget-Planung gibt es immer Schweiß, Blut und Tränen... ;-) Bei Hollister gibt es eher weniger Tränen, sondern mehr gute Laune. Und natürlich meine Weltreise im vergangenen Jahr. ☺



Phil Hubbe lebt seit 1985 mit Multipler Sklerose. Seit 1992 übt er seine Leidenschaft als Beruf aus und arbeitet als Cartoonist für Tageszeitungen, Zeitschriften und Anthologien – und für Hollister! Auf humoristische Weise thematisiert er dabei oftmals seine Krankheit.



LET'S TALK ABOUT

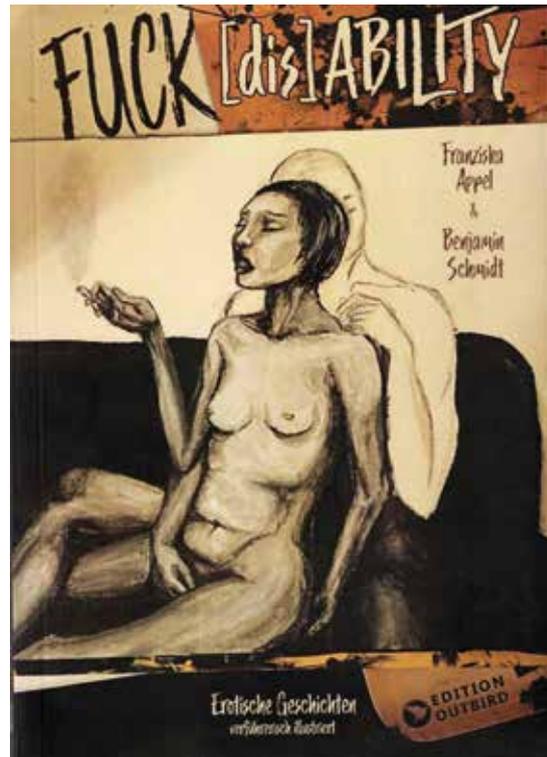
SEX

Die Welt der Sexualität ist in der Literatur mehr als erschöpfend präsent. Der Umgang mit der sensiblen Materie gelingt den Literaten mal mehr, mal weniger kunstreich und stilvoll. Ein weißer Fleck auf der Landkarte der erotischen Literatur ist indes das Thema Behinderung. Diesem Mangel helfen Benjamin Schmidt und Franziska Appel mit Fuck(dis)ability ab. Aus der Feder von Schmidt stammen 17 Kurzgeschichten, Appel steuert dazu erotische Bilder in Schwarzweiß bei. Zusammen ergibt das ein gut 180 Seiten starkes Buch mit explizit phantasieanregendem Inhalt.

Das verbindende Element Erotik ist die eine Konstante in den jeweils nur wenige Seiten langen Erzählungen, ein ganzer Kosmos an „Andersartigkeiten“, die prägend für die Protagonisten sind, die andere. Der Autor gibt sich gar nicht erst die Mühe, zu behaupten, Sex sei im Kontext mit Behinderung kein Problem, oder die Illusion zu nähren, Behinderte lebten ihre Sexualität ja „eigentlich“ genauso normal wie Herr und Frau Jedermann. Im Gegenteil – wenn das Glasauge eines Blinden zum erotischen Spielzeug wird, wenn die Prothese beim Strippoker Punkte bringt, dann verlangt das von zart besaiteten Literaturkonsumenten vielleicht, ihre Moralvorstellungen ein wenig zu dehnen. Dies auch insofern, weil die Gesamtheit der Geschichten kaum eine Spielart sexueller Phantasien und Neigungen auslöst. Wer mag, folgt der Einladung zur Reise durch eine Welt vielfältiger erotischer Bilder, mal mit Anklängen an Süskinds Parfüm, mal mit Szenen aus Eyes wide shut, mal zu Gast bei einer Bondage Session und, das versteht sich nahezu von selbst, in allen nur denkbaren Konstellationen der Geschlechter.

Taugt das Buch zur Horizonterweiterung für der Materie Unkundige? Vielleicht – vorausgesetzt, jemand war vor der Lektüre der Meinung, Menschen mit körperlichen Beeinträchtigungen hätten keinen Sex. Aber wer so denkt, wird vermutlich nicht zu einem solchen Buch greifen. Betroffene hingegen dürften sich hier und da wiedererkennen, idealerweise auch inspiriert fühlen. Aber Fuck(dis)ability kommt ja nicht als Sachbuch daher, sondern will unterhalten. Das gelingt dem Buch sowohl mit seinen Texten als auch mit den harmonisch darauf abgestimmten Bildern, ein Faible für dieses Genre vorausgesetzt. Dass das Bändchen notwendigerweise auch ein Statement ist, schadet keineswegs. Sex ist eben auch für Menschen mit Behinderung eine rundum vernünftige Sache.

Fuck(dis)ability, Erotische Geschichten, verführerisch illustriert. Franziska Appel und Benjamin Schmidt, Edition Outbird, ISBN: 978-3-95915-1245, 14,90 Euro





Die richtigen Übungen sorgen für einen optimal trainierten Oberkörper.

EIN

ANTI-DEPRESSIVUM

OHNE NEBENWIRKUNGEN

Fetziges Musik, Tanzschritte, eine mitreißende Choreographie – Zumba ist populär. Dass der Latino-Trendsport auch für Menschen im Rollstuhl viel zu bieten hat, für diese Botschaft macht sich Conny Runge stark.

Es gibt Sportarten, mit denen kann auf Anhieb jeder etwas anfangen. Fußball zum Beispiel muss man nicht lange erklären. Was Wunder, mindestens in unseren Breitengraden wächst man ja mit diesem omnipräsenten Sport auf. Auch Basketball oder Biathlon, Leichtathletik oder Schwimmen sind nicht eben erklärungsbedürftige Sportarten, wengleich sich das Allgemeinwissen meist auf einige wenige Details beschränkt. Etwas überschaubarer wird die Zahl der (selbsternannten) Experten schon, wenn es an Adaptionen populärer Sportarten für Menschen mit Behinderung geht. Immerhin – seit es die Paralympics einigermaßen flächendeckend in die Medien geschafft haben, können selbst Laien sich etwas unter Rollstuhlbasketball vorstellen. Auch Leichtathleten auf Prothesen sind zwar immer noch Exoten, aber „Behindertensport“ ist kein Phänomen mehr, das im Verborgenen stattfindet. Allerdings trifft das nicht auf alle Sportarten zu. Man stelle sich eine Fußgängerzonen-Umfrage zum Thema „Rollstuhl-Zumba“ vor. Mit einiger Sicherheit würde man außer Stirnrunzeln wohl kaum eine bemerkenswerte Reaktion bei den Befragten zutage fördern. Zumba? Schon mal gehört oder in einer Anzeige gelesen. Aber was das genau ist? Und dann auch noch im Rollstuhl? Keine Frage – der aus Südamerika zu uns herübergeschwappte Trendsport erfreut sich zwar zunehmender Beliebtheit, aber außer der grundlegenden Ahnung, dass diese Beschäftigung etwas mit Latino-Rhythmen und Gymnastik zu tun hat, gibt es da noch reichlich Wissensdefizite. Und was das Tanzen im Rollstuhl betrifft: Die Popularität dieses Sportes ist auch noch steigerungsfähig. Bei dieser Ausgangslage braucht es schon eine gehörige Portion Pioniergeist, ausgerechnet Rollstuhlnutzer für diesen Sport begeistern zu wollen.

Der Jedermann-Sport

Genau das hat sich Conny Runge vorgenommen. Diese Idee fiel natürlich nicht vom Himmel. Es waren schon einige Einschnitte in der Biographie der heute 40-jährigen erforderlich, bis sie sich als erste Rollstuhlnutzerin Deutschlands zertifizierte Zumba-Trainerin nennen durfte. „Irgendwas mit Sport“ hätte ihr Leben wohl immer bestimmt. Sie war bewegungshungrig, Sportstudentin und die Tochter eines Sportlehrerpaars. Aber im vorgesehenen Lebensweg kam es zu einer Zwangspause, als sie mit 19 Jahren bei einer Party rücklings aus einem Fenster stürzte. Die Diagnose Querschnittlähmung machte ein Umdenken in praktisch allen Lebensbereichen erforderlich. Dieser Herausforderung stellte sie sich und auch der Sport sollte – wengleich unter ganz anderen Bedingungen – wieder eine wichtige Rolle spielen. Liegebike, Yoga, Basketball wurden erprobt – und dann lernte sie eine Physiotherapeutin kennen, die Zumba-Kurse für Neurologiepatienten anbot. Das war wohl so etwas wie Liebe auf den ersten Blick. Musik, Lebensfreude, Bewegung, ein Sport, der überall ausgeübt werden kann und ohne großes Equipment auskommt: Conny begann, eigene Choreographien zu entwickeln, die sich auf Arme und Schultern konzentrieren. Und sie wollte andere von ihrer Begeisterung für den neu entdeckten Sport profitieren lassen. Um das professionell zu dürfen, brauchte sie eine Trainerlizenz. Und so fand sie sich

eines Tages allein unter Fußgängern in einer Trainingshalle wieder – ein denkwürdiger Moment. Kurze Zeit später hatte sie ihre Lizenz.

Conny hat noch viel vor

Mit einigem Zeitabstand zu diesem Start in eine neue Karriere stellt Conny Runge treffend fest: „Ohne meinen Unfall hätte ich weiter Sport studiert und wäre jetzt vielleicht eine von vielen. So bin ich die Frau, die den Rollstuhl-Zumba nach Deutschland gebracht hat.“ Denn so viel ist klar: Begeisterung wirkt ansteckend und die umtriebige Trainerin hat noch einiges vor. Was gerade diesen Sport für sie so speziell macht, darüber gibt Conny Runge im Gespräch mit der Lebensnah-Redaktion Auskunft:



Massenevent: Conny vor 120 Teilnehmern beim Sportcamp in Hachen

Du hast etliche Sportarten ausprobiert, bist aber mehr oder weniger beim Zumba „hängengeblieben“. Warum?

>>> Ich habe vor meinem Unfall Hip-Hop- und Step-Aerobic gemacht und habe immer noch etwas Ähnlichem im Sitzen gesucht. Außerdem brauchte ich nach Daumensattelgelenküberlastung und Schulterproblemen eine Alternative zum Rollstuhlbasketball.

Was genau ist Zumba?

>>> Zumba ist der eingetragene Markenname für ein Fitness-Konzept, das vom Tänzer und Choreografen Alberto „Beto“ Perez in Kolumbien in den 1990er Jahren kreiert wurde. Zumba kombiniert Aerobic mit lateinamerikanischen sowie internationalen Tänzen.

Du bist zertifizierte Zumba-Trainerin. War das Zertifikat nötig bzw. war es schwierig, sich zu qualifizieren? Rollstuhlnutzer sind im Ausbildungsplan doch wohl nicht vorgesehen.

>>> Um sich Zumba-Trainerin oder Zumba-Trainer zu nennen, muss man den Basic-Kurs machen, der von Zumba angeboten wird. Bei diesem Kurs kann sich jeder anmelden. Die Zumba-Community ist sehr offen. Alle Teilnehmer waren zuerst erstaunt. (Sie haben „untergeschaut“ und sich gefragt: „Was macht „die“ hier?“ und ich habe „hochgeschaut“ und mich gefragt: „Was mache ich hier?“) Alle haben ganz schnell verstanden, dass man diese tolle Sportart auch im Sitzen machen kann.

Leben mit Handicap

(Es gibt sogar ein Zumba-Training im Sitzen. Das nennt sich „Sentao“. Da werden aber auch die Beine mitbewegt.) Die Umsetzung im Rollstuhl, d.h. aus Beinbewegungen werden Rollstuhl- bzw. Armbewegungen, muss jeder Trainer und jede Trainerin selbst umsetzen bzw. umwandeln. Dazu gehören Kreativität und Spaß am Experimentieren.

Bleibt beim Rollstuhl-Zumba nicht viel von der ursprünglichen Idee auf der Strecke? Schließlich steht den meisten Anwendern für den Sport nur die obere Körperhälfte zur Verfügung.

>>> Die Zumbaphilosophie ist es, Spaß zu haben. Dazu braucht es keine besonderen Fähigkeiten. Es gibt kein Richtig oder Falsch. Jeder kann es. Es gibt keinen Wettstreit. Jeder gibt sein Bestes. In seinen Aussagen betont Perez nicht Effizienz oder eine optimierte Trainingsmethode, sondern legt Wert auf den Spaß an der Musik und an kreativen Bewegungen. Perez betont, dass die Teilnehmer vornehmlich ihrem inneren rhythmischen Empfinden folgen und dieses dann immer mehr der vorgegebenen Choreografie anpassen sollen. Ich habe viele Übungen für die Schultern und den Rumpf eingebaut, und somit entsteht ein prophylaktisches Training mit Schwerpunkt auf den Rollstuhlfahrerproblemen. Das soll aber nicht heißen, dass es NUR für Rollstuhlfahrer ist. Das Motto lautet: „Für alle im Sitzen, egal ob Hocker, Rollstuhl, Rollator, Stuhl.“

Welche Voraussetzungen braucht es für diesen Sport?

>>> Lust auf Bewegung und Schwitzen zu toller Musik.

Die meisten Neulinge im Rollstuhl sammeln in den Kliniken typischerweise erste Sportererfahrung mit Sportarten wie Rollstuhlbasketball oder Tischtennis. Was spricht für Zumba als Alternative?

>>> Man braucht kein besonderes Sportgerät oder Hilfsmittel und es wird viel Wert auf ein gutes Warm-up und effektives Schultertraining gelegt.



Früh übt sich... Natürlich ist Zumba auch ein Spaß-Sport für Kids.

Wo können Interessierte diesen Sport ausüben? Rollstuhl-Zumba ist ja noch jung. Gibt es schon bundesweite Angebote?

>>> Da ich zurzeit noch die Einzige in Deutschland bin, gibt es nur regelmäßige Angebote im Rhein-/Ruhrgebiet. Ich habe aber schon einige Interessentinnen aktivieren können, die demnächst eine Basic-Ausbildung machen wollen und die ich dann noch speziell ausbilde.

Was meinst Du – ist Zumba eine klassische Modesportart, die bald vom nächsten Trend abgelöst wird, oder hat dieser Sport das Potential, sich auf Dauer zu etablieren?

>>> Durch die tolle Philosophie hat sich diese Sportart als nachhaltig bewährt und die Kurs- und Trainerzahlen steigen immer weiter. Leider bin ich noch mit „Türklinkenputzen“ beschäftigt, um diese effektive Sportart auch im Behindertensport zu etablieren. Meist stehen mir Vorurteile wie: „Das ist doch nur tanzen“ oder „Da fehlen doch die Beinbewegungen“ im Weg, aber bisher waren die meisten, die meine Schnupperkurse besucht haben oder durch Therapeuten „gezwungen“ wurden, begeistert, haben es weitergetragen und sind wiedergekommen. — wp

Conny Runge hat sich vorgenommen, Zumba auch unter Rollstuhlnutzern populär zu machen.



SPORT MIT

HANDICAP

Golf spielen als Rollstuhlfahrer? Dass das geht, dafür sorgt die Erfindung eines Mannes, der seinen liebsten Sport im Rollstuhl zurückerobert wollte.

Wer nach Eintritt einer Querschnittlähmung den Weg zurück in ein „funktionierendes“ Leben sucht, steht vor einer Vielzahl von Herausforderungen. Die Prioritäten für das, was wirklich wichtig ist, mögen sich unterscheiden. Aber wer vor Eintritt des Ereignisses, das das Leben in nahezu allen Belangen auf den Kopf stellt, mit Begeisterung einen Sport betrieben hat, für den wird die Rückkehr in diesen Sport von entscheidender Bedeutung für die Wiedererlangung seiner Lebensqualität sein. Gottlob gibt es für eine Vielzahl von Sportarten adäquate Adaptionen für Rollstuhlnutzer. Rollstuhlbasketball führt vor Augen, wie mitreißend Mannschaftssport auf Rädern sein kann. Liegebikes stehen in Ihrer Effizienz Rennrädern in nichts nach. Turniertänzer sind im Rollstuhl nicht weniger glamourös als Ihre Fußgänger-Pendants.

Mit Erfindungsreichtum zurück auf den Platz

Vor einer besonderen Herausforderung stand indes Christian Nachtwey, als er, Paraplegiker nach einem Motorradunfall im Jahr 1994, zurück auf den Golfplatz wollte. Drei Jahre vor seinem Unfall hatte ihn die Leidenschaft für das Spiel mit dem kleinen weißen Ball befallen. Nun musste er feststellen, dass Golf für Rollstuhlnutzer einstweilen noch gänzlich unüblich war. Damit wollte er sich nicht abfinden. „In der Reha wurde mir dazu geraten, lieber schwimmen zu gehen, das sei einfacher.“ In England, stellte er fest, gab es Dreiräder, mit denen man zum Ball fährt und dann im Sitzen schlägt. „Ich wollte den Leuten aber in die Augen schauen und wie früher im Stehen spielen“, begründet er, warum das für ihn nicht die Lösung des Problems war. Als gelernter Tischler mit 25 Jahren Erfahrung im Häuserinnenausbau machte er sich an die Arbeit, einen speziellen Rollstuhl zu konstruieren und bediente sich dafür des ihm vertrauten Materials, Holz. Mit der von ihm ausgetüftelten Lösung ging er zu einem Schmied – sein Traum nahm Gestalt an. Rasch zog seine Konstruktion neugierige Blicke



Christian Nachtwey am Abschlag. Mit dem von ihm konstruierten ParaMotion sind auch Paraplegiker auf dem Grün beweglich.

an. Was ursprünglich als Einzellösung das Licht der Welt erblickt hatte, könnte doch das Zeug zu einer Geschäftsidee haben, sagte er sich. Von diesem Punkt aus war es nur noch ein kleiner Schritt zur Geburtsstunde des Paragolfers. Das Gefährt, heute nach viel Detailarbeit und kontinuierlicher Weiterentwicklung als ParaMotion im Handel, ist im Prinzip ein geländegängiger E-Rollstuhl mit Stehfunktion. Es transportiert die Golftasche, ermöglicht die Fortbewegung auf dem Platz und bringt den Spieler in eine Stehposition, die je nach Grad der körperlichen Einschränkung einen ein- oder beidhändigen Abschlag ermöglicht. Dass Rollstuhlnutzer heute die Möglichkeit haben, auf Augenhöhe gemeinsam mit nicht körperlich Beeinträchtigten Golf zu spielen, ist dem Umstand zu danken, dass Christian Nachtwey sich nicht damit abfinden wollte, auf „seinen“ Sport zu verzichten.

Auf dem Weg zum Breitensport

Es sind keineswegs nur Ex-Golfer, die sich für Para-Golf interessieren. Vielmehr eröffnet der ParaMotion auch Neueinsteigern die Möglichkeit, sich in einem Sport zu versuchen, der in Deutschland immer noch mit einer Vielzahl von Klischees behaftet ist, was aber der Faszination, die von ihm ausgeht, keinen Abbruch tut. Während in vielen Ländern, vor allem solchen mit angelsächsischen Wurzeln, Golf geradezu ein Volkssport ist, wird er in Deutschland hartnäckig mit einem elitären

Image assoziiert. Es gibt gewiss auch Golfclubs, die dieses Image pflegen, Christian Nachtwey ist aber davon überzeugt, dass diese in Relation zur Gesamtzahl der Clubs eine verschwindend geringe Minderheit bilden und das Golf auf dem besten Weg ist, sich auch in Deutschland zum Breitensport zu entwickeln. Nicht nur aus der Perspektive von Rollstuhl-Golfern ist diese Entwicklung zu begrüßen, denn Golf hat das Zeug zu einem Reha-Sport par excellence. Das erklärt auch, warum unter den Neueinsteigern viele Interessenten sind, die schon andere Sportarten praktiziert haben, dort aber durch körperliche Probleme irgendwann ausgebremst wurden.

Inklusion auf Augenhöhe

Wer sich als Rollstuhlfahrer mit dem Gedanken trägt, Golf als mögliche Sportart auszuprobieren, kann sich über Schnupperkurse mit der Materie vertraut machen. Dafür wird Leihequipment zur Verfügung gestellt. Anlaufstellen für Interessierte

sind die Firma Powerbasetec, die den ParaMotion herstellt und vertreibt, sowie der Behinderten Golf Club Deutschland e. V. (BGC), der es sich zur Aufgabe gemacht hat, die Interessen von Menschen mit Behinderung im Golfsport zu vertreten. Dass der Golfsport die Inklusion quasi in den Genen trägt, wird schon dadurch deutlich, dass das Handicap-System von jeher bewirkt, dass Sportler unterschiedlicher Spielstärke sich auf Augenhöhe miteinander messen können. Nicht körperlich eingeschränkte Spieler und Para-Golfer können also problemlos gemeinsam ihrer Leidenschaft frönen. Immer mehr Clubs entdecken überdies, dass ihr Engagement für die Inklusion von Mitgliedern mit körperlichen Einschränkungen das Image des Sports in der Wahrnehmung der Öffentlichkeit fördert. Clubanlagen stimmen ihre Infrastruktur auf diese Zielgruppe ab. Para-Golf ist auf dem besten Weg, sich als attraktive Sport-Alternative für Menschen im Rollstuhl zu etablieren.



Wollen Sie nicht lieber schwimmen gehen?

Golfer Christian Nachtwey wollte sich nicht damit abfinden, seinen Sport nicht mehr ausüben zu können. Im Gespräch mit der Lebensnah-Redaktion erzählt er, warum er sich nicht mit Alternativ-Empfehlungen seiner Therapeuten anfreunden konnte.

Herr Nachtwey, können Sie mit zwei bis drei Sätzen erklären, was für Sie die Faszination des Golfsports ausmacht?

>>> Ich habe vor meinem Motorradunfall etwa drei Jahre Golf gespielt und war bald vom „Golf-Fieber“ angesteckt. Wenn man die Erfahrung gemacht hat, dass der Ball tatsächlich dort landet, wo man ihn haben will, geht das relativ schnell. Nach meinem Unfall dachte ich natürlich erst mal „Das war's dann wohl mit Golfspielen“. In der Klinik bekam ich die Empfehlung, mich doch lieber auf Sportarten wie Schwimmen oder Tauchen zu konzentrieren, das sei einfacher. Aber das war für mich natürlich keine Lösung. Ich wollte unbedingt wieder zurück auf den Golfplatz! Rückblickend betrachtet ging es für mich auch tatsächlich ab dem Moment wieder aufwärts, an dem ich das geschafft hatte.

Sie haben nach Ihrem Unfall erhebliche Anstrengungen unternommen, um wieder Golf spielen zu können. Erleben Sie Ihren Sport jetzt, als Rollstuhlfahrer, anders als vorher?

>>> Es ist nicht ganz dasselbe. Der Bewegungsablauf ist ein anderer. Ich bin angeschnallt und schlage einhändig, das fällt natürlich auf. Ich bin insofern ein Eyecatcher. Ich habe aber

noch nie erlebt, dass das jemanden gestört hätte. Auf dem Platz spielt dieser Unterschied auch rasch keine Rolle mehr. Die Qualität des Spiels habe ich zurückgewonnen. Die Spielweise ändert sich etwas. Früher bin ich mit Eisen 3 etwa 200 Meter weit gekommen, heute sind es vielleicht 120 Meter. Man teilt sich den Platz also anders ein. Aber man spielt auf Augenhöhe.

In der Klinik wird man wohl kaum mit dem Golfsport bekanntgemacht. Ist Para-Golf typischerweise ein Sport für Menschen, die vorher schon diesen Sport betrieben haben oder auch etwas für Einsteiger im Rollstuhl?

>>> Sowohl als auch. Wer vorher Golf gespielt hat, ist sowieso interessiert. Es gibt aber auch Neueinsteiger aus anderen Sportarten. In Österreich haben wir zum Beispiel viele Ex-Skifahrer. Auch Basketballer interessieren sich. Oft geschieht das, wenn beim bisher ausgeübten Sport körperliche Probleme auftreten und die Suche nach Alternativen beginnt. Schnupperkurse sind sehr hilfreich. Sie bauen Hemmschwellen ab und die Neulinge werden sehr rasch Teil der Community. Das erleichtert den Einstieg.

Welche körperlichen Voraussetzungen sollte man als Rollstuhlfahrer mitbringen?

>>> Paraplegiker tun sich relativ leicht. Wir haben aber auch schon Tetraplegiker ans Golfspielen gebracht. Es gibt zum Beispiel Spezialhandschuhe, die den Kraftschluss zum Schläger herstellen. Generell ist eine uneingeschränkte Armfunktion aber natürlich sehr hilfreich.

Als Rollstuhlfahrer Golf zu spielen ist mit einem beträchtlichen technischen Aufwand und entsprechenden Kosten verbunden. Gibt es viele Golfclubs, die die entsprechenden Voraussetzungen bieten oder ist über kurz oder lang die Anschaffung eines eigenen Spezialrollstuhls unausweichlich?

>>> Ein solcher Rollstuhl kostet um die 23.000 Euro. Man sollte die Sache also erst mal mit einem Leihgerät ausprobieren, um festzustellen, ob es das Richtige ist. Tatsächlich ste-

Clubs stemmen erhebliche Kosten für den Unterhalt der Anlagen. Das ist mit mehr Mitgliedern natürlich einfacher. Golf wird auf Dauer auch bei uns zu einem Breitensport werden. Wir sind auf einem guten Weg.

Sind Golfplätze ein guter Nährboden für den Inklusionsgedanken oder wird man als Paragolfer eher als Exot wahrgenommen?

>>> Man fällt natürlich auf. So viele von uns gibt's ja schließlich nicht. Aber die Leute sind sehr offen. Man muss sich auf dem Platz natürlich so bewegen, dass man nichts kaputt macht. Aber davon sind die Verantwortlichen rasch zu überzeugen. Generell sehen die Clubs außerdem, dass es gut für ihr Image ist, Menschen mit Behinderung in den Spielbetrieb zu integrieren.



hen in etlichen Clubs aber auch schon Geräte zur Verfügung, die etwa von Stiftungen finanziert wurden und auf diese Weise Interessierten das Spiel ermöglichen. Schnupperkurse, bei denen die Geräte zur Verfügung gestellt werden, sind eine gute Möglichkeit, um sich mit dem Sport vertraut zu machen. Und natürlich gibt es auch Finanzierungs- und Leasingkonzepte. Es gab auch schon Kostenübernahmen durch Berufsgenossenschaften. Allerdings eher für Geräte, mit denen zum Beispiel Bauern wieder ermöglicht wurde, Stallarbeit oder Reparaturarbeiten auf dem Hof im Stehen zu erledigen.

Anders als in vielen anderen Ländern hat Golf in Deutschland immer noch ein elitäres Image. Sehen Sie die Chance, dass Golf sich auch bei uns zum Jedermann-Sport entwickeln könnte oder ist das gar nicht gewollt?

>>> Es gibt tatsächlich Clubs, die ein elitäres Image pflegen. Aber das sind nur sehr wenige von insgesamt rund 840 Clubs in Deutschland. Der Trend geht ganz klar in Richtung Öffnung. Der Einstieg in den Sport wird immer einfacher und auch immer kostengünstiger. Die Zuwachsraten liegen derzeit bei rund zwanzig Prozent. Das ist auch notwendig, denn die

Wie wär's mit einer Proberunde im sonnigen Süden? Seit einiger Zeit bietet Christian Nachtwey Schnupperkurse für Interessierte auf einem Golfplatz in Südspanien an.

Wie funktioniert in der Praxis das Miteinander von Spielern mit und ohne körperliche Beeinträchtigung? Gibt es so etwas wie Chancengleichheit?

>>> Es gibt im Golf ja nur ein Handicap-System. Das gleicht Unterschiede in der Spielstärke aus. Wenn also zwei Spieler mit Handicap 20 gegeneinander antreten, ist das eine ausgeglichene Sache, unabhängig davon, ob einer von beiden Rollstuhlnutzer ist oder nicht. Sonderregelungen gibt es für bestimmte Situationen, etwa wenn ein Bunker mit dem Rollstuhl nicht anzufahren ist.

An wen wende ich mich, wenn ich als Rollstuhlnutzer ausprobieren möchte, ob dieser Sport für mich in Frage kommt?

>>> Da gibt es verschiedene Möglichkeiten. Entweder an die Firma Powerbasetec GmbH www.powerbasetec.de (info@powerbasetec.de) oder an den Behinderten Golf Club Deutschland e.V. www.bgcgolf.de (info@bgc-golf.de)

„Meine Entscheidung, Kinder zu bekommen, war

NICHT VERNÜNFTIG,



Glücklich zu viert: Eltern Florian und Katharina mit Lasse und Malia.



Die positiven Erfahrungen gaben den Ausschlag: Lasse sollte kein Einzelkind bleiben.

ABER RICHTIG.“

Die Schallers sind eine ganz normale Familie, wenn man einmal davon absieht, dass Katharina Schaller Rollstuhlnutzerin ist und seit zehn Jahren mit der Diagnose MS lebt. Die Familiengründung, sind sich Ehemann Florian und Katharina einig, war eine goldrichtige Entscheidung.

„Die Wahrscheinlichkeit, an Multipler Sklerose zu erkranken, wenn ein Elternteil diese Krankheit hat, liegt bei ungefähr drei Prozent“, sagt Katharina Schaller. Drei Prozent – das klingt zunächst einmal nicht nach viel. Dennoch musste die heute Einunddreißigjährige sich vor zehn Jahren genau dieser Diagnose stellen. Ihre Mutter und zwei Tanten, beide Geschwister ihrer Mutter, leben bereits seit vielen Jahren mit Multipler Sklerose.

Eine Erbkrankheit ist die Autoimmunerkrankung nicht. Lediglich „eine vermehrte Neigung zu erkranken“ wird von Generation zu Generation weitergegeben.

Den eigenen Weg gefunden

Schweiß ein gemeinsames Schicksal zusammen? Nicht notwendigerweise. „Dass es diese Krankheit in unserer Familie gibt, wurde fast schon wie ein Tabuthema behandelt“, sagt Katharina. „Unterschwellig gab es so eine Art Konkurrenzkampf, wer mit den Folgen der Erkrankung am besten zurechtkommt und jeder war bemüht, seinen Weg des Umgangs mit der MS als den einzig wahren darzustellen. Das Credo dabei war, so wenig Schwäche wie möglich zu zeigen.“ Katharina entschied sich früh dafür, diesem Beispiel nicht zu folgen und einen eigenen Weg zu suchen, um sich trotz, oder besser gesagt mit der Krankheit so gut wie möglich in ihrem Leben einzurichten.

Die richtige Entscheidung

Dass sie sich dabei nicht am Beispiel ihrer ebenfalls betroffenen Familienmitglieder orientierte, demonstrierte sie unter anderem mit ihrer Entscheidung, einen Rollstuhl zu nutzen.

„Mir machte diese Entscheidung das Leben leichter. Sie so lange wie möglich hinauszuzögern, nur um keine ‚Schwäche‘ einzugestehen, wäre mir viel zu anstrengend gewesen“, so Katharina. Und überhaupt, der Umgang mit den eigenen Kräften – sie schwinden zu fühlen rückte Entscheidungen in den Fokus, die sonst vielleicht noch auf längere Zeit vertagt worden wären. Aber die Lage der Dinge verlangte danach, Prioritäten neu zu sortieren. Dazu Katharina: „Eine eigene Familie zu gründen, war mir sehr, sehr wichtig. Als ich zunehmend weniger Kraft hatte, wusste ich, die Energie, die ich noch habe, möchte ich zuerst in die Familie investieren und ein Kind bekommen. Das war mir wichtiger als beruflicher Erfolg.“ Im Sommer 2015 kam Sohn Lasse zur Welt. „Vernünftig schien die Entscheidung, ein Kind zu bekommen mit dieser Diagnose und diesem Verlauf nicht, aber es war die richtige Entscheidung“, sagt Katharina rückblickend. Dem sollte auch der weitere Verlauf der Dinge Recht geben. Die sich an die Geburt anschließende Stillphase ging mit einer Verbesserung der Krankheitssymptome einher. Hätte sich das „Wagnis Elternschaft“ als problematischer erwiesen, wäre Lasse wohl ein Einzelkind geblieben. Aber dem war nicht so, und so war die Entscheidung für ein zweites Kind naheliegend. Seit September vergangenen Jahres komplettiert Schwesterchen Malia das Familienquartett. Eine Mutter im Rollstuhl, unterwegs mit zwei kleinen Kindern? Das kann dann schon mal so aussehen, dass Lasse den kleinen Einkaufswagen schiebt und Malia im Kinderfahrradanhängen an den Rollstuhl angekoppelt ist, der vom Zuggerät gezogen wird. Katharina: „Wir fallen definitiv auf, aber die Reaktionen der Menschen auf der Straße sind sehr positiv.“



Sohn Lasse lernte schon früh, dass er mit seiner Mutter am besten auf Rädern Schritt hält.

Wohnen im Kollektiv

Ebenfalls kreativ gelöst wurde das Wohnproblem, denn als junge Familie bezahlbaren, barrierefreien Wohnraum zu finden ist natürlich auch und gerade in einer Stadt wie Heidelberg, wo die Schallers leben, eine Herausforderung. Die Lösung des Problems lautet „Hagebutze“. Das ist ein gemeinschaftliches Wohnprojekt von rund 70 Personen unterschiedlichen Alters, die in Selbstverwaltung unterschiedliche Wohnformen praktizieren, von der Singlewohnung über Familienwohnungen bis zu WGs. Das Ziel des Wohnprojektes war es vom Start weg, mieltünstigen Wohnraum zu schaffen, der auf Dauer unverkäuflich ist. Einmal wöchentlich treffen sich die Bewohner zum Plenum, Feste werden gemeinsam gefeiert, ein Garten zur gemeinschaftlichen Nutzung ist ebenso vorhanden wie die Möglichkeit, gemeinsam fernzusehen. Und natürlich hilft man sich auch gegenseitig bei der Kinderbetreuung. Das geht schon mal mit Lernerfahrungen einher. Dazu Katharina: „Lasse hatte vor ein paar Tagen einen Freund zu Besuch. Florian hat den beiden gesagt, sie sollen ihre Spielsachen so aufbauen, dass ich noch durchkomme. Darüber war der Freund sehr verwundert. Darauf Lasse: „So ist das Leben halt mit Rollstuhl!“ —wp

Gemeinsinn: Für Treffen der Bewohner steht ein Gemeinschaftsraum zur Verfügung.



Gartendyll: Der Innenhof der „Hagebutze“ lädt zum Plausch im Freien ein.



Hollister Incorporated stellt das neue Design der hydrophilen Einmalkatheter VaPro Pocket™ und VaPro Plus Pocket™ vor

VaPro Pocket und VaPro Plus Pocket Einmalkatheter verfügen nun über ein neues Design der Schutzhülse, die kleiner und ergonomischer geformt ist für ein angenehmeres Einführen. Sie bieten weiterhin den gleichen Schutz durch 100 % berührungsfreie Anwendung, die Verwender bereits kennen. In Kürze wird der neue VaPro Pocket Einmalkatheter den bisherigen VaPro Plus Pocket Einmalkatheter ersetzen und ab Sommer 2020 erfolgt die Umstellung des bekannten VaPro Plus Pocket auf das neue Design. Die Produkte werden in Europa, Nordamerika und in weiteren ausgewählten Ländern verfügbar sein. Hollister Incorporated ist der führende Anbieter innovativer Medizinprodukte. Das Angebot umfasst auch ein umfangrei-

ches Portfolio an Kathetern inklusive der hydrophilen VaPro Einmalkatheter mit Schutzhülse und Schutzfolie. VaPro Einmalkatheter gewähren Schutz durch 100 % berührungsfreie Anwendung und helfen, Patienten während des gesamten Katheterisierungsvorgangs vor Keimen zu schützen.

Die Schutzhülse hilft, den Katheter vor Kontakt mit Bakterien in den ersten 15 mm der distalen Harnröhre zu bewahren und das Risiko eines Bakterientransfers in den Harntrakt zu reduzieren. Die Schutzfolie ermöglicht es, den Katheter überall anzufassen und stellt eine Barriere dar, die dabei unterstützt, Keime vom Katheter fernzuhalten.

Das neue Design umfasst

50 %* kleinere und ergonomischer geformte Schutzhülse

(*gemessen an der verarbeiteten Materialmenge)

Neuer, einfach zu öffnender und einfach zu entleerender Auffangbeutel für eine noch hygienischere Anwendung

(betrifft nur VaPro Plus Pocket™ Einmalkatheter)

Transparente Schutzhülse, um den Katheter gleiten zu sehen

Diskreteres Verpackungsdesign

Neues Design führt zu einer geringeren Abfallmenge

Einhundert VaPro Anwender aus Deutschland, England, Amerika und den Niederlanden haben den neuen VaPro Pocket Einmalkatheter getestet und nach 25 – 30 Anwendungen in einem Online-Fragebogen bewertet. „Sie fragten nach jeglichem Feedback zur Funktionalität des Produktes, der Verpackung und nach meiner allgemeinen Einschätzung zum Produkt“, sagte Layth, ein VaPro™ Anwender aus England. „Vom ersten Moment an konnte ich den Unterschied und die Verbesserungen nicht nur sehen, sondern auch tatsächlich spüren.“

Das Portfolio der VaPro Einmalkatheter besteht aus einer breiten Palette an Möglichkeiten für Männer und Frauen. Es beinhaltet Einmalkatheter aus weicherem und festerem Material, mit und ohne integrierten Auffangbeutel. VaPro Einmalkatheter werden auch als diskrete Pocket-Version angeboten: VaPro Pocket und VaPro Plus Pocket Einmalkatheter. In 2020 bringt Hollister Incorporated den VaPro Pocket Katheter mit 40 cm im neuen Design auf den Markt, der mehr Komfort, mehr Vertrauen und mehr Diskretion für Anwender bietet.

Weitere Informationen zum VaPro Pocket und VaPro Plus Pocket Einmalkatheter finden Sie hier: www.hollister.de/vaproneu
Anwendervideos finden Sie hier: www.hollister.de/vaproneu

Über Hollister Incorporated

Hollister Incorporated ist ein unabhängiges, in Mitarbeitereigentum befindliches Unternehmen, das Medizinprodukte und Dienstleistungen entwickelt, herstellt und weltweit vertreibt.

Wir bieten moderne Medizinprodukte für die Stoma- und Kontinenzversorgung unter zwei starken globalen Marken: Hollister Incorporated und Dansac GmbH. Zudem gehören innovative Service- und Dienstleistungen sowie Ratgeber für Anwender und Schulungsmaterial für das Fachpersonal im Gesundheitswesen zu unserem Programm. Seit fast 100 Jahren unterstützen wir Anwender und medizinisches Fachpersonal weltweit in ihrem täglichen Leben und haben uns verpflichtet, das Leben der Menschen, die unsere Produkte verwenden und unsere Dienstleistungen in Anspruch nehmen, lebenswerter und würdiger zu gestalten. Der Hauptsitz befindet sich in Libertyville, Illinois, USA. Hollister hat auf drei Kontinenten Produktions- und Vertriebszentren und verkauft seine Produkte in mehr als 90 Ländern weltweit. www.hollister.com.

Hollister Incorporated Niederlassung Deutschland

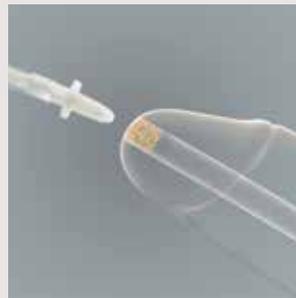
Riesstraße 25
80992 München
Tel. 089/99 28 86 – 0
www.hollister.de
beratungsteam@hollister.com

Lesen Sie vor der Verwendung die Gebrauchsanleitung mit Informationen zu Verwendungszweck, Kontraindikationen, Warnhinweisen, Vorsichtsmaßnahmen und Anleitungen.

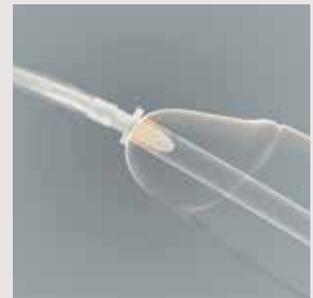
Hollister und Logo sowie VaPro sind Warenzeichen von Hollister Incorporated.
© 2020: Hollister Incorporated.



Diese Abbildungen zeigen die Funktion der Schutzhülse anhand der männlichen Anatomie.



Die Schutzhülse hilft, den Katheter vor Kontakt mit Bakterien in den ersten 15 mm der distalen Harnröhre zu bewahren.



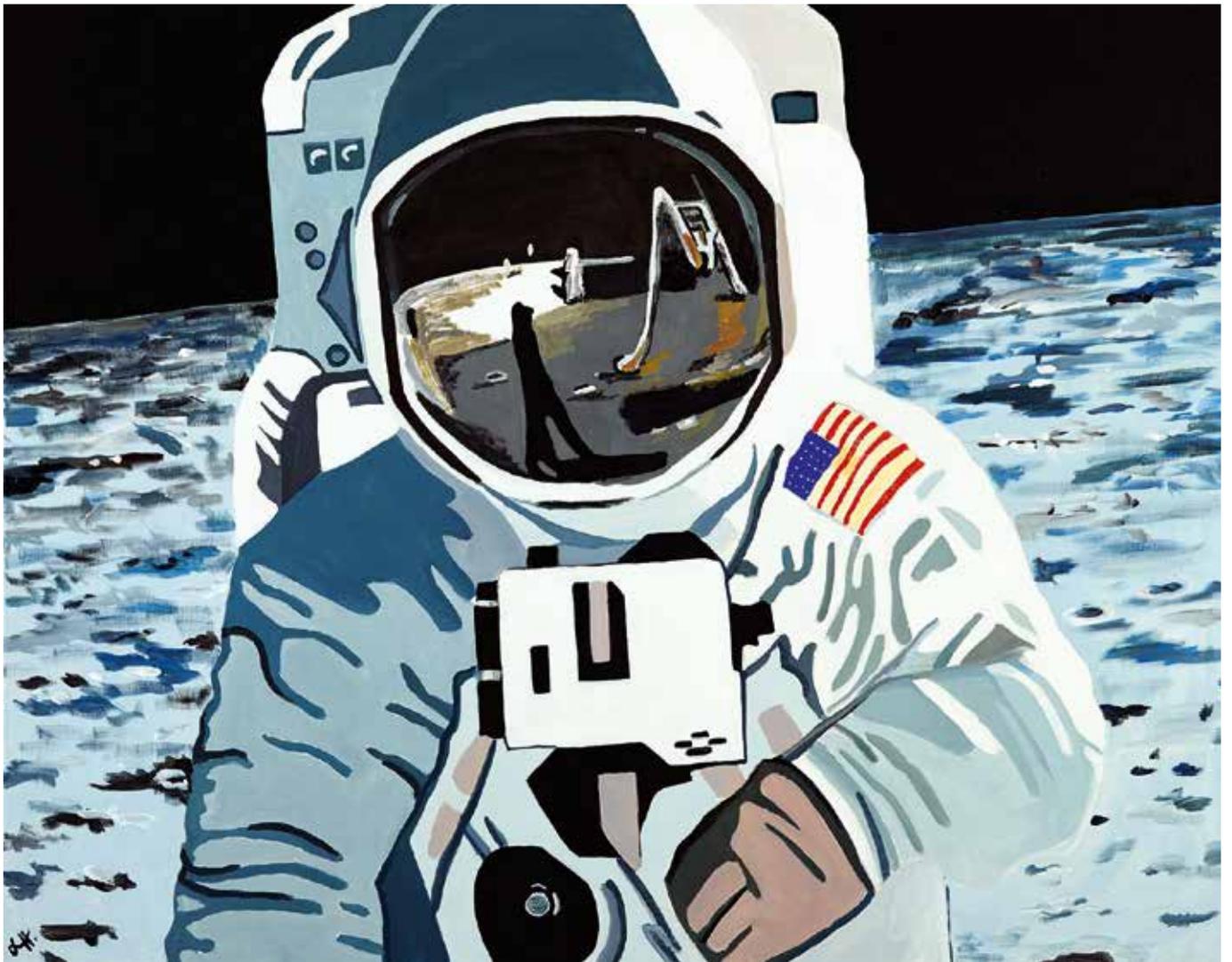
Die Schutzhülse hilft, den Katheter vor Kontamination zu schützen.



VaPro Pocket und VaPro Plus Pocket Einmalkatheter jetzt mit einer 50%* kleineren and ergonomisch geformten Schutzhülse für ein angenehmeres Einführen.
(* gemessen an der verarbeiteten Materialmenge)



Abbildungen zeigen das neue diskretere Verpackungsdesign von VaPro Pocket und VaPro Plus Pocket Einmalkatheter.



Auf Umwegen zur Karriere

Lars Höllerer lebt als Maler im schönen Überlingen am Bodensee. Seit einem Motorradunfall im Alter von einundzwanzig Jahren ist er vom Hals abwärts gelähmt. Deshalb führt er den Pinsel nicht mit der Hand, sondern mit dem Mund. Hätte er ohne die frühe Zäsur in seinem Leben zu seiner Berufung gefunden?

Wie wäre mein Leben verlaufen, wenn...? Die meisten mit Querschnittlähmung lebenden Menschen haben dieses eine Datum im Kopf, das für den Tag steht, an dem ihr Leben eine drastische Wendung nahm. Und die meisten werden sich auch auf die eine oder andere Weise gelegentlich mit der Frage beschäftigen, wie ihr Leben wohl ohne diesen Tag X weitergegangen wäre. Lars Höllerer, unterdessen einundfünfzig Jahre alt, also Rollstuhlfahrer seit nahezu dreißig Jahren, ist da keine Ausnahme. Und in einer Hinsicht kann es kaum einen Zweifel geben: Hätte nicht der Motorradunfall, der ihm 1991 widerfuhr, so weitreichende Folgen gehabt, wäre er heute vermutlich kaum ein Künstler, dessen weltweit vertriebene Werke große Anerkennung finden. Lars wandelt künstlerisch auf den Spuren von Paul Cézanne, Hundertwasser und anderen Größen der Kunstgeschichte. Ob Akt- oder Landschaftsbilder, Pop-Art, Stadtansichten oder abstrakte Kompositionen – seine Bilder sind geprägt von einem unverkennbaren Stil. Ausstellungen mit seinen Werken sind gut besucht, Reproduktionen seiner Bilder finden als Kalender- und Postkartenmotive Verbreitung in aller Welt. Zwischenzeitlich ist er unter die Autoren gegangen. Von ihm illustrierte Kinderbücher und eine Autobiographie zählen zu seinen jüngsten Werken.

Malen als Therapie

Der Beginn seiner künstlerischen Karriere fiel in eine Lebensphase, in der er wohl kaum die Phantasie hätte aufbringen können, seinen weiteren Werdegang vorherzusehen. In der berufsgenossenschaftlichen Unfallklinik in Tübingen sondierten Ergotherapeuten, welche sinnvollen Beschäftigungsmöglichkeiten es für einen jungen Mann geben könnte, der nach einem Bruch des vierten und fünften Halswirbels vom Hals abwärts gelähmt war. Sie gaben ihm eine Staffelei und eine Palette, zum Pinsel „griff“ er mit dem Mund. „Bis dahin hatte Malerei in meinem Leben keine große Rolle gespielt“, so Lars. Aber eine grundsätzliche Begabung lag wohl vor. „Ich malte damals schon im Januar für Familienmitglieder, um ein billiges Weihnachtsgeschenk zu haben“, erinnert er sich. Die Anfänge seiner Mundmalerei waren, was niemanden verwundern wird, eine mühsame Angelegenheit. „Da flog der Pinsel schon mal öfter in die Ecke“, so Lars. Aber mit dem Gedanken, dass die Beschäftigung mit Farbe und Leinwand für ihn das Richtige sein könnte, hatten die Therapie-

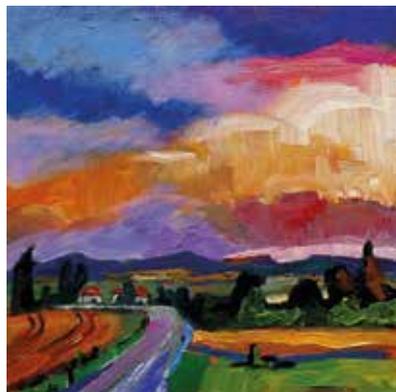
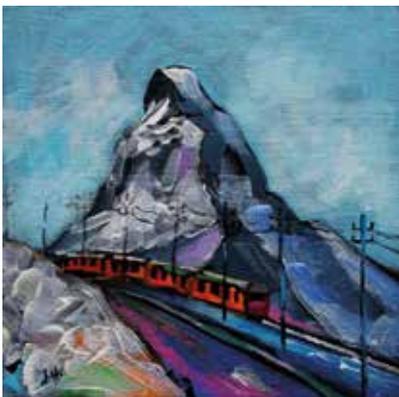


Lars Höllerer: „Was aus mir geworden wäre, wenn der Unfall nicht passiert wäre, steht in den Sternen.“

ten nicht falsch gelegen. An die Erstreha schloss sich eine Zeit autodidaktischen Trainings an, 1997 begann Lars eine sechsjährige Studienzeit an einer freien Kunstakademie. Die Vereinigung der mund- und fustmalenden Künstler (VDMFK) wurde auf ihn aufmerksam. Er bekam ein Stipendium, wurde assoziiertes und schließlich, im Jahr 2007, Vollmitglied der Vereinigung. Das bedeutet unter anderem, dass er von der Vermarktung seiner Werke seinen Lebensunterhalt bestreiten kann.

Gegen Vorurteile

Ein besonderes Anliegen ist Lars das Miteinander von Menschen mit und ohne Behinderung ohne die Last von Vorurteilen und Barrieren. Gerade Kinder, weiß der aufgeschlossene Überlinger, gehen unbefangen mit Situationen um, die Erwachsene in Verlegenheit bringen. Diese Erfahrung macht er, wenn er seine Begabung zum Beispiel bei Besuchen in Kindergärten demonstriert. Lars beschreibt sich als zufriedenen Menschen. „Man kann eben nur ein Leben leben, und das sollte man versuchen, mit mehr positiver als negativer Energie zu füllen“, ist sein so pragmatisches wie philosophisches Resumée. Braucht es da noch die Frage, was gewesen wäre, wenn? — wp



Warum malst du nicht mit dem Bauchnabel?

Im Gespräch mit der Lebensnah-Redaktion erzählt Lars Höllerer, was für ihn im Leben wirklich zählt, was der Glaube für ihn bedeutet und warum er Fragen von Kindern mag. Wie hat er zu seiner Berufung gefunden?

„Das war's dann wohl mit Frauenheld“ lautet der Untertitel eines autobiographischen Buches, das Du veröffentlicht hast. Stattdessen wurdest Du Künstler. Die bessere Wahl?

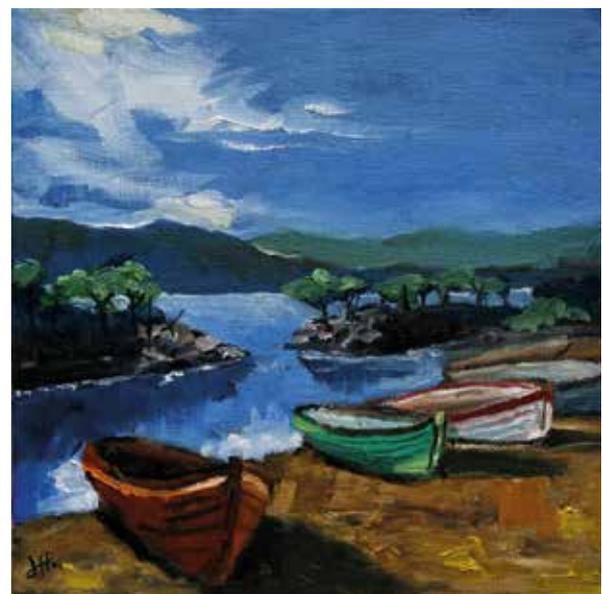
>>> Aus meiner jetzigen Sicht, mit all den Erfahrungen, die ich in den letzten Jahren gemacht habe, kann ich sagen, dass ich ein zufriedener Mensch bin. Man kann eben nur ein Leben leben, und das sollte man versuchen, mit mehr positiver als negativer Energie zu füllen. Ob ich so zufrieden geworden wäre, so dankbar für kleinere Dinge, kann ich nur spekulativ beantworten.

„Das könnte ich ja noch nicht mal mit den Händen“ ist ein Spruch, den Du vermutlich ziemlich oft zu hören bekommst. Deine Reaktion?

>>> Ich antworte auf diese Frage eigentlich immer nur mit den Worten: „Ich auch nicht!“ :-)) Und ja, das höre ich sehr oft. Und es ist wohl als Kompliment gemeint, was ich natürlich auch so auffasse. Die Menschen sollten meine Malerei nicht nur unter dem Aspekt „behindert sein“ betrachten, sondern danach, ob sie wirklich gefällt. Wenn nicht, kann ich auch damit umgehen.

Du hast Dich nach Deinem Unfall taufen lassen. Glaubst Du, dass Du auch ohne die Zäsur in Deinem Leben zu Gott gefunden hättest?

>>> Ich kann nur sagen, dass es das größte Geschenk in meinem Leben ist, dass ich nun weiß, von wem ich getragen bin und weiß, wo mein Lebensweg endet. Dass ich auch in Tagen, in Zeiten wo alles aussichtslos scheint, nicht tiefer fallen kann als in Gottes Hände. Das ist sehr beruhigend und gibt mir Kraft.





Aber auch Aktmalerei und Kunst im Pop-Art-Stil zählen zum Repertoire des vielseitigen Künstlers.

Du hast Kinderbücher veröffentlicht und gehst in Kindergärten, wo Du Einblick in Deine Arbeit gibst. Wie erlebst Du die Kinder in der Begegnung? Gehen sie „besser“ mit dem Phänomen Behinderung um als Erwachsene?

>>> Das muss ich sagen, dass Kinder nicht so viele Vorurteile haben wie Erwachsene. Sie haben eben noch diese positive Naivität und denen ist egal, ob man Rollstuhlfahrer ist oder nicht. Sie fragen Fragen, die sich Erwachsene nicht trauen würden. Wenn Sie etwas interessiert, möchten Sie das eben gerne wissen, ob das nun der Etikette entspricht oder nicht. Das ist oft sehr witzig. Dann kommen manchmal so Sätze heraus wie: „Wie gehst du auf die Toilette?“ „Warum malst du nicht mit dem Bauchnabel, wenn du schon mit dem Mund malst?“ Oder wie es ein kleines Mädchen zu seiner Mutter gesagt hat: „Der Maler im Rollstuhl war so nett, den möchte ich später mal heiraten!“:-))

Im Rückblick auf die zurückliegenden 30 Jahre: Überwogen in dieser Zeit die positiven Veränderungen, was die Situation von Menschen mit Behinderung betrifft, oder liegt noch genauso viel im Argen wie zu Beginn Deines Lebens auf Rädern?

>>> Aus meiner momentanen Sicht - ich habe eine Familie, die zu mir steht, ich habe absolut verantwortungsvolle, liebe Pfleger, ich habe meine Malerei und ein Umfeld, Freunde, die mir Halt und Kraft geben - kann ich nur sagen, dass ich einen langen Weg hinter mich gebracht habe. Und dass ich nur voll Dankbarkeit und Demut auf meine jetzige Situation schauen kann. Natürlich wird es wieder Zeiten geben, die mich verzweifeln lassen. Aber ich hoffe, ich kann diese Zuversicht in die Zukunft weitertragen, wenn die Zeiten mal wieder rauer und stürmischer werden. —wp

Lars bei der Arbeit. Viele seiner Motive findet er direkt vor der Haustür in der idyllischen Landschaft des Bodensees.



Wer so offenkundig anders daherkommt als andere, wird rasch auf sein Anderssein reduziert. Einerseits verständlich, andererseits anstrengend. Deine Methode, damit umzugehen?

>>> Für mich ist das absolut Normalität geworden. Die ersten Jahre hatte ich damit recht viele Probleme. Alles war anders, man war nicht mehr der normale Lars, sondern der Lars im Rollstuhl. Ich habe damit aber abgeschlossen. Es bringt nichts, sich gegen seine eigene Situation, sein eigenes Leben zu richten, weil man daran nichts ändern kann. Das muss man einsehen, sonst zerbricht man daran. Aber das kann nur die Zeit, die Einsicht, die Hilfe von oben und von anderen Menschen bewerkstelligen.

Hast Du eine Phantasie davon, was Du geworden wärest, wenn nicht die Malerei Dein Beruf geworden wäre?

>>> Darauf antworte ich eigentlich auch nur mit den Worten: „Vielleicht wäre ich Bettelmann, vielleicht wäre ich Milliardär geworden!“ Das steht in den Sternen. Wenn der Unfall nicht passiert wäre, hätte ich drei Monate später eine Lehrstelle als Bauzeichner im Hochbau in der Tasche gehabt und wäre wahrscheinlich danach in Richtung Architekt oder so gegangen. Wenn ich nicht so faul gewesen wäre. Aber ich war sehr faul:-)

Kennen Sie schon das Hollister Beratungsteam?

Unser Beratungsteam besteht aus qualifizierten BeraterInnen verschiedener Fachrichtungen des Gesundheitswesens. Das Team berät Sie gerne zu Ihrer aktuellen bzw. einer alternativen Kontinenzversorgung und stellt Ihnen auf Wunsch kostenlose Testmuster der Hollister Produkte zur Verfügung. Auch für Anregungen und Verbesserungsvorschläge zu unseren Produkten haben wir ein offenes Ohr. Mit fundierten medizinischen Kenntnissen, mit viel Fingerspitzengefühl und Diskretion geht das Team bei der Beratung vor.

IMPRESSUM +++ Herausgeber: Hollister Incorporated · Niederlassung Deutschland · Riesstraße 25 · 80992 München · Tel.: 089/99 28 86-0 · www.hollister.de **+++ Projektleitung:** Heike Voigt, heike.voigt@hollister.com **+++ Das Lebensnah-Magazin** erscheint dreimal jährlich und ist kostenlos erhältlich. **+++ Gestaltung und redaktionelle Mitarbeit:** Werner Pohl, Woran Wir Glauben GmbH

Wichtiger Hinweis: Falls Sie dieses Magazin per Post oder E-Mail von Hollister erhalten haben und dies zukünftig nicht mehr wünschen, wenden Sie sich bitte an das Hollister Beratungsteam unter den oben genannten Kontaktdaten. Auf Ihren Wunsch nehmen wir Sie selbstverständlich aus unserem Verteiler.

Deutschland

Hollister Incorporated

Niederlassung Deutschland
Riesstraße 25
D-80992 München

Beratung:

Telefon: 0800 1015023 (gebührenfrei)

Bestellung:

Telefon: 089 992886122

Telefax: 0800 4655432 (gebührenfrei)

Mo.–Do.: 8.00–17.00 Uhr

Fr.: 8.00–16.00 Uhr

E-Mail: hollister.deutschland@hollister.com

www.hollister.de

Österreich

Hollister GmbH

Bergmillergasse 5/1/1
A-1140 Wien

Beratung und Bestellung:

Telefon: 01 87708000

Telefax: 01 877080022

Mo.–Do.: 8.00–16.00 Uhr

Fr.: 8.00–14.00 Uhr

E-Mail: hollister.oesterreich@hollister.com

www.hollister.at

Schweiz

Hollister

Bernstrasse 388
CH-8953 Dietikon

Beratung:

Telefon: 0800 553839 (gebührenfrei)

Bestellung:

Telefon: 044 7304505

Telefax: 044 7305444

Mo.–Do.: 8.00–12.00 Uhr, 13.30–17.00 Uhr

Fr.: 8.00–12.00 Uhr, 13.30–16.00 Uhr

E-Mail: info@hollister.ch

www.hollister.ch

Hollister Incorporated, Niederlassung Deutschland bietet keine medizinische Beratung oder Dienstleistung. Die in diesem Ratgeber enthaltenen Informationen sind kein Ersatz für eine medizinische Beratung, Betreuung und/oder Versorgung. Wenn Sie ein gesundheitliches Problem haben oder ein solches vermuten, sollten Sie mit Ihrem Arzt sprechen.

Alle genannten Testimonials in dieser Broschüre erhielten von Hollister eine entsprechende Vergütung.



Besuchen Sie uns auch auf Facebook unter www.facebook.com/HollisterDeutschland und werden Sie Fan!

Lesen Sie vor der Verwendung die Gebrauchsanleitung mit Informationen zu Verwendungszweck, Kontraindikationen, Warnhinweisen, Vorsichtsmaßnahmen und Anleitungen.

Hollister und Logo sowie VaPro, VaPro F-Style, VaPro Plus, VaPro Plus F-Style, VaPro Pocket, VaPro Plus Pocket, Infyna, Infyna Plus, Infyna Chic, Advance, Advance Plus und Advance Plus Pocket sind Warenzeichen von Hollister Incorporated.
© 2020 Hollister Incorporated.

L19373/04.20

