

SeelenLaute

Kreative Selbsthilfeseiten Saar, Mosel, Pfalz – Kritisch, unabhängig, anders!

SeelenLaute Nr. 13 / 2014

Editorial / Bericht

Selbsthilfe kann es. Als eine von wenigen Selbsthilfen hat SeelenLaute Saar öffentliche Veranstaltungen zu den Wochen der Seelischen Gesundheit initiiert, organisiert und durchgeführt. Mit beachtlichem Erfolg, guter Resonanz und Akzeptanz,.. fürs normale Miteinander. Vielleicht mag dies andere Selbsthilfen motivieren, hier mehr zu tun. Im Gegensatz zu Trägern und Einrichtungen mit beruflichem Personal hat man es ungleich schwerer. Vorschlagsweise könnte die Selbsthilfekontaktstelle zu den Wochen interessierten Gruppen bei deren Projektfinanzierung helfen, oder im WdSG-Budget einen entsprechenden Posten einplanen. Für-sprechen, -lesen, -performen etc. sollte weniger sein, ist kaum zeitgemäß mehr. Denn gute Stimmen, Referenten und Kulturschaffende mit Betroffenenkompetenz sind aus der ganzen Republik da. Es gilt, sie gleichberechtigt zu verpflichten, auch in den Akademiebetrieb für Professionelle. Aber Selbsthilfe kann's auch selbst, mit eigenen Veranstaltungen. Nur Mut, bzw. umgekehrt: keine Scheu vor so genannten Betroffenen. Leute, wie du und ich. In diesem Zusammenhang aktuell noch Dank an die DAK Gesundheit für die Unterstützung unserer neuen Sonderbroschüre „Best of SeelenLaute!“.

Angenehme, auch spannende Lektüre, und eine erholsam gestaltete Weihnachtszeit wünscht Gangolf Peitz fürs Redaktionsteam



„Komm gib mir.. Dein Stück Land!“ erfolgreich

Viele Gäste bei Selbsthilfe SeelenLaute Saar in Völklingen und Wadern

bks. Unter diesem Motto war Selbsthilfe SeelenLaute mit drei eigenen Sonderveranstaltungen in den Wochen der Seelischen Gesundheit 2014 (Thema „Heimat - Fremde“) saarlandweit inklusiv aktiv. Man arbeitete wieder mit bewährten Kooperationspartnern zusammen, wie dem Bündnis gegen Depression (Saarbrücken), der Stadt Völklingen, Hofgut Per la Vita (Wadern), dem Büro für Kultur- und Sozialarbeit Saar (Bous) und der Europäischen Gesellschaft zur Förderung von Kunst und Kultur in der Psychiatrie (Dortmund). Freundlich gefördert wurden die Projektstage durch AOK, BKK ZF & Partner, Pronova BKK, Knappschaft, vom Ministerium für Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie, und dem Landkreis Merzig-Wadern. Mit über sechzig Gästen und Teilnehmern war die Resonanz groß.

In Völklingen gab es am 13. Oktober den „Kulturellen Informationsabend I“ in der Stadtbibliothek, mit vielseitigem Programm mit Referenten und Kulturschaffenden mit und ohne Psychiatrieerfahrung zu besonderen Lebenserfahrungen.



Frank Weinsheimer (Saarbrücken),

der vom Bündnis gegen Depression für Frank Lessel einsprang, erzählte biografisch aus erster Hand wie stark eine Depression sein kann, was sie im Beruf zur Folge haben kann und bezog das Publikum mit einem heiteren Depressions-Check und Gesundheitskeksexen ein. Selbsthilfegruppen seien für Betroffene ein Segen. Ein Gast äußerte Kritik an der stationären Völklinger Psychiatrie und berichtete von dort weniger vertrauensvoll erlebtem Umgang mit Patienten mit depressiven und Psychose-Diagnosen seitens professioneller Fachkräfte. Da müsse noch dazu gelernt werden.



Hermann Gelszinus, Gitarrist, Liedermacher und Musiklehrer aus Saarbrücken, stellte Musik als Zuhause und befreiendes Medium dar. Für diesen SeelenLaute-Abend hatte er eigens sechs neue Titel komponiert, darunter ein Song über eine Afrikanerin im Saarland. Wolfgang Loskant las aus seiner spannenden Kurzgeschichte „Bücherwurm“, Liam Ducray brillierte mit feiner Lyrik, dunkler und heller Art.

Gérard Carau, Mundartspezialist vom grenzüberschreitenden Kulturverein Gau un Griis (Bouzonville) musste wegen Grippe kurzfristig absagen. Als Mundartdichter las Gangolf Peitz alternativ mehrere seiner ernsten und heiteren Gedichte aus dem „Paraple“, und verwies auf Mundart als Möglichkeit für Miteinander und Wohlfühlen. Spontan führte er als Moderator eine kleine Publikumsumfrage durch. Diese ergab, dass die meisten Mundart sprechen und dies in persönlichen Zusammenhängen schätzen.

Ausgabe II in Wadern am 14. Oktober auf Hofgut Per la Vita, in neuer Besetzung. In Morscholz trat der Saarburger Outsider-Musiker und Dichter Patric Ludwig auf. Er sang seine Songs „E besjen“, „Abendrock“ und „Komm gib mir dein Stück Land!“, eine freie Beatles-Variation, die den SeelenLaute-Tagen ihren Titel gab. Gekonnt brachte er das Zuhause sein im Glück des Moments, im gewitzten Bescheidenen rüber.

Nach der Pause begeisterte Ute Leuner aus Hamburg mit ihrem eigens geschriebenem „Reisefieber“ die Gäste: Poetisches Musikkabarett vom Feinsten, mit Frauenpower und Tiefgang. Im SeelenLaute-talk diskutierte Liberto Balguer (Dortmund) von der Europäischen Gesellschaft zur Förderung von Kunst und Kultur in der Psychiatrie e.V. „Kunst und Heimat“, worüber sich ein angeregter Dialog mit dem Publikum entspannte. Künstlerin Ute meinte, ihre Heimat sei die Bühne geworden, auch das „unterwegs sein“. So ließen sich außergewöhnliche, auch leidvolle Lebens- und Wahrnehmungserfahrungen sinnvoll verarbeiten, künstlerisch weiter reichen.

Sowohl in Völklingen wie in Wadern erhielt auch die Rezitation von Lyrik verschiedener Autoren aus der (leider erst November erscheinenden) Sonderbroschüre „Best of SeelenLaute“ viel Applaus. Büchertische, Infoauslagen und gesunder Imbiss wurden bei den facettenreichen Zweistunden-Abenden rege genutzt



Best of SeelenLaute!

Lyrisches SeelenLaute-Sonderheft erschienen

20 spannende Gedichte & Geschichten, aus früheren „SeelenLaute“-Publikationen, geschrieben von AutorInnen mit besonderer Lebenserfahrung. Eine literarisch-gesundheitsbezogene Anthologie aus der Welt der Seele, ihrer Tiefen, Höhen, Probleme und Lösungswege, ..mit Betroffenenblick. DIN5-Sonderbroschüre, 28 Seiten, mit farbigem Outsider Art-Cover. Empfehlenswert auch als Geschenk. Hrsg.:



Ute Leuner in Wadern

Den Abschluss bildeten am 17./18.10.2014 die ganztägigen Saarländischen Selbsthilfe-Kreativseminartage für seelische Gesundheit, wiederum in Wadern bei Hofgut Per la Vita, mit Workshops zu Klang („Harfe für die Seele“ mit Harfenist und Musiklehrer Matthias Weber, im praktischen Teil mit Übungen am Instrument sowie der gemeinsamen Komposition und Aufführung eines Songs) bzw. Kunst (G. Peitz: „Abstrakt malen – hilft!“ zum Thema ‚Zuversicht‘) und einer geführten meditativen Gesundheits-Naturwanderung. Im allgemeinen Teil standen den Gästen auch hier eine Literaturlausage und Infomaterial zu seelischer Gesundheit, Selbsthilfe und Kultur zur Verfügung, ergänzt durch Hofführungen plus Kaffeestand mit selbst gebackenem Kuchen. Saarbrücker Zeitung, Wochenspiegel und Waderner Amtsblatt berichteten ausführlich zu der besonderen, direkt aus der Selbsthilfe initiierten und von ihr organisierten Veranstaltungsreihe. Im Radio wurde eine Information gesendet. An allen Tagen beteiligte sich das einbezogene Publikum mit interessanten Wortbeiträgen und nutzte die Veranstaltungen zu Wissenserweiterung, Vernetzung und persönlichem Austausch. Vorurteile konnten abgebaut, Normalität hergestellt werden.

Die Mühen der Selbsthilfe-Aktiven von SeelenLaute, ihrer Freunde und Helfer hatten sich gelohnt. „Da capo 2015!“ hieß es abschließend an beiden Orten von Besuchern und Akteuren. Betroffene, Angehörige, Professionelle und weitere interessierte BürgerInnen aus dem ganzen Saarland waren gekommen.

SH SeelenLaute Saar, Nov. 2014, mit freundlicher Unterstützung der DAK Gesundheit, Saarbrücken.

- Erhältlich in den SeelenLaute-Treffen und auf unseren Büchertischen (Schutzgebühr 3€). Interessierte Gruppen/ Einrichtungen beziehen 5 Hefte frei per Post, für 15€, über Tel. 01782831417 od. selbsthilfe_seelenlaute-saar@email.de

Aldous Huxley - Schöne neue Welt

Aktuell?! Der Roman (engl. Orig. 1932) ist die Vision einer technisiert-kollektivierte inhumanen Welt. Genormt stellen sich die Menschen mit dem Tranquilizer ›Soma‹ ruhig, Individualismus ist asozial. Nur der Außenseiter- »Wilde« fordert: „Ich brauche keine Bequemlichkeit. Ich will Gott, Poesie, Gefahren, Freiheit, Tugend, ..will Sünde!“ Lesenswert die Neuübersetzung

Uda Strätling: *Schöne neue Welt*. 363 S., Fischer Taschenbuchverlag, Frankfurt a.M. 2014. 9,99 €



Neuer Titelbildwettbewerb

Thieme-Verlag sucht künstlerische Bildwerke

at/bks. Die Mediziner-Fachzeitschrift „Psychiatrische Praxis“ (Thieme-Verlag) lädt mit dem zweiten Titelbildwettbewerb erneut künstlerisch Aktive ein, die Erfahrungen mit Psychiatrie, psychischen Erkrankungen oder psychischen Krisen als Betroffene/r, Angehörige/r oder beruflich Tätige gemacht haben, eigene Bildwerke (aus Malerei, Mixed Media und Fotografie) einzureichen. Die Suche nach einem „neuen Blick, auf das Subjekt im sozialen Raum, auf psychisches Leiden und die Psychiatrie in der Gesellschaft“ verspreche über diesen Wettbewerb spannend zu werden, hieß es von Veranstalterseite.

Der Verlag vergütet die von einer mehrseitig besetzten Jury als vierzig ausdrucksstärkste ausgewählten Arbeiten mit einem Bildhonorar von je 100 € und gestaltet mit den Ergebnissen die Titelseiten der nächsten fünf Jahrgänge der Zeitschrift. In der Jury sitzen Vertreter des Bundesverbandes der Psychiatrieerfahrenen (BPE) e.V. und des Bundesverbandes der Angehörigen psychisch Kranker (BApK) e.V., eine Vertreterin des Verlags sowie der Psychiater Prof. Thomas Becker (Ulm). Für die Kunst konnte Dr. Reinhard Spieler, Direktor des Sprengel Museum Hannover gewonnen werden. Für den nächsten Turnus wurde noch ein Vertreter der Outsider Art, vom europäischen Kunstprojekt art-transmitter angefragt. Hier war es für dieses mal leider zu kurzfristig, wie Thieme dem Büro für Kultur und Sozialarbeit Saar, das dies vorgeschlagen hatte, freundlich mitteilte. Die Idee sei gut, dann sei die Juroren-Riege komplettiert.

Einsendeschluss ist der 15. Februar 2015. Die Bilder (maximal drei pro Künstler) müssen als digitalisierte Fotos (jpg, tif oder eps) in einer Druckauflösung von mind. 300 dpi, bzw. 1098 Pixel breit × 2102 Pixel hoch, eingereicht werden und zum Abdruck im Hochformat (93 × 178 mm) geeignet sein. Einsendungen an: Georg Thieme Verlag KG, z. Hd. Frau Ulla Welzel, Rüdigerstr. 14, D-70469 Stuttgart

Und ich tanzte

Keiner hat mir erlaubt, zu tanzen
Und ich tanzte.
Keiner hat mir erlaubt zu singen
Und ich sang.
Doch jeder hat gewollt,
dass ich weine, klage, scheitere.
Aber das, gerade das,
tue ich nur noch im Traum.

Birgit Selzer

Midd vumm Lääwe

Gesunn Bään, gesunn Arm
Arwett, noch. Mehr als genuch
Kopp noch klor
Manchmoo all'em Deiwel sei Glick
Mach domoo' langsam!
Fuffzisch plus. Glick gehadd.

Gangolf Peitz

Kulturfestival Remich

Art-Transmitter und SeelenLaute informierten

at. Die luxemburgische Moselstadt Remich hatte am 21. September wieder zum Kulturfestival eingeladen. Trotz Regens zog es hunderte von Besuchern aus Saar-Lor-Lux und Rheinland-Pfalz zu den über 30 Ständen, wo Kulturwerker der Großregion ihre Werke zeigten. Der Stand mit Beteiligung der Kreativprojekte art-transmitter und Selbsthilfe SeelenLaute Saar mit Bildern, Flyern und Infomaterial wurde zu persönlichen Gesprächen, Vernetzung und Erfahrungsaustausch genutzt. Grenzübergreifende Antistigma-Öffentlichkeitsarbeit konnte geleistet werden. Ein regionaler Vertreter beider Projekte stand diesen Sonntag für Auskünfte zur Verfügung. Auch Selbsthilfzeitschriften und alternative Gesundheitsfachliteratur waren für die Interessierten ausgelegt.

Gedenkorte als warnende Mahnmale

at/sl/vgv. Etwa 300.000 Patienten aus Heil- oder Pflegeanstalten fielen der Barbarei der Nationalsozialisten zum Opfer. In Berlin erinnert ein Gedenkort an sie. Er soll uns eine "immerwährende Warnung" sein, erklärte Kulturstaatsministerin Grütters bei der Einweihung im September. Errichtet wurde der Gedenkort dort, wo der Massenmord geplant, organisiert und verwaltet wurde: an der Tiergartenstraße, früher Sitz der "Zentraldienststelle T4", wo mehr als 60 Mitarbeiter für das deutsche "Euthanasie"-Mordprogramm zuständig waren. Seit 2000 wird heute am 2.10. jährlich der früheren und heutigen Psychiatrietoten gedacht. Im Saarland fehlt es an Gedenkfeiern der psychiatrischen Kliniken. Auch fehlt es an Gedenktafeln zu den ärztlichen Zwangssterilisationsverbrechen an damaligen hilflosen Mitmenschen, und zum Solidaritäts-Versagen, z.B. durch die Kirchen.

In Merzig erinnert vor dem Hauptgebäude des ehem. LKH seit 1990 ein Mahnmal an die Verbrechen. Die vom Bildhauer Eberhardt Killguss geschaffene Skulptur aus aufragenden durchbohrten Eisenplatten und in den Rasen eingelassenen Eisenbahnwaggonrädern symbolisiert die Deportation. Auf einer Platte steht der Ausspruch eines Besseringer Bewohners zur Deportation eines jungen Patienten: 'Den Stefanchen hunse wei och weggeschafft.'



Thomas Riesner – *Strahlen*

Selbsthilfe SeelenLaute Saar – Landesinitiative kreativer Selbsthilfe Psychiatrieerfahrener im BPE e.V.

Selbsthilfearbeit für seelische Gesundheit an der Saar (seit 2008), Satzungsbestimmt/gemeinnützig über den BPE e.V. – Wissenschaftlicher Beirat: Dr. D. Doenges (Losheim)
 ➤ **Kontakt:** SeelenLaute, c/o Gangolf Peitz, Lindenstr. 21, D-66359 Bous. Tel. 0178/2831417, Email-Anschrift: selbsthilfe_seelenlaute-saar@email.de www.bpe-online.de

Saarlandweit: Workshops/Seminarbeteiligungen, Infostände, Gesundheits-/Kulturtagereisen. Dezember: Weihnachtsfahrt. Projekt-, Öffentlichkeits- und Medienarbeit. Zeitschriftenpublikation „SeelenLaute-Lautsprecher“ print 4 x jährlich, plus Onlineausgabe. Beratung, Inklusionsunterstützende regionale und bundesweite Aktivität, Vernetzung. OG in Merzig – **Mitarbeit gerne gesehen!** Weitere Infos und Termine in Fach- und Tagespresse, auch auf art-transmitter.de

Treffen in Saarbrücken jeden 3. Donnerstag im Monat, 17.30-19.00 Uhr, Café Jederman, Johannisstr. 2 (Sommer in Saarwiesen). Kontakt, Red.gespräch, Planung/ Information/ Erfahrungsaustausch. **Treffen in Merzig**, SeelenLaute Merzig, meist am 2. Mittwoch im Monat, 14.15-15.00 Uhr, Cafe Jobst, Poststraße, oder privat. Beratung & Information. Für Neuinteressierte empfiehlt sich vorab ein Telefonat.

Unser umfangreiches Gesundheitsengagement wird partnerschaftlich gefördert von Gesetzlicher Krankenversicherung, ministeriellen Stellen, Landkreis- und Kommunalverwaltungen. Dank gilt auch Privatpersonen für Spenden, sowie uns verbundenen beruflichen Fachkräften für „man power“-Unterstützung unserer vielfältigen ehrenamtlichen Arbeit. Um Qualität und weite Verteilung der

▪ **SeelenLaute** – Vierteljährliches Publikationsorgan der Selbsthilfen SeelenLaute Saar und SeelenWorte RLP

Schlussredaktion (V.i.S.d.P.): Gangolf Peitz. Journalistisch-publizistische Assistenz: Medienstelle der Europ. Gesellschaft zur Förderung von Kunst und Kultur in der Psychiatrie e.V. (Dortmund) – **Druck:** c/o Lautsprecher/LPE NRW / Teil-Nachdrucke im Eigendruck. **Printauflage/Verteilung Saarland/Rheinland-Pfalz:** 200-260 Ex. pro Ausgabe, im Jahr über **1.000 verbreitete Hefte** und Auszüge allein in unserem Lesegebiet. **Heftabgabe an Einzelleser kostenlos** (postalisch gegen Versandkostenersatzung 2 € vorab in Briefmarken), **bzw. auf Spendenbasis.** – **Verteilung/Versand** über SH SeelenLaute und SeelenWorte RLP im Monatstreffen, über die o.g. Medienstelle/Großverteiler, über/regional auf Gesundheits- und Kulturtagen an Infoständen, sowie an festen Auslagestellen (u.a. **städtische Rathäuser/Bibliotheken** im Einzugsgebiet, **Saarbrücken:** KISS, Futterstraße / Tageszentrum Försterstraße; **Merzig:** TRIAS, Gutenbergstraße; **Losheim am See:** Praxis Doenges, Trierer Straße; **Wadern:** Per la Vita, Morscholz; **Trier:** SEKIS, Balduinstraße; **Saarburg:** Mehrgenerationenhaus, Staden 130, u.v.a.m.) – **Abonnement nur im 10 Ex.-Paket** pro Ausgabe möglich, für Einrichtungen, Praxen, Tageszentren, Selbsthilfen etc. im Verbreitungsgebiet, auf 20 €-Spendebasis (+4,50€ bei Versand) im Quartal, fortlaufend bis auf Widerruf. **Bestellungen** schriftlich **plus Überweisung** aufs o.g. Selbsthilfekonto.

© **AutorInnen dieser Ausgabe:** Karina Kunze, Birgit Selzer, Gangolf Peitz, unterstützt von den Teams SH SeelenLaute und SH SeelenWorte. **Vereinbarte allgem. Quellen:** art-transmitter.de, BKS Saar. **Bildnachweis:** S.1/re L. Balaguer, S.1/li archiv SL/gP, S.2/re L. Balaguer, S.2/li archiv SL, S.3 V. Lamm, SH-Nachlass. – Dank auch an die Büro- und Verteilungshilfe Frau Becking!

Redaktionelle Regeln: Die Seiten sind publizistisch unabhängig. Verantwortlich für Einzelbeiträge sind die jeweiligen AutorInnen (© Urheberrechte). **Nachdruck nur mit Genehmigung und Belegexemplar.** Vorbehaltlich Auswahl, Kürzung und üblicher redaktioneller Bearbeitung der Beiträge, mit deren Zurverfügungstellung das Einverständnis der Verfasser zu Veröffentlichung und Redaktionsregeln gilt. Rücksendungen nur bei frankiertem Rückkuvert. Eine Veröffentlichungsgarantie besteht nicht. Bei gedruckten Beiträgen erhält der Autor 1 Beleg-Freixemplar. **Mitmachen!** Erbeten: kurze *selbst verfasste* Texte, die ins inhaltliche Format passen: bei den Treffs abgeben, bzw. immer (möglichst) per mail, in formatierbarer Datei, an: selbsthilfe_seelenlaute-saar@email.de

Die wichtige Selbsthilfe-Öffentlichkeitsarbeit, mit der Produktion dieser Seiten und der breiten Verteilung der Zeitschrift in Saarland und Rheinland-Pfalz, ist möglich dank freundlicher Unterstützung der GKV im Gemeinschaftsförderungsverbund für Basis-Selbsthilfearbeit, - in Rheinland-Pfalz ergänzend gefördert von Einzelkassen (mit besonderen Dank in diesem Quartal an BKK Pfaff, BKK Pfalz und Pronova BKK)..

Publikation zu gewährleisten sind wir auch auf private Spenden angewiesen. Helft, macht mit! Coupon kopieren, ausfüllen, zusenden/-mailen, Dauerauftrag für gewünschten Betrag einrichten bzw. Einmalsspende überweisen. Herzlichen Dank allen Spendern!

- Selbsthilfekonto: SH SeelenLaute Saar, IBAN DE 56 59350110 1370213744

Coupon..... zum Kopieren

SPENDE – Mein/Unser Beitrag:

Spende für die Selbsthilfezeitschriftenarbeit im Raum Saar / RLP, *SeelenLaute* im *Lautsprecher*

O ich/wir spende/n euch unterstützend einmalig ___ €
 O ich/wir spende/n euch unterstützend monatlich ___ €

und überweise/n den Betrag () per Dauerauftrag am/ab _____ aufs o.g. Selbsthilfekonto.

Absender:

Selbsthilfe SeelenWorte RLP

(seit 2009). Kreativ-Selbsthilfearbeit für seelische Gesundheit. Für Saarburg-Trier, Rheinland-Pfalz. Treffs, Information, Öffentlichkeitsarbeit, Publikation, Veranstaltungen/Teilnahmen. **Treffen in Saarburg** jeden 2. Dienstag im Monat, 15.30 bis 16.30 Uhr, Café Urban (Soziokulturelles Zentrum Glockengießerei), Staden 130; Sommer am Saarufer. Kontakt Treffs: Patric, Tel. 06581/9971617. SH SeelenWorte RLP, c/o Fr. Kunze, Postf. 1308, 54439 Saarburg. Dem Bundesverband BPE e.V. assoziiert, über SEKIS Trier gelistet, vernetzt in der regionalen Selbsthilfe. bpe-online.de; sh_seelenworte-rlp@email.de