

Körper und Seele

Toskana mit allen fünf Sinnen erleben!



A. Barchfeld, Alzey

An einem Donnerstag im Frühjahr 2002 trafen wir uns, wie jeden Monat einmal, in unserem Gesprächskreis Tumor erkrankter Frauen zu Entspannungsübungen, Gesprächen, Informationsaustausch und vielem mehr. Dieser Gesprächskreis wurde im Dezember 1997 dank der Initiative von Herrn Prof. Dr. Gerhard Trabert und der Dipl. Sozial-Pädagogin Frau Anita Zimmermann mit einigen Krebspatienten ins Leben gerufen.

Seither wurden die Treffen regelmäßig im DRK Krankenhaus in Alzey durchgeführt. Unser Wunsch war, neu erkrankten Krebspatienten eine Anlaufstelle zu bieten, wo sie direkt nach dem operativen Eingriff oder während und auch nach den Chemo- und Strahlentherapie einen Ort der Ruhe, für Gespräche mit Betroffenen unter Leitung eines Arztes und einer Dipl. Sozialpädagogin finden konnte. Dies ermöglichte uns das Alzeyer DRK Krankenhaus, indem die Krankenhausleitung für den Gesprächskreis einen eigenen Raum zur Verfügung stellte.

Seit 1997 haben viele krebskranke Frauen unsere Treffen besucht und wir haben außer guten Gesprächen und Hilfestellungen, Informationsveranstaltungen, sowie Treffen mit den Ehemännern oder den Kindern, auch sehr viele gemeinsame Freizeitangebote genutzt.

Höhepunkt war unsere „Reise der Sinne“ in die Toskana im September 2002. Die Idee entstand im Gesprächskreis, wo immer wieder von großen Ängsten zu hören war. Nach vielen Monaten der anstrengenden Behandlungen, der körperlichen und seelischen Belastungen der Patienten war der Wunsch nach Abstand zur Krankheit, nach Abwechslung und Veränderung sehr groß. Doch viele Krebspatienten haben Angst eine Reise anzutreten, sind sehr erschöpft, nehmen regelmäßig Medikamente und fühlen sich nicht mehr leistungsfähig.

So wurde die Idee der medizinischen und psychosozial betreuten Gruppenreise geboren. Dank des Engagements von Herrn Trabert und Frau Anita Zimmermann konnten wir am

30.09.2002 eine Woche in die Toskana reisen. Es wurde eine unvergessliche, bestens organisierte und liebevoll betreute Reise. Gut versorgt, etwas müde aber glücklich

konnten wir am Abend unser Quartier beziehen. Der nächste Morgen begann mit einem üppigen, gesunden Frühstück, das wir zusammen zubereiteten. Danach haben wir erst mal die nähere Umgebung erkundet, den Wochenmarkt besucht, eingekauft fürs Abendessen und für ein Picknick am Nachmittag, das uns nach einer schönen Wanderung durch die Wein-

berge, einen Pinienwald und über Wiesen so richtig gut schmeckte.



Alle Tage waren ausgefüllt mit Spaziergängen für die Sinne in der wunderschönen toskanischen Landschaft, kleine Fahrten in beeindruckende Städte und wir konnten in der Obhut unserer Betreuer unsere schwere Krankheit für einige Tage vergessen. Noch heute sehen wir die faszinierenden Bilder vor uns, schnuppern die wundervollen Düfte, hören die Vögel zwitschern, spüren wir diese Eindrücke von unserer Reise der Sinne noch ganz deutlich.

Nicht zu vergessen die wohltuenden Entspannungsübungen, wie autogenes Training oder Phantasiereisen im Gras unter der italienischen Sonne oder die total entspannenden Massagen mit Ölen vor dem prasselnden Kaminfeuer. Mit viel Eifer gaben wir uns der „Malerei“

hin und entdeckten ganz neue, bisher unbekannte kreative Seiten an uns. Aber auch unsere gemeinsamen Abende mit lustigen Spielen, an denen wir so viel und herzlich lachten durften, haben uns so gut getan.

Wir Krebspatienten aus diesem Pilotprojekt finden das Reisen mit der medizinischen und psychosozialen Betreuung eine wundervolle Idee. Es bietet Krebskranken die Möglichkeit ohne Ängste in Sicherheit und Geborgenheit aus ihrer alltäglichen, mit vielen Schmerzen und Sorgen ausgefüllter Umgebung heraus zu kommen und neue Kraft, Energie und Lebensmut zu tanken.

„Das Licht des Tages ...des Alltags ...des Lebens

Es ist spät geworden heut,
meine Gedanken kreisen und gehen zurück
über den Tag ...den Alltag ...das Leben.

Ist es nicht schön,
wenn wir uns begegnen
und die Augen im Gespräch
zum Mund erwecken?

Müssen wir nicht dankbar sein,
für die Momente, wo wir uns necken dürfen
und miteinander streiten können,
um auf den Kern zu kommen?

Und auch wenn wir uns einmal verletzen,
so schöpfen wir doch neue Kraft,
wenn wir einander verzeihen.

So traurig wie ich war, als Du gingst,
so freue ich mich auf das Wiedersehen,
auf das Licht des Tages ...des Alltags ...des Lebens.

CH