

Wenn das Leben um Hilfe ruft

Die Beratungs- und Begegnungsstätte „Stövchen“ in der Heiligengeiststr. 31 unterstützt bei der Rückkehr in ein selbstbestimmtes Leben.

Nicht immer zeigt sich das Leben von seiner sonnigen Seite. Manchmal legt es uns Steine in den Weg, bürdet uns existenzielle Not, Einsamkeit oder Krankheit auf. Manch eine Seele sucht Schutz in einer psychischen Erkrankung. Dann tut es gut, wenn jemand eine Hand reicht.

Die Erkrankung der Psyche ist nach wie vor ein gesellschaftliches Tabuthema. Sie stigmatisiert, sie diskriminiert und endet für viele Betroffene in der Isolation. Gegen die Berührungängste helfen zum einen eine fundierte Aufklärung, zum anderen braucht es Hilfsangebote, die Betroffene und Angehörige beraten und begleiten. In Lüneburg übernimmt dies seit über 35 Jahren die psychosoziale Kontaktstelle in der Heiligengeiststraße 31. „Stövchen“ heißt sie und wurde 1983 als Einrichtung des „Lebensraum Diakonie e.V.“ von Vertretern psychiatrischer und sozialer Institutionen gegründet. Sie versteht sich als Teil des Netzwerks psychosozialer Hilfen im Sozialpsychiatrischen Verbund des Landkreises Lüneburg. Mehr als zehn Jahre wird diese von Marlene Stierl geleitet. Sie und ihre Mitarbeiter haben dort einen geschützten Ort geschaffen, in dem eine überaus positive und zugewandte Atmosphäre herrscht. In dem immer gut besuchten „Stövchen“ herrscht ein fröhliches Miteinander, man begegnet sich auf Augenhöhe. Hilfe zur Selbsthilfe wird da konkret, wo Besucher dabei unterstützt werden, sich als „Peer-Berater“ in einer einjährigen Ausbildung zu

qualifizieren. Björn Schmiederer gehört zu diesen sogenannten Geneßungsbegleitern; er leitet im Stövchen die 14-tägige Männergruppe. Ganz gleich, ob ein Besucher nach einem Klinikaufenthalt den Weg in

leistet spontane Hilfe in Krisensituationen. Auch das vielfältige Aktivitäten-Angebot bildet einen wichtigen Rahmen für das soziale Miteinander: Es gibt eine Frauen- und eine Männergruppe, Achtsamkeitsübungen, Lese-



Stövchen-Leiterin Marlene Stierl und zahlreiche Ehrenamtliche wie Björn Schmiederer bieten ein vielseitiges Programm.

die Heiligengeiststraße findet, ob es Angehörige sind oder ein neuer Gast, der der Einsamkeit entfliehen möchte: Wer hereinkommt, darf sich wohlfühlen, darf auch seinen Eigensinn mitbringen. Nur eine Regel gilt es einzuhalten: der respektvolle Umgang mit seinen Mitmenschen. Wer das „Stövchen“ aufsucht, muss weder besondere Auflagen erfüllen, noch muss er über seine Diagnose sprechen. Stattdessen wird der Einzelne in seinen persönlichen Belangen unterstützt. Man leistet Hilfestellung bei der Suche nach einem Facharzt, bei der Vermittlung von Arbeitsplätzen oder Wohnungen,

Näh-, Garten-, Sing- und Gestaltungsgruppen. Man geht gemeinsam zum Schwimmen oder bewegt sich beim Nordic Walking oder Yoga. 14-tägig werden Ausflüge in Museen, ins Kino oder Konzertbesuche unternommen. Immer mittwochs um 11.00 Uhr geht es zum gemeinschaftlichen Großeinkauf mit anschließendem Kochen. Das Wochenprogramm ist unter www.stoevchen-lueneburg.de zu finden, geöffnet ist jeweils montags, ab 12.00 Uhr, dienstags ab 14.00 Uhr, mittwochs ab 11.00 und täglich bis 18.00 Uhr. Am Donnerstag und Freitag sind die Öffnungszeiten von 10.00 bis 17.00 Uhr.

Wenn das Leben um Hilfe ruft

Die Beratungs- und Begegnungsstätte „Stövchen“ in der Heiligengeiststr. 31 unterstützt bei der Rückkehr in ein selbstbestimmtes Leben.

Nicht immer zeigt sich das Leben von seiner sonnigen Seite. Manchmal legt es uns Steine in den Weg, bürdet uns existenzielle Not, Einsamkeit oder Krankheit auf. Manch eine Seele sucht Schutz in einer psychischen Erkrankung. Dann tut es gut, wenn jemand eine Hand reicht.

Die Erkrankung der Psyche ist nach wie vor ein gesellschaftliches Tabuthema. Sie stigmatisiert, sie diskriminiert und endet für viele Betroffene in der Isolation. Gegen die Berührungängste helfen zum einen eine fundierte Aufklärung, zum anderen braucht es Hilfsangebote, die Betroffene und Angehörige beraten und begleiten. In Lüneburg übernimmt dies seit über 35 Jahren die psychosoziale Kontaktstelle in der Heiligengeiststraße 31. „Stövchen“ heißt sie und wurde 1983 als Einrichtung des „Lebensraum Diakonie e.V.“ von Vertretern psychiatrischer und sozialer Institutionen gegründet. Sie versteht sich als Teil des Netzwerks psychosozialer Hilfen im Sozialpsychiatrischen Verbund des Landkreises Lüneburg. Mehr als zehn Jahre wird diese von Marlene Stierl geleitet. Sie und ihre Mitarbeiter haben dort einen geschützten Ort geschaffen, in dem eine überaus positive und zugewandte Atmosphäre herrscht. In dem immer gut besuchten „Stövchen“ herrscht ein fröhliches Miteinander, man begegnet sich auf Augenhöhe. Hilfe zur Selbsthilfe wird da konkret, wo Besucher dabei unterstützt werden, sich als „Peer-Berater“ in einer einjährigen Ausbildung zu

qualifizieren. Björn Schmiederer gehört zu diesen sogenannten Gene-sungsbegleitern; er leitet im Stövchen die 14-tägige Männergruppe. Ganz gleich, ob ein Besucher nach einem Klinikaufenthalt den Weg in

leistet spontane Hilfe in Krisensituationen. Auch das vielfältige Aktivitäten-Angebot bildet einen wichtigen Rahmen für das soziale Miteinander: Es gibt eine Frauen- und eine Männergruppe, Achtsamkeitsübungen, Lese-



Stövchen-Leiterin Marlene Stierl und zahlreiche Ehrenamtliche wie Björn Schmiederer bieten ein vielseitiges Programm.

die Heiligengeiststraße findet, ob es Angehörige sind oder ein neuer Gast, der der Einsamkeit entfliehen möchte: Wer hereinkommt, darf sich wohlfühlen, darf auch seinen Eigensinn mitbringen. Nur eine Regel gilt es einzuhalten: der respektvolle Umgang mit seinen Mitmenschen. Wer das „Stövchen“ aufsucht, muss weder besondere Auflagen erfüllen, noch muss er über seine Diagnose sprechen. Stattdessen wird der Einzelne in seinen persönlichen Belangen unterstützt. Man leistet Hilfestellung bei der Suche nach einem Facharzt, bei der Vermittlung von Arbeitsplätzen oder Wohnungen,

Näh-, Garten-, Sing- und Gestaltungsgruppen. Man geht gemeinsam zum Schwimmen oder bewegt sich beim Nordic Walking oder Yoga. 14-tägig werden Ausflüge in Museen, ins Kino oder Konzertbesuche unternommen. Immer mittwochs um 11.00 Uhr geht es zum gemeinschaftlichen Großeinkauf mit anschließendem Kochen. Das Wochenprogramm ist unter www.stoevchen-lueneburg.de zu finden, geöffnet ist jeweils montags, ab 12.00 Uhr, dienstags ab 14.00 Uhr, mittwochs ab 11.00 und täglich bis 18.00 Uhr. Am Donnerstag und Freitag sind die Öffnungszeiten von 10.00 bis 17.00 Uhr.