

## Bitte um Hilfe für Kranke

Morgen ist Welt-Lepra-Tag

**LÜDENSCHIED** • Für den morgigen Welt-Lepra-Tag ruft die Deutsche Lepra- und Tuberkulosehilfe (DAHAW) zum 57. Mal dazu auf, ihre Arbeit durch Spenden zu unterstützen. Die Aktionsgruppe Lüdenscheid um Christa und Joachim Woschke, die schon seit vielen Jahren das weltweite Engagement des Hilfswerks mittragen und sich ganz besonders für die Lepraarbeit, Tuberkulose- und AIDS-Hilfe im Partnerschaftsprojekt in Sierra Leone einsetzt, weist darauf hin, dass die Lepra-Problematik angesichts von rund 250 000 Neuerkrankungen pro Jahr immer noch hochaktuell ist. Fast vier Millionen Menschen müssten mit den für diese Krankheit typischen Verstümmelungen leben, sind damit Stigmatisierung und Diskriminierung ausgiebter.

Medizinisch sei Lepra heute vollständig heilbar – sofern diese rechtzeitig erkannt und behandelt werde. Viel schwerer wiegt oft die Ausgrenzung vom gesellschaftlichen Leben. Wenn die Diagnose „Lepra“ bekannt werde, würden die Erkrankten heute immer noch ausgestoßen. Da es immer noch Vorurteile gegen diese Krankheit gebe, verlor sie Angehörige ihre Arbeit, und die Kinder würden von der Schule gewiesen.

Jeder zehnte neue Lepra-Patient ist ein Kind. Joachim Woschke sagt, die DAHW möchte den Betroffenen klar machen, dass Lepra keine Strafe Gottes, sondern dank der Antibiotika-Therapie vollständig heilbar und nicht mehr ansteckend sei.

Seit der Zeit, als Pater Damian De Veuster – seit Oktober 2009 Schutzheiliger der Leprakranken – vor 120 Jahren sein Leben den Leprakranken auf der Insel Molokai, einer Endstation für Ausgesetzte, opferte und selbst an Lepra starb, hat sich also viel getan. In den DAHW-Projekten werden Lepra-Kranke nicht nur geheilt, sondern geheilte Patienten erhalten auch die Möglichkeit, sich – zum Beispiel durch die Vergabe günstiger Kredite – eine Existenz aufzubauen. Behinderte werden gezielt gefördert. Um weiterhin Hoffnungsträger für Millionen von Menschen sein zu können, ist die DAHW dringend auf Unterstützung angewiesen, zumal sie nicht nur ein medizinisches Hilfswerk ist, sondern den geheilten Menschen auch in ihren eigenen Einrichtungen und Werkstätten zur Wiedereingliederung bzw. zu einer Ausbildung verhilft.

Die Aktionsgruppe Lüdenscheid freut sich, dass die katholischen Gemeinden der Stadt am Welt-Lepra-Tag wieder ihre Türkollekten für die vielen Bedürftigen und Kranken zur Verfügung stellen, die auf die Hilfe der DAHW hoffen. Zusammen mit der DAHW bitten sie um Spenden für diese Kollektiven. Die Arbeit der DAHW kann auch durch Einzahlungen auf deren Konto Nr. 3 53 00 03 bei der Sparkasse Lüdenscheid (BLZ 458 500 05) unterstützt werden.



Hans Liebelt (vorne links) mit den Teilnehmern seines zweiten Kurses in der neuen Atem- und Sprechschule in Lüdenscheid: Hendrik Wunderlich, Magnus Stocker, Selcuk Can, Uwe Schlemo (hintere Reihe v.l.) sowie Colin-Vincent, Lucas Hamel und Jan-Niklas (vordere Reihe v.r.). • Foto: Cörlitzer

# Wenn das Sprechen zu einer großen Leistung wird

Sieben Betroffene erzählen, wie ihr Stottern sie im Alltag belastet. In der Atem- und Sprechschule von Hans Liebelt lernen sie, dagegen anzugehen

Von Bettina Cörlitzer

**LÜDENSCHIED** • „Wenn ich da stehe und mich alle Leute angucken, ist das doof.“ Colin-Vincent ist zehn Jahre alt und hatte bisher oft Angst, vor anderen Leuten zu sprechen, denn er stottert. Er hat seine eigene Methode entwickelt, damit umzugehen: „Wenn ich mal zu McDonalds gehe und bestellen will, habe ich früher immer einen Zettel abgegeben, auf dem stand, was ich wollte.“ Das erzählt er inzwischen zwar mit ein paar Pausen, um seine Atmung zu kontrollieren, aber dennoch fließend, fast komplett ohne zu stottern. Er ist einer von sieben Teilnehmern des zweiten Kurses der Atem- und Sprechschule von Hans Liebelt, die seit Jahresanfang an der Augustastraße ihren Sitz hat.

Die Teilnehmer sind so unterschiedlich, wie die Orte, aus denen sie kommen. Colin-Vincent ist aus Wilfrath. Die weiteste Anreise hatte Magnus Stocker, 18-jähriger Koch aus Tirol. Uwe Schlemo kommt aus Eversbach bei München. Er ist 43 Jahre alt und hat in seinem Beruf als Patentprüfer viel mit Menschen zu tun, beispielsweise auch bei Gerichtsverhandlungen. Jan-Niklas ist erst neun Jahre alt und wird von seiner Mutter begleitet. Hendrik Wunderlich kommt aus Dortmund und besucht seit 2006 immer wieder Kurse von Hans Liebelt. Selcuk Can ist 25 Jahre alt und lebt in Gelsenkirchen. Der einzige Lüdenscheider unter den Kursteilnehmern ist Lucas Hamel. Der 18-Jährige besucht die Jahrgangsstufe zwölf am Zepelin-Gymnasium und möchte nach dem Abitur Medizin oder Chemie studieren. Alle sieben sind in unterschiedlichen Stadien ihres Trainings – oder ihres Kampfes gegen das Stottern.

Colin-Vincent muss sich immer wieder neu auf seine Atmung konzentrieren. Er setzt sich aufrecht hin, stemmt die

Hände in die Seiten und beginnt erst nach einigen Atemzügen zu sprechen. Wenn er merkt, dass ein Satz nicht sauber herauskommen will, hält er inne und beginnt nach einer Atempause von vorn. Der temperamentvolle Junge erzählt gern und meldet sich immer wieder zu Wort. Seine Zuhörer in der Gruppe ist es egal, wenn er ein wenig mehr Zeit braucht. Und so berichtet er selbstbewusst, wie es ihn unter Druck setzt, wenn die Lehrerin mehr mündlichen Einsatz von ihm fordert oder gar etwas zu schimpfen habe. Dann werde das Stottern ganz schlimm, nach einem Lob „rede ich eine halbe Stunde flüssig, aber danach ist es dann wieder vorbei.“ Auch mit Freunden ist es für den Jungen nicht einfach: „Ich traue mich gar nicht mehr raus.“ Umso größer ist seine Hoffnung auf das Training.

**Angst und Konzentration passen nicht zusammen**

Motivation findet er direkt in der Gruppe: Wenn Hendrik Wunderlich spricht, wirkt das ein wenig bedächtig, aber keineswegs so, als müsse er gegen ein Stottern ankämpfen. Das sei vor einigen Jahren noch ganz anders gewesen, erzählt er. Die Arbeit mit Logopäden habe gar nichts gebracht, erst das „ganzheitliche Training“ mit Hans Liebelt habe ihm geholfen. Jetzt kommt er immer

wieder, um die Atem- und Sprechtechniken aufzufrischen. Auch für Uwe Schlemo war es wichtig, zu lernen, mit seinen Ängsten vor dem Sprechen umgehen zu lernen: „Als Stotterer baut man einen Panzer auf. Zum eigenen Sprechen zu kommen, ist schon eine Leistung.“ Lucas Hamel erzählt, wie sehr ein Vortrag in der Schule zur Last werden kann – schon etliche Tage vorher kreisen die Gedanken nur noch um das eigene Versagen. Er macht inzwischen den zweiten Kurs und weiß, dass es ein wesentliches Ziel ist, sich selbst von der Sprechangst abzulösen. Dann gelinge es, sich auf die Atmung und die nächsten gesprochenen Sätze zu konzentrieren. „Angst und Konzentration sind inkompatible Dinge“, sagt er.

Magnus Stocker hat eine Spiegelfeder in den Händen, um seine Atmung zu kontrollieren. „In Tirol gibt es so ein Angebot nicht“, erklärt er seinen Ausflug nach Lüdenscheid. Er habe schon vieles ausprobiert, was ihm nicht geholfen habe. Jetzt ist ihm die Konzentration beim Sprechen zwar anzumerken, aber er erzählt fließend. Der junge Mann hat große Pläne – eine Weltreise, Arbeiten in Australien. Und wer in einer Fremdsprache zurecht kommen möchte, kann das Stottern noch weniger brauchen. Für Selcuk Can ist es ein tolles Erlebnis, ohne Probleme in einem Café etwas bestellen

## Stottern

Als Stottern bezeichnet man wiederkehrende Unterbrechungen und Unflüssigkeiten im Sprechablauf, wenn sie über normale Verspacher und Pausen hinausgehen. Beim Stottern sind Redefluss und Sprechrhythmus gestört, so dass sich eine Kommunikationsstörung entwickeln kann. Die Ursachen für das Stottern sind nicht eindeutig geklärt. Da Stottern familiär gehäuft auftritt, gibt es vermutlich eine genetische Veranlagung. Auch kann Stottern posttraumatisch, also nach einem schwer wiegenden Lebensereignis, oder auch infolge von Furcht, Angstlichkeit und Nervosität auftreten. Das Stottern verstärkt sich, wenn der Stotternde gehänselt oder wenn seiner Störung zu viel Aufmerksamkeit geschenkt wird. (www.netdoktor.de)

zu können. Die Ursachen für ihr Stottern können die wenigsten konkret benennen. Sie wissen, wann es angefangen hat, und können so mutmaßen, dass es ein auslösendes Moment gab. Das entspräche den weit verbreiteten Thesen, erklärt Liebelt. Colin-Vincent erzählt, dass er im Kindergarten oft Ärger bekommen habe und in dieser Zeit mit dem Stottern begonnen habe. Auch Hendrik Wunderlich weiß von seinen Eltern, dass er plötzlich mit drei Jahren damit anfing. Lucas Hamel erzählt, dass ihm als kleiner Junge Zähne gezogen wurden und sein Opa sagt, danach habe das Stottern begonnen.

Aber egal, woher es kommt, alle sieben haben ihr Training mit viel Ehrgeiz absolviert – und das Gelernete bereits in der Praxis umgesetzt. Denn zum Seminar gehört es auch, unter Menschen zu gehen, beispielsweise in ein Geschäft, und Fragen zu stellen, ohne zu stottern.

Weitere Infos gibt es im Internet unter [www.stop-stottern.de](http://www.stop-stottern.de).

# „mach was...“: Neue Kurse beginnen

Verein an der Kronprinzenstraße bietet im Februar eine „Schnupperwoche“ an

**LÜDENSCHIED** • Bevor am Montag, 15. Februar, das neue Kurs-Halbjahr des Vereins „mach was...“ beginnt, öffnet das Unterrichtsteam in der Woche vom 8. bis zum 12. Februar die Türen zum kostenlosen Schnupperkurs in allen wöchentlichen Kursen.

Diese Schnupperwoche, so heißt es in der Einladung, bietet allen Interessierten die Möglichkeit, die Kursangebote unverbindlich zu testen, sich die Unterrichtsatmosphäre im „mach was...“ anzuschauen und die Dozenten kennenzulernen.

Der Kulturverein an der Kronprinzenstraße 3 bietet nun seit mehr als 25 Jahren ein breites Bewegungsprogramm mit etwa 30 wöchentlichen Tanz-, Fitness- und Gesundheitskursen für Kinder, Jugendliche, Erwachsene und Senioren – sowohl für Anfänger als auch für Fortgeschrittene. Jazz Dance, Hip Hop, Steptanz, Kindertanz, Kinder-Kung-Fu, Fitness, Wirbelsäulengymnastik, Feldenkrais, Tango Argentino gehören zum neuen Programm. Das druckfrische Programmheft kann kostenlos und unverbindlich beim Verein angefordert werden unter Tel. 0 23 51 / 98 39 83.

Laut „mach was...“ sind etliche neue Kurse im Angebot. Auch in den bereits bestehenden Kursen seien neue Teilnehmer willkommen, solange noch Plätze frei sind.

In der Schnupperwoche werden folgende Kurse neu eingerichtet: „Gymnastik für Frauen nach Brustkrebs“, Montag 19 bis 20 Uhr; „Kid Kune Do – Kung Fu für Kinder vier bis sieben Jahre“, Dienstag 15.15 bis 16.15 Uhr; „Steptanz 50+“, Dienstag

16.30 bis 17.30 Uhr; „fit@dance – Tänzerisches Fitnessstraining“, Dienstag 19 bis 20 Uhr; „Feldenkrais-Bewusstheit durch Bewegung“, Mittwoch 11.15 bis 12.15 Uhr; „Dance Kids ab fünf Jahren“, Mittwoch 16 bis 17 Uhr; „Dance Kids ab neun Jahren“, Mittwoch 17.15 bis 18.15 Uhr; „Hip Hop Teens ab 14 Jahren – Fortgeschrittene“, Donnerstag 16.30 bis 17.30 Uhr; „Feldenkrais-Bewusstheit durch Bewegung“, Donnerstag 20.15 bis 21.15 Uhr; „Energy Moves – Tanz, Fitness und Brain Gym“, Freitag 10 bis 11 Uhr.

Diese und alle anderen Kurse können in der Schnupperwoche kostenlos besucht werden. Wer unsicher ist, welcher Kurs für ihn geeignet ist, kann sich unter Tel. 0 23 51 / 98 39 83 oder 0 23 51 / 86 20 75 von Christel Schulte, der pädagogischen Leiterin des „mach was...“, beraten lassen.

Die Kursusphase, die am 15. Februar beginnt, dauert 20 Unterrichtsstunden bis zu den Sommerferien am 16. Juli. Wer im „mach was...“ einen Kursus bucht, darf innerhalb einer Kursusphase versäumte Unterrichtsstunden in anderen Kursen nachholen, so dass das regelmäßige Bewegungstraining gewährleistet ist. Dies sei zum Beispiel interessant für Teilnehmer, die im Schichtdienst tätig sind und zu wechselnden Zeiten in der Woche Freizeit haben, aber auch Urlaubs- und Krankheitszeiten können so nachgeholt werden.

Die Kurse aus dem Bereich Gesundheitssport werden laut Pressemitteilung übrigens von einigen Krankenkassen als Präventionskurse anerkannt.

# Terminplan prall gefüllt

Frauen-Kompanie der LSG wählt für zwei Jahre ihren „Zehner-Kreis“

**LÜDENSCHIED** • Die Mitglieder der 5. (Frauen-)Kompanie der Lüdenscheider Schützengesellschaft trafen sich jetzt zum ersten Stammtisch im neuen Jahr im Blumenzimmer der Schützenhalle.

Die Frauen und Kompanieführerin Heike Isenberg hatten eine umfangreiche Tagesordnung abzuarbeiten. Nach einem ausführlichen Jahresrückblick wählten sie den „Zehner-Kreis“ neu, der die Aktivitäten der „Fünftiner“ organisiert. Diesem Gremium gehören für die nächsten zwei Jahre folgende neun Frauen an: Margot Bockemühl, Antje Buschinski, Bettina Göldner, Regina Heß, Claudia Isenberg, Heike Meyer, Ulla Ostermann, Edith Schulte und Regina Weiland.



Der „Zehnerkreis“ der 5. LSG-Kompanie besteht aus diesen neun Frauen.