

An alle Interessierte

## Lebenshaus Rundbrief

Liebe Mitglieder und Freunde!

Am 2.3.2019 ist es wieder soweit. Unser Inseltag findet statt. Schon wieder ist ein Jahr herum. Ist es Ihnen und Euch auch so vorgekommen, als sei es rasend schnell vergangen? Manchmal hat man das Gefühl, man kommt gar nicht mehr hinterher – es werden immer mehr Leistungen gefordert, gefühlt hat man immer weniger Zeit dafür, die Welt dreht sich schnell, zu schnell manchmal. Viele geraten in solchen und ähnlichen Situationen in einen Strudel. Und irgendwann ist das Maß voll. Zusammenbruch! Diagnose „Burnout“. Doch was ist das, dieses Burnout? Welche Anzeichen gibt es, was kann ich tun, wie „geht das wieder weg“...?!? Dieser Frage wollen wir an unserem Inseltag auf den Grund gehen. Wir haben dazu Prof. Dr. Dr. Andreas Hillert, Chefarzt der Psychosomatik der Schön-Klinik Prien eingeladen, der uns zum Krankheitsbild berichten wird und für Fragen zur Verfügung steht.

\*\*\*\*\*

### Aktuelles aus dem Lebenshaus Siboling:

Wir sitzen gemütlich am Esstisch, die Kerze flackert, der Ofen knistert und knacken Walnüsse, von denen wir 2018 überreich geerntet haben. Die „Rockerin“ sagt zum „Naturkind“ : „, Alles is Scheiße, mein Ex lass ich umlegen des schwör ich dir...brauch blos mei Rockergang oruafa , de kemman sofort.“ „Naturkind“ schweigt...“ „Ja glabst as ned? Mei Nosn is scho viermoi brocha, Schlägan kehrt oafach dazua. Brachst ned glam dass i mi ned wehrn ko nur wei i so kloa bin...“ Grüne lange Krallenfingernägel, böser Blick nach unten verstärken ihre Worte.

Darauf reagierten wir nicht und nach ein paar Tagen brach die ganze Geschichte aus ihr heraus. Und ich konnte sie mit ganz anderen Augen sehen als ich die Mauern erkannte die sie aufbauen musste durch ein Leben ohne die Liebe einer Mutter , die Zuwendung eines Vaters....Party, Alkohol , Fluchen ...das ist vertraut. Wir sind stolz auf sie, dass sie sich auf uns eingelassen hat, nachdem alles wegbrach und sie obdachlos wurde. Noch nie hat ein Gast sich in ein paar Wochen

so verändert. Ihr Gesicht begann sich sichtbar zu entspannen. Einfach da-sein, Stadt-Land-Fluss spielen, Tee trinken, dazu gehören. Zum Abschied vor Weihnachten sagte ich ihr dass ich sie vermissen werde. Sie fragte drei mal nach, ob ich das wirklich so meine. Und Ja – ich vermisse sie. Zeitgleich hat uns auch die zweite Bewohnerin, die seit September ein Zimmer hatte verlassen. Die kreative 25jährige Buchbinderin war eineinhalb Jahre mit Fahrrad und Zelt in Europa unterwegs . Irgendwie blieb sie im Reisemodus und wollte wissen wie s anders weitergehen könnte. Viele Fragen fanden eine Antwort, manche bleiben offen. So ist das Leben. Auch unser langjähriger dritter Gast nabelt sich allmählich ab. Wir wissen noch nicht ob er nach dem derzeitigen Klinikaufenthalt zurück kommt. Hoffentlich schon!

Danke Euch allen für ihre Unterstützung! Dank Euch gibt es das Lebenshaus.

*Julia und Jörg Backsen und der Vorstand*

An dieser Stelle möchten wir einmal einen stillen Unterstützer unseres Lebenshauses erwähnen. Andreas „Andi“ Schindler. Er gestaltet unsere Website, die Flyer, aktualisiert unsere Fotos und Ereignisse....! Andi ist in Rosenheim aufgewachsen. Nach dem Abitur hat er Grafikdesign in Augsburg studiert. Die Liebe verschlug ihn nach Sigmaringen, seine Anja hat er geheiratet und sie haben drei Kinder. Nun wohnen sie in einem idyllischen Dorf 10 km nördlich von Sigmaringen in einem alten Bauernhaus. Andi ist selbständig, spielt leidenschaftlich gerne Geige (bei den „Heubergern“) und seit kurzem „Profioipa“.

Lieber Andi! Wir sagen herzlich „Danke“ für Dein Tun, was uns/ dem Lebenshaus eine großartige Unterstützung ist.

