

Achtes „Schwimmwesten-Wochenende“

für Mütter rheumakranker Kinder und
Jugendlicher
15.09. bis 17.09.2017
Vital-Hotel, Bad Lippspringe



Ein für viele Frauen besonders wichtiges Projekt ist seit Jahren das Auszeit-Wochenende für Mütter chronisch kranker Kinder. Der Name „Schwimmwesten-Wochenende“ ist nicht nur aufgrund des Thermalbades Programm. Er bedeutet auch, dass Mütter zwischenzeitlich an sich selbst denken müssen, um gesund zu bleiben und auch weiterhin kraftvoll für ihre Familie da sein zu können.

Zwei Mütter berichten von ihren diesjährigen Erfahrungen:

Auszeit für Mütter

Der Bundesverband Kinderrheuma e.V. hatte angeboten: „Ein Wochenende zum Auftanken, damit Sie auch weiterhin in der Lage sind, für ihre Kinder und ihre Familie eine kraftvolle Persönlichkeit zu sein“, so hieß es im Ausschreibungs-Flyer.

Rund zwanzig Frauen, davon die meisten schon „alte Häsinnen“ beim jährlichen Schwimmwesten-Wochenende, waren der Einladung gefolgt und erlebten ein entspanntes Wochenende im östlichen Westfalen.

Und nun soll ich einen persönlichen Bericht von meinen Eindrücken schrei-

ben. Puh, was schreib´ ich nur? Ich bin nach sechs Jahren Berufspause ziemlich aus der Übung, was das „Texte formulieren“ angeht! Na ja, versprochen ist versprochen und wird auch nicht gebrochen...

Also, vielleicht so...

Mein persönliches Schwimmwesten-ABC:

- A** Allein – Auftanken – Atem holen
- B** Bad Lippspringe – Brötchen zum Frühstück – Baden und Schwimmen im warmen Thermalwasser
- C** Cocktail in der Hotelbar – ist ausgefallen wegen Müdigkeit
- D** Dankbarkeit, so ein Wochenende erleben zu dürfen
- E** Essen – hält Leib und Seele zusammen und ist auch noch sehr lecker! Kochen und Küche sauber machen fällt aus! Und mittags gibt's mal Pommes beim örtlichen Metzger, die leckertesten, die ich je gegessen habe....ungelogen!
- F** Familie – begleitet mich in Gedanken und Gesprächen
- G** Gemeinschaft - Glücksmomente
- H** Heilwasser habe ich mir an der Arminius-Quelle abgezapft; schmeckt gar nicht so schlecht!
- I** Individualität
- J** „Ja, wir schaffen das!“
- K** Kranke Kinder – fast immer im Focus – heute sind die Mamas dran
- L** Landesgartenschau – Wäre bestimmt mal ein lohnenswertes Ziel für einen Kurzurlaub mit der

- ganzen Familie – demnächst, wenn der Eintrittspreis hoffentlich familienfreundlicher wird!
- M** **Massage** - Herrlich!
- N** **Naturmoorfango** – eine Wohltat für den belasteten Rücken
- O** „Oh, ist das schön hier!“
- P** **Papa Friedhelm** „allein“ zu Haus (mit Rheumakind Estella, 3 Jahre alt, Zwillingsschwester Emilia, und großem Bruder Jona, 6 Jahre alt)
- Q** **Quellen** gibt's hier so einige: Lippe- und Jordanquelle und die beiden Heilquellen Arminius- und Liboriusquelle
- R** **Ruhe, Ruhe, Ruhe** - suche ich und finde ich (na ja, mit kleinen Einschränkungen – selbst schuld, wenn ich mich unter die kleinen Badegäste, die nachmittags die Therme erobern, mische; und auch wir Frauen können ganz schön laut sein, was natürlich hauptsächlich an dem voll verglasten und damit akustisch schlecht gedämmten Restaurant lag – grins!)
- S** **Spazieren** gehen durch schöne Wohngebiete, Wald, gemütliche Einkaufsstraßen und wasserreiche Parks – wunderbar!
- T** **Teuer** war das Wochenende dank des großzügigen Zuschusses des Bundesverbandes Kinderreuma nicht
- U** **Urlaub** im Kleinformat – gerne wieder
- V** **Verwöhnen** lassen
- W** **Westfalenterme** – ein bisschen in die Jahre gekommen und manches in Hochglanzoptik an-

gepriesene Wellness-Element eher bescheiden in der Realität, aber trotzdem sehr schön und praktischerweise direkt am Hotel; für etliche der Teilnehmerinnen waren die Saunen das Entspannungshighlight

X ...jetzt fällt mir aber wirklich nichts ein...

Yäähh...

Z **Zimmer** – sehr gemütlich und das Beste: Nur für mich!

Simone Peters

Das Schwimmwesten- Wochenende...

...hat mir sehr gut gefallen. Obwohl es eine komplett fremde Gruppe war, hatte ich nach kürzester Zeit das Gefühl dazu zu gehören. Außerdem fand ich es toll, wie unkompliziert ich bei Dagmar und Britta mitreisen konnte. Ich hatte zum ersten Mal überhaupt, die Gelegenheit mich auszutauschen. Es tat gut andere Erfahrungsberichte zu hören. Zum einen ist es immer hilfreich, zu wissen, dass man nicht alleine ist und zum anderen, dass uns die gleichen Sorgen und Nöte umtreiben.

Ich fand es für mich wichtig Pias Rheuma mal einordnen zu können. So viele Fragen standen für mich im Raum: Bekommen andere Kinder die gleichen Medikamente oder mehr oder weniger? Wie "schlimm" ist es bei ihr überhaupt? Bisher hatte ich keine Vergleichsmöglichkeit.

Deutlich wurde: Manchen Kindern geht es besser, anderen schlechter, aber Sorgen machen wir uns wohl alle gleich viele. Ich hadere noch immer mit dem Enbrel, bin aber froh zu wissen, dass es anderen Eltern genauso geht. Genauso ist es mit Pias Uveitis. Ich bin froh, dass wir es bei ihr immer so frühzeitig feststellen und wir es gut im Griff

haben. Jetzt weiß ich, was passiert, wenn man dieses Glück nicht hat.

Abgesehen von den positiven Effekten netter Gespräche über Rheuma und auch über viele andere Dinge, war ich zum ersten Mal seit elf Jahren alleine von zuhause fort. Und es war wunderschön sich in netter Umgebung und bei leckerem Essen keine Gedanken über die Alltagsorgen machen zu müssen. Alleine ausschlafen... :)

Ich hoffe sehr, dass dieses Wochenende im nächsten Jahr wieder stattfinden kann. Ich wäre auf jeden Fall wieder mit dabei.

Sabrina Beckmann



„Also wirklich nur das nötigste Gepäck!“ - haben zwei Frauen für die zwei Übernachtungen eingepackt ☺