

Herzrettertag der drei Altstadt-Hauptkirchen Kurse und ein buntes Programm

Was mache ich im Ernstfall bei einem Herz-Kreislauf-Stillstand? Welche Schritte leite ich ein? Wo finde ich einen Defibrillator und wie funktioniert er? Manchmal kommt das Herz ganz real aus dem Takt. Dann braucht es beherztes Eingreifen. Im Juni gestalten die drei Hauptkirchen St. Petri, St. Katharinen und St. Jacobi gemeinsam mit den „Herzrettern“, der Hundestaffel des DRK und zahlreichen weiteren Akteuren einen Tag rund um das Thema Erste Hilfe mit einem bunten Programm in und um die Petrikirche. Beim Herzrettertag lernen Kinder, Jugendliche und Erwachsene, Warnzeichen zu erkennen sowie das richtige Verhalten im Notfall. Dafür bieten die Herzretter über den Tag verschiedene Kurse für Erwachsene (120 Minuten) und in altersgerechter

Weise auch für Jugendliche ab 9 Jahren (90 Minuten) und Kinder ab fünf Jahren (60 Minuten) an. Für diese Herzretter-Kurse ist eine Anmeldung erforderlich. Das Anmeldeformular finden Sie unter www.sankt-petri.de. Wir bitten Sie, es ausgefüllt zu mailen an herzretter@sankt-petri.de oder per Post an das Kirchenbüro von St. Petri zu schicken. Die Kosten für die Schulung betragen 20 Euro für Erwachsene und 10 Euro für Kinder. Die Kursgebühren werden Ende Mai erhoben.

Ab 12 Uhr gibt es zusätzlich ein vielseitiges Programm in und um St. Petri herum. Unter anderem demonstriert die Suchhundestaffel des Deutschen Roten Kreuzes ihr Können mit Suchübungen in St. Petri. Außerdem gibt es einen Rettungswagen zum Anfassen, Defibrillator-Demonstrationen, Kontaktmöglichkeiten, Spiele, Aktionen und kulinarische Angebote.

Samstag, 8. Juni

Anmeldeschluss zu den Kursen am 17. Mai

Was die Seele berührt Ein innerer Standortwechsel

Eine Klientin war in meine Beratung gekommen, weil sie sich sehr belastet fühlte durch ihre vielen Aufgaben und das Leid in ihrem persönlichen Umfeld. In einer der Stunden habe ich ihr vorgeschlagen, ein Bild zu malen zu ihrer Lebens-, sozialen und beruflichen Situation und sie mit einer Phantasiereise eingestimmt. Sie sollte vor ihrem geistigen Auge innere Bilder einer Landschaft mit Bäumen ihrer persönlichen Situation entstehen lassen, sich in der Landschaft umschauen und schließlich einen Baum auswählen, auch in ihn hineingehen, ihn spüren und aus seiner Perspektive in das Umfeld schauen.

Auf dem Bild, das sie anschließend malte, hat sie sich als verbrannten Baum dargestellt mit nur zwei grünen Blättern an den wenigen Ästen, der einsam an einer kargen Klippe im Wind stand, vor ihr eine Meeresbucht und weit im Hintergrund eine Insel oder Landzunge mit einem grünen, saftigen Wald. Bei der Bildbesprechung erzählte sie, dass der verbrannte Baum einfach vor ihrem inneren Auge erschienen ist und dass er sehr gut zu ihrer Gesamtsituation passe. Sie wäre von Kindesbeinen an dafür zuständig, ihren Nächsten bei deren Seelennöten zur Seite zu stehen und deren Schmerzen mit zu ertragen – vor allem die des Vaters, der im Krieg schwer traumatisiert worden und darüber verhärtet war. Darin wäre sie sehr erfahren und gut. Voll Sehnsucht hätte sie vom Baum aus zu dem Wald auf der anderen Seite des Wassers geschaut, doch sie dürfe die Angehörigen nicht im Stich lassen

und auch das Wasser schrecke sie.

Ich habe sie eingeladen, noch einmal die Augen zu schließen und in ihrer Phantasie einmal der Sehnsucht zu folgen und sich in den Wald zu begeben und sie hat die Einladung angenommen. Ich konnte zusehen, wie sich die Gesichtszüge der Frau entspannten und sie tiefer und ruhiger zu atmen begann. Im Wald, so erzählte sie später, hätte sie sofort die kühle Luft und das helle Grün genossen. Und die Vögel hätten gesungen. Da war ein tiefer Frieden und sie würde sich sehr gestärkt fühlen.

Ich war berührt mitzuerleben, wie die kleine Erlaubnis seiner Sehnsucht zu folgen manchmal reicht, zu sich zu kommen.



Maria Jansen ist Gestalttherapeutin und arbeitet als psychologische Fachberaterin im BSZ.

*Das BSZ – ein offenes Ohr für Sie, jeden Tag und anonym
www.bsz-hamburg.de*