



Entdecken neugierig die Welt: Die allerjüngsten Gäste im Bernauer Gesu-Point mit ihren Müttern. Das Stillcafé erfreut sich großer Beliebtheit. Foto: MOZ/Sergej Scheibe

Groß und Klein im Gesundheitstreff

Von Brigitte Horn

Bernau (MOZ) Gesundheitsförderung, Aufklärung und Sozialberatung - beim Gesu-Point in Bernau fängt das schon bei den Allerkleinsten an. Das Stillcafé ist ein gut besuchtes Forum. Es gibt aber auch Angebote für die Jugend und Familien sowie Pflegebedürftige und Pflegenden.

Während bei dem klirrenden Frost sich jeder nur dick verpackt und möglichst kurz ins Freie begibt, ist es hinter den großen Scheiben des Gesu-Points in Bernau angenehm warm und gemütlich. Auf weichen Matten und Decken haben sich junge Mütter mit ihren Babys niedergelassen. Die Kleinen strampeln und nehmen vorsichtig Kontakt mit ihresgleichen auf. Indessen plaudern die Mütter angeregt, wie es bei ihnen mit dem Stillen klappt, wie man es schafft, dass die Kleinen durchschlafen, was man beim Zahnen macht und, und, und.

Schwester Ines vom Krankenhaus Bernau begleitet den Treff, beantwortet Fragen, zum Beispiel wie es mit der Ernährung nach dem Abstillen nach einen halben oder einem Jahr weiter gehen kann. Ob es eine goldene Regel gibt? Auf den Mutterinstinkt hören, ist man sich in der Runde einig. Wichtig sei auch der Erfahrungsaustausch der Mütter untereinander, weiß Schwester Ines. Das Stillcafé, das es seit August 2008 jeden Montag von 10 bis 12 Uhr gibt, bietet den Kindern Kontakt untereinander, was besonders wichtig sei, wenn die Kinder schon früh in die Kita kommen, sagt Sabrina Brieke und schaut liebevoll auf ihr Baby. Es ist auch eine Form des Ausspannens, meint die junge Mutti Nadine Steinicke. Dazu bereiten die Mitarbeiter des Gesu-Points Kaffee und Tee vor, sorgen für Kuchen und Kekse als Rahmen für die Mütterrunde.

Eine Etage höher gibt es Kurse für Jugendliche, aber auch Kochkurse für Babykost. Hinzu kommt das Thema Familienpaten. Das füllt schon einen dicken Ordner. Derzeit gibt es 19 ehrenamtliche Paten, die jeweils zwei bis drei Familien betreuen und insgesamt auf die gesunde Entwicklung von 46 Kindern achten. Nicht selten macht das Krankenhaus den Gesu-Point darauf aufmerksam, wenn eine junge Familien oder Alleinerziehende Hilfe und Betreuung brauchen. "Bevor die Paten aber beginnen, gibt es dazu eine Qualifizierung", erklärt Adelheid Reimann, Geschäftsführerin im Gesu-Point. "Dazu kommen sie ein paar Mal jeweils freitags zu uns." Während relativ viele bereit sind, eine Familienpatenschaft zu übernehmen, sei es nicht einfach, sie für die Qualifizierung zu begeistern. Dies sei aber nun mal unerlässlich.

In dem Zuge macht die Geschäftsführerin darauf aufmerksam, dass der Gesu-Point für Jung und Alt da sei. So gebe es seit kurzem die Selbsthilfegruppe "Pflegerische Angehörige". Einmal im Monat kann man sich austauschen, zum Beispiel über den Umgang mit Demenz, erklärt Gesundheitsberater Klaus-Jürgen Buhle. Und oft seien die Pflegenden auch überfordert. Da helfe es schon eine Menge, wenn man in neutraler Umgebung über die Probleme reden kann.

Der nächste Treff der Selbsthilfegruppe findet am 4. Februar von 14 bis 16 Uhr in den Räumen von Gesu-Point im Forum an der Zepernicker Chaussee zum Thema "Richtiger Umgang mit Demenzkranken - wie Sie schwierige Situationen meistern" statt. Im Märztreffen stehen "Tipps und Hinweise zum rückenschonenden Lagern, Heben und Tragen" auf dem Programm. Weitere Themen werden in diesem Jahr unter anderem noch die Leistungen der Krankenkassen im Pflegebereich, Ernährungshilfe für bettlägerige Personen oder Betreuungsverfügung und Vorsorgevollmacht sein.

Informationen und Anfragen unter der Rufnummer 03338 750100, E-Mail: beratung@gesukom.de und Internet: www.gesukom.de. Die Räume des Gesu-Point befinden sich an der Zepernicker Chaussee 7 in Bernau.

Dienstag, 26. Januar 2010 (06:56)

Quelle: <http://www.moz.de/index.php/Moz/Article/category/Bernau/id/312894>