

Meine abenteuerliche Reise **ins** **Reha-Wunderland**

geschrieben von
Andrea Sader

(Malerin, Bildhauerin, Schriftstellerin oder einfach nur Verrückte...)

***Vorsicht! Kann Spuren von Nüssen enthalten!

Inhalt

Über die Autorin

Prolog - Wie kam es zur Reise

Kapitel I - Die Anreise

Kapitel II - Quarantäne

Kapitel III - Erste Schritte

Kapitel IV - Untersuchungen

Kapitel V - Imagination & PMR

Kapitel VI - Schwimmen

Kapitel VII - Nonnen & andere Wunder

Kapitel VIII - Küche & Service

Kapitel IX - Einkaufskunst

Kapitel X - Akustische & Kulinarische Torturen

Kapitel XI - Axt & Aquarell

Kapitel XII - Ernährung & Sport

Kapitel XII+I - Postalisches

(XII+I, weil die 13 in unserem Kulturkreis gemeinhin verpönt ist...)

Kapitel XIV - Quoten-Mann & Aufmerksamkeit

Kapitel XV - Irrungen & Wirrungen

Kapitel XVI - Wochenende

Kapitel XVII - Blaue Eier & Sauerkraut

Kapitel XVIII - Lob & Tadel

Kapitel XIX - Wäsche & Kohlrouladen

Kapitel XX - Nichts klappt, nur die Tür

Kapitel XXI – Odeur & Bukett

Kapitel XXII - Acht Augen

Kapitel XXIII - Zwergenbrot & Gummigeschosse

Kapitel XXIV - Medien & Mundraub

Kapitel XXV - Sehr wichtige Personen

Kapitel XXVI - Krank auf der Reha

Kapitel XXVII - Unmögliche Patienten

Kapitel XXVIII - Verpeilt

Kapitel XXIX - WLAN

Kapitel XXX - Mischpoke

Kapitel XXXI - Ärzte & andere Ahnungslose

Kapitel XXXII - Die Abreise

Epilog – Fazit der Maßnahme

Über die Autorin:



Im Mai 1969 erblickte ich in Berlin Moabit als Tochter eines Zimmermanns und, nein nicht einer Jungfrau, aber einer Fotolaborantin, das Licht der Welt. Aufgewachsen in den Siebzigern im damals noch schönen, neuen, sauberen und modernen Märkischen Viertel in Berlin Reinickendorf, verbrachte ich dort meine relativ unspektakuläre Jugend, welche von mannigfaltigen Ge- und Verboten meiner Mutter geprägt war, welche sie mit schlagkräftigen Argumenten durchzusetzen vermochte.

Ich hatte die Gesamtschule entsprechend als kleines graues Mäuschen, mit einem passablen Realschulabschluss absolviert, verbrachte aber noch zweieinhalb weitere Jahre in der Oberstufe, nur um das Abitur im dritten Semester hinzuschmeißen. Zum einen, weil ich kein Jahr wiederholen wollte, zum anderen weil es eigentlich auch nicht das war, was ich wollte. Das war DIE Katastrophe für meine Mutter („Alle deine Cousinen haben doch Abitur!“), die mein Leben so wunderbar präzise vorgeplant hatte: Abitur, Banklehre, Bankangestellten ehelichen, Auto, Haus, Kinder... Kurzentschlossen startete ich dann eine Kochlehre im Grunewald, am anderen Ende der Stadt, die ich nach drei Jahren mit viel Zähne zusammenbeißen und diversen Fluchen erfolgreich beendete.

Mit 19 Jahren, mitten in der Lehre, zog ich, nach einem, aus einer Kurzschluss-Situation resultierenden Suizidversuch, aus dem elterlichen Haushalt aus und in den Wedding. Ein Befreiungsschlag für mich, denn nun konnte ich endlich so sein, wie ich wollte! Spannende 10 Jahre verbrachte ich im Humboldthain, züchtete Ratten, zog um die Häuser, baute Freundschaften auf und ab, heiratete (zugegebenermaßen eine meiner blödesten Ideen), wurde geschieden (skandalös!), verliebte mich neu... Als sich schließlich Nachwuchs ankündigte, zog es mich innerbezirklich weiter in die Rehberge. Verschiedenste Stellen und Positionen in der Gastronomie hatten sich über die Jahre abgewechselt, von Ausflugslokal mit großer Terrasse über kleine und große Hotels bis hin zu einem kleinem Gourmet-Restaurant, war alles vertreten. Mit so manch ehemaligem Kollegen verbindet mich eine jahrelange, manchmal mehr oder weniger innige Freundschaft.

Nach insgesamt 32 Jahren und zwei Kindern hatte ich die Nase von Berlin gestrichen voll und der Liebe leichter Schwingen trugen mich in den hohen Norden, nach Flensburg. Dort zog ich meine beiden Jungs groß und erlebte so manches Abenteuer. Von einem dieser Abenteuer will ich euch hier erzählen...

Prolog:

Zeitlebens war mein irdisches Dasein so eine Art Sammelsurium von Katastrophen. Der Autor Terry Pratchett beschrieb dieses Phänomen einmal als „präventives Karma“, welches einem schon beim bloßen Gedanken oder die Aussicht auf ein positives Ereignis oder einen glücklichen Ausgang einer Situation einen prophylaktischen Nackenschlag versetzte. Nach rund 50 Jahren meines Lebens mit präventivem Karma war es nun an der Zeit, dass ich eine psychosomatische Kur anstrebte. Damit war der Startschuss zu dieser katastrophalen Geschichte, wie sie aber eigentlich für mein Leben typisch ist, gegeben!

Schon die Antragstellung an sich zog sich über mehr als ein Jahr hin. Da ich nach meinem Umzug von Berlin nach Flensburg, vor annähernd 20 Jahren, aus Bequemlichkeit die Krankenkasse nicht gewechselt hatte und somit hier keinen Ansprechpartner vor Ort hatte (Krankenkassen sind nämlich Ländersache) musste ich nun alles postalisch mit Berlin und Potsdam abklären. Nach dem Einreichen des Kurantrags passierte zunächst einmal - nichts. Dann bekam ich über einige Monate hinweg kleckerweise immer wieder Unterlagen zugesandt, welche teils von mir, teils von meinen Ärzten auszufüllen waren, wodurch ebenfalls einige Zeit ins Land strich. Irgendwann bekam ich schließlich die Mitteilung, meine Unterlagen seien an die Rentenversicherung weitergeleitet worden und dann passiert wieder einmal ziemlich genau – gar nichts!

Es kostete mich jede Menge Telefonate, Erklärungsversuche, Geduld, Nerven, Verzweiflungsschreie und Flüche gegenüber scheinbar grenzdebilen Beamten, ehe ich herausfand wo meine Unterlagen abgeblieben waren und warum sich nichts mehr rührte. Die Unterlagen waren anscheinend von der Berliner Krankenkasse an die Berliner Rentenversicherung gesandt worden, obwohl doch angeblich die Rentenkasse Nord zuständig gewesen wäre. Nach vielem hin und her sei nun schlussendlich doch die Rentenversicherung Berlin zuständig, weil dort aus unerfindlichen Gründen begonnen worden war, den Antrag zu bearbeiten, und ich müsse mich mit denen kurzschließen. Aufgrund intensiver Internetrecherche hatte ich tatsächlich irgendwann die Telefonnummer der zuständigen Sachbearbeiterin in Erfahrung gebracht und bat um einen Zwischenstandbericht bezüglich meines Antrags. Der sei in Bearbeitung und man suche angeblich gerade eine passende Klinik für mich aus. Drei Wochen später wurde mir auf Anfrage mitgeteilt, dass da nichts weiter geschehen sei, man würde die Bearbeitung jetzt anmahnen. Nach drei weiteren Wochen hieß es, dass da noch immer nichts geschehen sei und man es erneut anmahnen würde. Abermals drei weitere Wochen später hieß es zumindest, dass jetzt eine passende Klinik für mich gefunden worden sei, ich solle mich bis Ende des Monats gedulden, dann würden mir die erforderlichen Unterlagen zugesandt. Inzwischen hatten wir Anfang November, den Antrag hatte ich ja schließlich erst zu Jahresbeginn gestellt. Gemessen an der Unendlichkeit des Seins, ein Augenblick. Im Dezember wurde mir versichert, die Papiere würden mich bis Weihnachten erreichen. Nach Weihnachten hieß es vor Jahresende. Anfang Januar wurde Ende des Monats ausgelobt... Inzwischen war ich dazu übergegangen wöchentlich nachzufragen, wann meine Bewilligung denn nun eintreffen würde. Und, kaum zu glauben aber wahr, Anfang März des Folgejahres der Antragstellung hielt ich sie tatsächlich in den Händen!!!

Die Bewilligung meiner psychosomatischen Reha-Maßnahme!!!

Sage und schreibe sechs Wochen waren mir bewilligt worden in... Ähhhhhh... Wooo???

Klinik Moselhöhe in Bernkastel-Kues??? Wo zum Teufel liegt das denn???

In Rheinland Pfalz!

Sind die noch ganz dicht???

Wie ein seelisch angeschlagener Mensch mit Depressionen, der nicht meine Kämpfernatur aufweist, das durchhalten soll, um eine Reha-Maßnahme durchzusetzen, ist mir völlig schleierhaft. Vielleicht hatte ich die in der Rentenversicherung aber auch nur so sehr genervt, dass sie sich dachten:

Das ist ca. 750km entfernt, das zieht die eh nicht durch!

Doooooch! Das macht Die!!!



Und so begann die Geschichte...

Reisebericht Teil I – Die Anreise

Die Klinik Moselhöhe hatte mir bereit diverse Unterlagen und Informationen bezüglich meiner Reha-Maßnahme zugesandt, so dass ich eine recht veritable Packliste hatte. Eine Liste mit den erforderlichen medizinischen Unterlagen hatte ich in einem Termin-Marathon, der seines Gleichen suchte, abgearbeitet und auch die Bahn-Tickets waren, inklusive eines Fahr- und Umsteigeplans, bei mir eingetroffen. Ferner ein Schreiben mit zwei Kofferbänderolen für meine beiden Koffer und der Mitteilung, dass diese am Freitag vor meiner Abreise von Hermes abgeholt würden...

Oha!
Von Hermes!...

Mit denen hatte ich schon so meine Erfahrungen gemacht!
Nicht zuletzt mit einem Care-Paket für eine Freundin in Irland, welches statt der ausgelobten 6 Tage, 6 Monate für die Zustellung in Anspruch nahm. Für eine etwaige Regressforderung sollte ich sämtliche Quittungen des Inhalts einsenden. Die vornehmlich Fleisch- und Wurstwaren im Paket führten bereits ein Eigenleben in einem selbstständig erschaffenen Biotop mit Evolutionsgeschichte. Und überhaupt, wer hebt denn alle seine Kassenzettel vom Einkauf auf!?!...

Hoffentlich läuft der Koffertransport mit Hermes ansatzweise vernünftig ab!?! Nicht dass ich nachher die sechs Wochen ohne Klamotten dastehe...!?! Rein prophylaktisch packte ich also eine kleine Reisetasche mit etwas Wechselkleidung und ausreichend Proviant, welche ich direkt auf der Fahrt mitnahm. Sicher ist sicher!

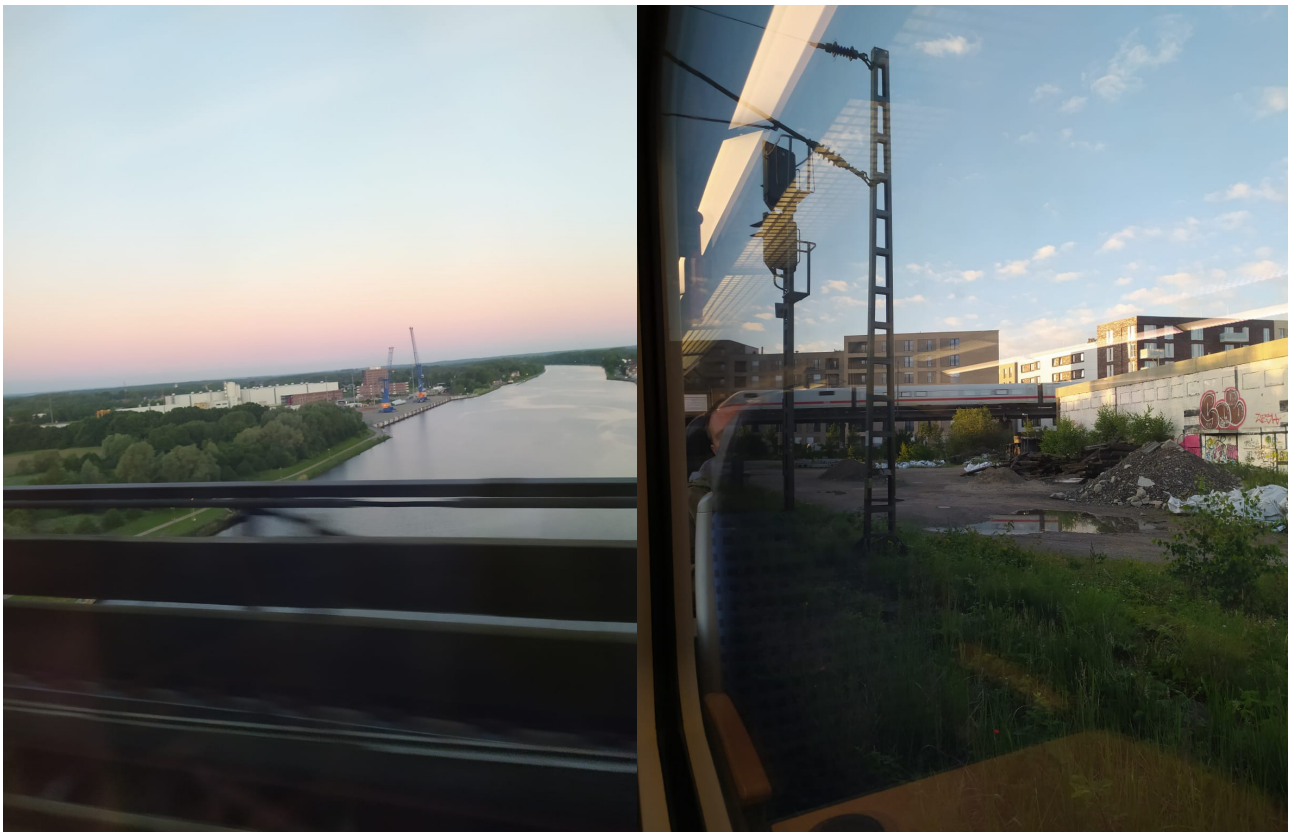
Die Koffer wurden, entgegen all meinen Befürchtungen, pünktlich am Freitag vor meiner Abreise abgeholt und nach Bernkastel-Kues verschifft.

Früh morgens um drei, meiner eigentlichen Zu-Bett-Geh-Zeit, startete ich meine Reise ins Reha-Wunderland, indem ich mir ein Taxi zum Bahnhof orderte. Der erste Bus in unserer schönen, kleinen Stadt fährt erst um kurz nach Fünf und zwar in die entgegengesetzte Richtung. Die Strecke zum Bahnhof laufen, wollte ich um diese Zeit bestimmt nicht! Nicht nur, weil die Strecke zum Bahnhof 4,7 km beträgt und meine betagten Knie nicht mehr so wollen, wie ich will, sondern weil ich laut Reiseauskunft wohl mindestens zehn Stunden zur Rehaklinik unterwegs sein würde. Also: Taxi!



In Flensdorf kam ich früh um kurz nach Vier tatsächlich pünktlich mit der ersten Bahn weg und flog mit lediglich 6 Minuten Verspätung im Hamburger Hauptbahnhof ein. Fahrstuhl außer Betrieb! Naja, gibt ja eine Rolltreppe... Denkst'e! Die führte nur von oben nach unten, zum Bahnsteig hin. Also Treppe laufen... Horror! Meine Knie begannen bereits zu schmerzen. Ich eilte, wie im Reiseplan angegeben, zum Bahnsteig 13 (nicht 9 $\frac{3}{4}$, obwohl das vielleicht manches im Nachhinein erklärt hätte). Dieser Fahrstuhl war ebenfalls außer Betrieb! Die Rolltreppe führte hier nur von unten nach oben, vom Bahnsteig weg (war ja klar!). Also quälte ich mich die Treppen runter. Glück gehabt, den Zug gerade noch so erwischt! Selbstverständlich waren bei meinem Glück die Gleise der Züge kurzfristig getauscht worden, ohne Durchsage oder Aushang, wofür ich aber sowieso keine Zeit mehr gehabt hätte, es zu kontrollieren. So saß ich nun im falschen Zug!...

Spitzen Start für meine Verhältnisse!



Der bezüglich dieser Problematik angesprochene junge Schaffner des falschen Zuges war so freundlich und druckte mir kurzerhand eine Alternative zu meiner ursprünglichen Streckenführung aus. Der kleine Umweg kostete mich gerade mal 20 Minuten mehr Fahrzeit, offiziell jedenfalls. Ich musste lediglich in Hannover noch einmal mehr umsteigen... Waren, inklusive der Taxis am Start- und Zielort nur lumpige acht Umstiege geplant, da fällt ein Neunter gar nicht weiter auf!

Die weiteren Umsteigeaktionen verliefen größtenteils problemreduziert. Defekte Fahrstühle hier, gesperrte Rolltreppen dort oder mal nur Treppen, aber wenigstens keine weiteren falschen Züge! Im Zielbahnhof Wittlich angekommen, fand ich tatsächlich den Ausgang. Erstaunlich, dass ein so winziger Bahnhof drei Tunnel hat, welche mit einem Quer-verlaufenden verbunden sind... Selbst der Schleswiger Bahnhof ist groß gegen das hier, aber sooo viele Tunnel???



Das (richtige!) Taxi vor dem Ausgang war schnell gefunden. Es setzte mich auch vor der Tür der (richtigen!) Klinik ab, die ich vorab schon mal telefonisch über meine Verspätung informiert hatte. Ich wurde bereits sehnhlichst erwartet, da die Rezeption normalerweise nur bis 16 Uhr besetzt war, ich aber erst gegen 17 Uhr eintraf und wurde als erstes gefragt, ob ich denn auch beim Corona-Test gewesen sei? Äh nö, wurde hier rausgeschmissen!... So musste kurzerhand das Taxi zurückbeordert werden, um mich zum Corona-Test-Stützpunkt zu bringen, einem abgelegenen Teil der Klinik, wo mir eine in einen Ganzkörperschutzanzug gehüllte Dame ein Wattestäbchen in den Hals steckte.

Sie hatte, so verhüllt, wirklich starke Ähnlichkeit mit irgendeinem Wissenschaftler nach einem missglückten Versuch, einen biochemischen Kampfstoff im Zaum zu halten. Resident Evil lässt grüßen! Wobei ich mir die Zombie-Apokalypse ehrlich gesagt etwas spektakulärer vorgestellt hatte... Zu meinem Glück brauchte ich dort nicht aus dem Taxi aussteigen und wurde anschließend erneut am Haupteingang der Klinik abgesetzt. Hier durfte ich nun, nach sagenhaften 13 Stunden Fahrtzeit, endlich einchecken und die Füße hochlegen...

Ich bekam meinen Zimmerschlüssel und die Hausordnung ausgehändigt (muss ja alles seine Ordnung haben), mir wurden noch ein paar Kleinigkeiten in Windeseile erklärt, damit man sie sich auch ja nicht merken kann, dann ging's aufs Zimmer. Völlig erschöpft schleppte ich mich nach diesen schier endlosen dreizehn Stunden Fahrt und unzähligen Treppen durch die ellenlangen Flure auf der Suche nach meinem Zimmer. Am äußersten Ende des Südflügels wurde ich im vierten Stock schließlich fündig. Das vorletzte Zimmer auf der linken Seite. Meine Behausung für die nächsten sechs Wochen!



Nachdem ich nun also das Zimmer betreten hatte begrüßte mich ein warmer Honigton hellen Holzes und ein orangefarbener, gemusterter Teppich (das ist so gar nicht meins!). Ein Kleiderschrank war in den schmalen Eingangsbereich des Zimmers integriert worden, das Duschbad war etwas altbacken aber oberflächlich betrachtet sauber, das Zimmer an sich hatte ein Bett, einen Schreibtisch, einen Sessel, ein Nachtschränkchen, eine Stehlampe, Notrufknöpfe, Telefon und einen kleinen Fernseher. Ausreichend und annehmbar. Ich bleibe schließlich nicht auf ewig! Das große Panoramafenster war nach Süden ausgerichtet und vor der Balkontür befand sich ein, durch seine sagenumwobene Tiefe von satten 40cm bestechender, Balkon, welcher über die ganze Hausseite verlief. Leider bot er jedoch nicht die Möglichkeit, einen Sessel oder Hocker dort zu platzieren. Schade!





Das Aufnahme-Gespräch wurde teils persönlich, mittels einer Pflegefachkraft, teils telefonisch, durch eine Ärztin, erledigt. Ich bekam sogar noch eine warme Mahlzeit kredenzt.

Naja, Krankenhaus-Futter - der Hunger treibt's rein!

Meine Koffer würden wohl erst morgen ankommen (hatte ich mit Hermes auch nicht anders erwartet). Bis zum Ergebnis meines Corona-Tests hatte ich nun erst mal Stuben-Arrest. Ich genoss noch ein wenig die Abendsonne auf dem Sessel vor der geöffneten Balkontür, ehe ich sehr bald, komplett erschöpft, im ungewohnten Bett in einen bleiernem Schlaf sank.

Reisebericht Teil II – Quarantäne

Kurz nach sieben flog die Zimmertür auf und mir schallte ein ekelhaft gut gelauntes "Guten Morgen" entgegen. Ein Frühstück wurde mir auf den Tisch gestellt und ich nahm das Gebrüll der Vögel wahr.

Eigentlich erstaunlich für mich, deren kognitive Fähigkeiten kaum von 11 Uhr vorhanden, ja nicht einmal rudimentär eindeutig nachweisbar sind... Wie gut, dass atmen ein Reflex ist!

Ich hatte Schwierigkeiten, meine Augen auch nur einen Spalt weit zu öffnen, weshalb ich die verbleibende Zeit mit geschlossenen Augen nutzte, meine Augenlider auf Löcher zu überprüfen. Nach einer Weile schaffte ich es dennoch, mich aufzuraffen, quälte mich in die Vertikale, um dann meine Blutzucker Messung zu zelebrieren. Anschließend versuchte ich mich am übersichtlich gestalteten Frühstück.

Der Kaffee war lauwarm, egal, kalter Kaffee macht schließlich schön! MAGERquark... Wollen die mich vergiften? Und 2 Brötchen, die einen Touch von Pratchetts Zwergenbrot aufwiesen. (Zit.: Zwergenbrot ist eine berühmt-berüchtigte Spezialität der Zwerge, welches zwar aus einem Teig hergestellt, aber nach dem Backen absolut steinhart ist.) Aber es war nur ein Touch dessen... Gut, dass ich (noch) keinen Zahnersatz trage!... Dazu noch etwas Aufschnitt und die üblichen, abgepackten Krankenhaus-Portionen an Margarine und Marmelade.

Anschließend versuchte ich im Halbschlaf zu eruieren, wo meine Koffer geblieben waren. Es dauerte eine ganze Weile, dann erklärte mir die Sendungsverfolgung im Internet bei Hermes, die Sendung sei am Freitag in Flensburg abgeholt worden... Ach was? Wär' ich nie drauf gekommen! OK, warten wir also weiter... („Wart's nur ab, Henry Higgins, wart's nur ab!“... *flöt)

Ich kämpfte noch eine Weile mit den Tücken der Sendungsverfolgung, gab aber schließlich entnervt auf. Innerlich bemühte ich mich, in tiefer Trauer, von meinem Gepäck Abschied zu nehmen, in der festen Überzeugung, meine Koffer nie wiederzusehen... Diesen Fatalismus habe ich mir nach jahrelangem Katastrophen-Training zugelegt. Wenn ich vom schlimmsten anzunehmenden Fall ausgehe, ist es nicht ganz so enttäuschend, wenn der Super-Gau tatsächlich eintrifft. Trifft er nicht ein, ist die Freude um so größer. Sich auf etwas zu freuen, habe ich mir bereits vor Jahren angewöhnt, da es in 99,9% aller Fälle sowieso nichts wurde.

Recht bald wurde dann auch schon das Mittagessen aufgetafelt.



Mein Gourmet-Urteil:

Geschmacksneutrale, gefüllte Paprikaschote (auch wenn optisch eine Paprika nur schwer erkennbar war), ein extrem säurelastiges Ratatouille (welches ich gefühlt den Rest des Tages weiter aß), dafür überraschte aber das Fertig-Püree mit einem recht annehmbarem Geschmack! Vielleicht stammte das Ratatouille aus dem Kochbuch für Bulimie-Kranke? „100 Gerichte, die Rückwärts genauso gut schmecken, wie Vorwärts“

Unglücklicher Weise musste ich feststellen, dass ich zwar Wechselwäsche in weiser Voraussicht eingepackt hatte, jedoch keine Hygiene Artikel. Diese hatte ich ausschließlich in den Koffern verstaut, kein Notfall-Produkt vor Ort... Duschen musste also erstmal vertagt werden!

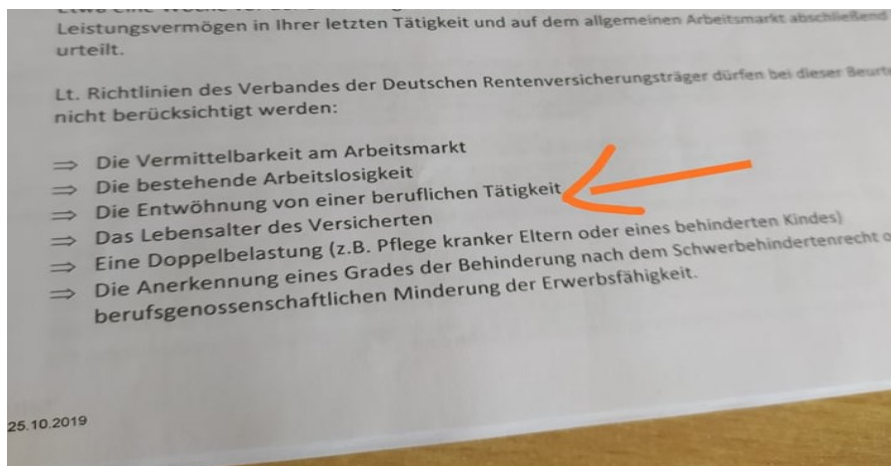
Ich bin ein schmutziges Mädchen!

(Klingt besser, als „Ich kann nicht Duschen!“)

Nach dem Dîner sichtete und sortierte ich einige meiner mitgebrachten Papiere, sowie die beim Check In erhaltenen Neuen. Ich beschäftigte mich nach diesem exquisiten Mahl, mit dem Lesen von Paragraphen, Regeln, Vorschriften und versuchte mich schon einmal an dem Online-Fragebogen der Klinik.

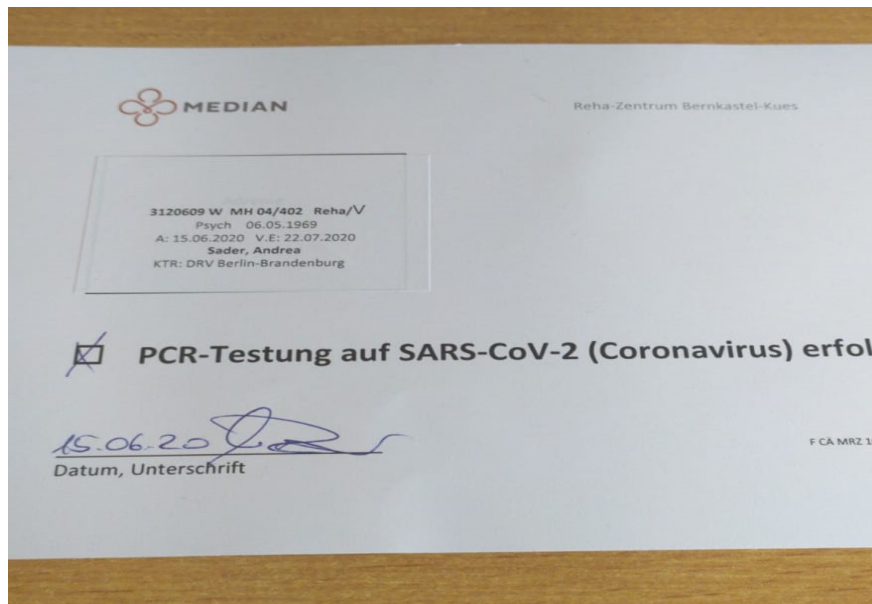
Ich sollte täglich Blutdruck, Blutzucker und mein Gewicht kontrollieren und die Werte in vorgefertigte Tabellen eintragen. Alles an einem sogenannten Pflege Stützpunkt, den es noch zu finden galt. Ein Lageplan wäre hilfreich gewesen. Eine kurze Beschreibung der verschiedenen Therapien war ebenfalls beigelegt, welche im Nachhinein betrachtet, eigentlich nichts erklärte; genauso wie die Essenszeiten im Speisesaal, Hausordnung, Hygieneverordnung, etc. pp.

Was ist das?



Nette Umschreibung für Workaholic?

Reisebericht Teil III – Erste Schritte



Gegen Mittag hatte ich den ‚Persil-Schein‘ bekommen und durfte mich von nun an als seuchenfrei unters Volk mischen! Meine Koffer waren, entgegen allen Befürchtungen, auch angekommen, also gleich mal unter die Dusche, sobald ich den ersten Therapie-Plan ausgiebig studiert hatte.

Puhhhh, frisch der Dusche entstiegen...!

Jetzt musste ich noch rauskriegen, wo sich der Speisesaal befindet, dann wäre die Welt (vorerst) in Ordnung. Den Pflege Stützpunkt hatte ich bereits entdeckt. Die Örtlichkeit zum Blutdruck messen, direkt davor, auch. Das rüdische Biest namens Waage leider ebenso. Über das Ergebnis der Gewichtung hüllte ich mich vorerst lieber in Schweigen, obwohl ich laut Miracoli schließlich drei Personen bin!

Die Klamotten waren anschließend schnell verräumt, nicht sonderlich ordentlich, aber die Schranktüren sind ja eh zu, wen es stört, der kann’s ja besser machen! Meinen Nachbarn links und gegenüber war ich auch schon begegnet. Dem/der Schnarcher/in im Nebenzimmer rechts noch nicht. So begab ich mich nun also auf Nahrungssuche, ganz wie ein Jäger und Sammler...

Woohooooo, gefunden! Riesengroßer Saal im Erdgeschoss. Eher eine Speise-Halle... Im Flur vor dem Speisesaal befanden sich briefkastenartige Schließfächer, eines für jede Zimmernummer. Laut Anweisung sollten wir mindestens einmal pro Tag hineinschauen, um etwaige Arzttermine, geänderte Therapie-Pläne oder sonstige Mitteilungen zu erhalten. Keine Getränkeflaschen in die Postfächer legen, die könnten ja auslaufen... (Muss ja alles seine Ordnung haben!) Laut Informationsbroschüren war es auch möglich Briefe und kleinere Postsendungen hierüber zu erhalten.

Das Essen stand eingepackt am Platz, jeweils ein Sitzplatz freigelassen, alle gleich, dafür freie Platzwahl. Das ganze abgepackte Zeug kann doch nicht gut für die Umwelt sein!? Brot separat in Frischhaltefolie gewickelt! Damit da auch ja keiner darüber aerosolt! Geht’s noch? Thermoskannen mit leicht aromatisiertem heißem, ähm naja eher lauwarmem Wasser, standen auf den Tischen. Ich hielt es zunächst für Himbeer-Tee, bis mir der Gedanke kam, dass solch exotische Genüsse uns hier wohl kaum aufgetafelt werden würden!? Wasser, mit und ohne Kohlensäure, bekam man aus dem

Spender vor dem Speisesaal. Wasserflaschen zum selbst befüllen konnte man käuflich erwerben. (So kann man auch Geld machen!) Auf diese Weise konnte man die Getränke mit aufs Zimmer nehmen. Auch ein Getränkeautomat war im Nebenraum, dem sogenannten Lesezimmer, kostete aber 2,50 € für eine 0,5 L-Flasche. Glasflaschen wieder befüllen ist verboten! (Muss ja alles seine Ordnung haben!) Selbige konnte man an der Rezeption, selbstredend nicht kostenfrei, austauschen lassen.

Stelle fest:

Ich werde hier wohl elendig verhungern!

*schluchz

Zumindest hatte ich vor dem Speisesaal einen netten jungen Mann mit Amon-Amarth-Shirt gesichtet. Ich war hier also in einigermaßen guter Gesellschaft... Mein Freund Poldy hatte ja soooo furchtbare Angst, ich könnte mir einen Kurschatten zulegen... War klar, dass ich es mir nicht verkneifen konnte, ihn ein wenig auf die Schippe zu nehmen und sandte ihm folgendes Foto:



Mein Kurschatten!

Reisebericht Teil IV – Untersuchungen

Was für eine Nacht! Gegen halb zwei wurde ich mit mega Schweißausbrüchen wach. Nanu? Nächtlicher Wechseljahres-Schub? Nö, Unterzuckerung! So weit unten war mein Wert noch nie... Somit musste also erstmal mein Vorrat an holländischen Karamell-Kekschen dran glauben und die letzten Servietten der ersten Tage. (Klingt fast wie 'Die Kirche der Heiligen der Letzten Tage'...) Dafür schlief ich den Rest der Nacht dann auch selig durch.

In den Betten schläft man recht bequem, wenn sie nicht gelegentlich entsetzlich laut knacken, bzw. krachen würden. Bei diesem grauenvollen Geräusch dachte ich schon, ich hätte mit meinem Alabaster-Körper den Lattenrost ruiniert, was mich veranlasste mir das Untendrunter des Bettes einmal näher anzusehen. Kein Lattenrost, also nicht unmittelbar. Eine schnöde Spanplatte wurde auf den Lattenrost gelegt, welche bei Bewegungen gelegentlich auf den Metallrahmen drauf, bzw. von dort wieder runter auf die Latten rutschte. Daher dieses unheilverkündende Geräusch! ... Aber bequem!

Nach dieser nächtlichen Eskapade wurde ich morgens, noch sichtlich neben der Spur, mit einem Blutzucker um die 200 wach. Dieses ‚neben-mir-Stehen‘ wurde mir so richtig bewusst, als ich nach dem Auspacken der Zahnpastatube zunächst die Tube, statt der Schachtel entsorgte und sparsam in den Mülleimer startete. *seufz

Nach der Korrektur dieses Fauxpas schleppte ich mich sodann realitätsentrückt zum Blutdruck-Messgerät eine Etage höher. Warteschlange! Als ich endlich an der Reihe war, pumpte das Gerät dreimal voll auf. (Autsch!) Es war wohl auch noch nicht richtig wach und/oder hatte die Schnauze schon voll. Die Werte trug ich natürlich prompt in der falschen Spalte der Tabelle ein... Daneben die Waage. Warteschlange! „Du lügst doch!“ (Ich bin vielleicht umfangreich, aber nicht SO umfangreich!) Anschließend ins Erdgeschoss zur Blutabnahme. Warteschlange! Aber Blut abnehmen können sie wenigstens! Ging alles relativ schmerzfrei vonstatten und es entstanden auch keine blauen Flecken.

Dann weiter zum Frühstücksraum. Unendliche Weiten... Alles proper voll. Gaaaanz hinten noch ein eingedeckter Platz. Also mit vollem, noch abgedecktem, unzerpflücktem Teller. Das ist meiner! Erbeutet! Futter sortiert, Kaffee eingegossen, Milch & Zucker dazu... Wo ist der Löffel? Auch keine Frühstücks-Spachtel zum Brötchen schmieren... So steuerte ich also auf ein Wesen in Keller-Outfit zu und erklärte ihr die Sachlage. Ihr pampiges "Sie wissen schon, dass sie nur bis 7:30 Uhr Zeit haben zu frühstücken!?" schien mir nicht wirklich eine Lösungsoption. Ich startete sie fragend an, sie startete begriffsstutzig zurück. Ich bemühte mich, ihr die Sachlage erneut zu vermitteln. Man konnte förmlich die Zahnräder in ihrem Kopf rattern hören. Schließlich brachte sie mir dann die gewünschte Spachtel und die Rührsubstanz. Ob es nun aus ‚Freundlichkeit‘ oder durch meinen ‚Todesblick‘ geschah, wird mir ein ewiges Rätsel bleiben. Das Frühstücks-Sortiment schien Standard zu sein, zwei Scheiben Wurst, eine Scheibe Käse, portionierte Halbfett-Margarine und Butter, MAGER-Quark!, Streichkäse, zwei Kondensmilch-Töpfchen, zwei Mal Zucker und ein Stückchen Obst. (Wirklich „StückCHEN“!) Wenigstens heute kein Zwergenbrot. Zum Runterspülen schüttete ich schließlich den Kaffee hinterher... Huäch! Der ist warm tatsächlich noch schlimmer als kalt!

Anschließend, noch immer im Halbschlaf, zurück aufs Zimmer. Auf dem Weg dorthin wurde ich wiederholt auf meine Gary-Puschen angesprochen... Und das vor dem zweiten Kaffee...

RISIKO!

Jedenfalls waren sie allerorts ein absoluter Hit! Inzwischen war ich auch in der glücklichen Lage,

ein genuscheltes "Moin" über die Lippen zu bringen, statt des vormals vorherrschenden "Hmpf". Ein wahnsinniger Entwicklungsschritt: Vom Primaten zum Homo Sapiens in einem Kaffee! Dieses „Wach“ sollte jedoch die absolute Ausnahme bleiben. Möglicherweise hatten sie diesen Morgen den normalerweise entkoffeinierten Kaffee mit der normalen Dröhnung verwechselt, denn die restliche Zeit des Reha-Aufenthaltes machte der Kaffee so gar nicht mehr wach. Vielleicht war er kaputt?!

Nach dem Frühstück als erstes Termine peilen... Um 10 ging der Stress schon wieder weiter mit der Aufnahmeuntersuchung bei einer Dame mit scheinbar unaussprechlichem Namen: Frau Chalagashavahili*...(*Name Redaktionell leicht geändert)

Chaka Laka!

Die Untersuchung verlief, wie Viele. Fragen nach gesundheitlichen Problemen, betrachten von Blutdruck- und Blutzucker-Tabellen, intensives Abhören der Lunge und die obligatorische Frage, ob ich wüsste, warum meine Blutdruck Werte doch so relativ hoch seien. Klar weiß ich das! Zu Hause messe ich im Ruhemodus, hier stehe ich, nach einem Gewaltmarsch durch zwei ellenlange Flure in einer langen Reihe an und weiß, dass ich anschließend auch noch auf die schei*** Waage muss... Stress pur! Somit erhielt ich die Zusage, dass man versuchen würde, mir ein Leihgerät aufs Zimmer zu geben. Ganz nebenbei schoss mir die einzig mögliche Erklärung für meine schwere Unterzuckerung der letzten Nacht durch den Kopf. Ich hatte wohl in einem Anfall von Übereifer (ja, soll es auch bei mir geben) die Kekse abends vor der Glotze doppelt gespritzt. Warum gibt es für sowas eigentlich noch kein idiotensicheres oder wenigstens andreasicheres System!?

Im Nachhinein möchte ich noch festhalten, dass die Dame mit dem Namen einer asiatischen Köstlichkeit (ja, ich bin ein genussorientierter Mensch), nicht die üblichen eiskalten Hände hatte, wie man sie meist von Ärzten und Schwestern gewohnt ist. Das fiel mir tatsächlich erst hinterher auf!



Neueste Klinikausstattung... *gröhl

Bis zum Mittagessen blieb mir noch etwas Zeit, die ich in meinem Zimmer mit dem wunderbar orangefarbenen Teppich zubringen wollte. Also erneut besagte zwei ellenlange Flure zurück. Schnuten-Pulli runter; entspannt hinsetzen; Füße hochlegen; keine fünf Minuten später klingelte das Telefon und die Pflegedienstleitung teilte mir mit, man habe jetzt ein Blutdruck-Leih-Messgeräte für mich, ich möge es mir doch bitte abholen. Schnuten-Pulli wieder auf; nochmal durch die langen Flure; Warteschlange vor dem Stützpunkt; kurzer Schnack bezüglich meiner Gary-Puschen; dann händigte man mir das Gerät aus. Pflichtbewusst fragte ich noch, ob ich den Empfang des Gerätes nicht irgendwie quittieren müsse? Ich ahnte nicht, dass ich dadurch eine Suchaktion in Gange setzte, die der Suche nach dem legendären Bernsteinzimmer ähnelte. Sie stellte die restliche Warteschlange auf dem Flur auf eine harte Geduldprobe, da allmählich die Zeit der mittäglichen Raubtierfütterung näher und näher rückte. Offenbar waren bei der letzten Inventur Unterlagen umverteilt und/oder ausgelagert worden und niemand wusste, warum und wohin. Schlussendlich konnte ich aber doch noch meinen Wilhelm unter ein Formular setzen und schleppte das Gerät zurück in meine orange Kemenate hinter den bereits erwähnten langen Fluren. Die Zeit drängte, so dass ich unverzüglich wieder den Weg durch die langen Flure nahm und in den Speisesaal trottete. Kurz vor diesem war die Luft erfüllt von leckerem Kakaoduft, weshalb ich mich der irrigen Hoffnung ergab, es könne diesen vielleicht zum Essen dazu geben. In meinen kühnsten Phantasien sah ich mich bereits die Tasse zum Mund führen, die braune Köstlichkeit meine Lippen benetzen, eine Geschmacksexplosion der Aromen...

Pustekuchen!
Es gibt hier keinen Kakao!

Ich fand wieder ein tolles Plätzchen in der hintersten Ecke an einem geöffneten Fenster, was bei der drückenden Wärme dieses Sommers sehr einladend wirkte. Die mutige Dame vom Frühstück fragte kurz und eher unhöflich "Normale Kost?" und servierte kurz darauf etwas, was auf dem Speiseplan als Cordon bleu betitelt worden war. Dass der voller Eifer hingeknallte Teller nicht die Tischplatte durchschlug und das blasse Etwas darauf entsprechend in eine erdnahe Umlaufbahn katapultierte, erstaunte mich. Den Hinweis, dass man bei einem Konvektomaten auch die Dampf-Funktion ausschalten könne, damit eine knusprige Kruste knusprig bleibt, sparte ich mir. Fliegende Teller können gesundheitliche Schäden verursachen! Das Salz, welches sicherlich für die gesamte Mahlzeit berechnet worden war, konzentrierte sich ausschließlich in der Panade. Die nicht vorhandene Knusprigkeit erlaubte es aber, alles klein zu zusseln und gründlich miteinander zu vermengen. Eine etwas andere Art der Gewürzverteilung.

Während des Essens gesellte sich eine ebenfalls am Montag angereiste Dame zu mir. Da wir in etwa die gleichen Therapie Termine hatten und einander sympathisch waren, beschlossen wir uns zu einer Kleingruppe zusammenzuschließen und gemeinsam den Klinik-Alltag und die etwaige Folter zu durchleben. Ihre Art konvenierte mit meiner Mentalität. Passte einfach!

Nach einem kurzen Verdauungsspaziergang zurück durch die langen Flure entnahm ich meinem aktuellsten Therapie-Plan, dass in einer knappen Stunde eine Begrüßung durch die Hausdame im Fernsehraum im Erdgeschoss stattfinden sollte. Eine halbe Stunde später war bereits das erste Gespräch mit meiner Tiefentante anberaunt. Zeit genug, noch meine Insulin-Injektionen vorzunehmen und nach einer kurzen Ruhepause das Blutdruck-Messgerät auszuprobieren. Alles lief reibungslos.

Dann also wieder ein Marsch durch die langen Flure zurück ins Erdgeschoss. Es standen bereits einige Mitpatienten vor der Tür des Fernsehraumes, die ratlose Blicke tauschten. An der Tür ein Zettel, dass derzeit wegen Corona die Begrüßungen der Hausdame, sowie einige andere Veranstaltungen, bis auf weiteres ausfallen würden. Dieser Zettel war im Mai datiert, wir hatten

jedoch bereits Juli. Warum das in den aktuellen Plänen dann nicht einfach weggelassen wurde, konnten wir nicht abschließend klären, da ja niemand vom Personal erschienen und die Rezeption vorübergehend unbesetzt war. Also wieder hoch ins Zimmer (durch die langen Flure) noch mal das WC frequentiert und auf zum ersten Gespräch mit meiner Psychologin im sechsten Stock. Der Fahrstuhl fuhr generell nur bis zur fünften Etage, dann musste man eine Treppe hoch laufen. Die Stufen hatten eine angenehme Höhe und Tiefe, so dass sich meine Schmerzen in den Knien beim Aufstieg in Grenzen hielten.

Auf das Gespräch an sich möchte ich hier jetzt nicht konkret eingehen, da ich ja gewichtige Gründe hatte, diese Reha-Maßnahme zu beantragen und wir meinen, in diesem Falle sehr persönlichen, Werdegang, besprachen, inklusive aller Katastrophen meines Lebens, naja, zumindest der Gravierendsten.

Nur so viel: Während der vorgesehenen Stunde wiederholte sie bei vielen meiner Erzählungen, dass wir darauf das nächste Mal erneut eingehen würden, bis sie gegen Ende der Sitzung feststellte, dass sie noch gar nicht alles gefragt und trotzdem schon eine Viertelstunde überzogen hatte.

Meine Lebensgeschichte macht sogar die Therapeuten fertig!

Viel Schmerzhaftes wurde angekratzt, weshalb ich den Rückweg mit Rotzblasen in Dreierschnecken antrat. Die Frage, wie sie so viel ‚das besprechen wir das nächste Mal‘ im nächsten Gespräch unterbringen wollte, beschäftigte mich dabei nur am Rande. Heulend bewegte ich mich die Treppe wieder hinunter und in den Fahrstuhl. Die 4 gedrückt... Stillstand! Erneut die 4 gedrückt... Nichts! Die 3, die 2, die 1 gedrückt... Der Fahrstuhl mobbt mich! Ok, eine weitere Treppe runterzulaufen bringt mich wohl nicht um, ist nur minimal schmerzverstärkend.

Im Zimmer wieder angekommen (denkt an die langen Flure), öffnete ich die Balkontür... Was erblickte mein altersschwaches Auge da? Einen Eis-Wagen vor der Tür! Gelato! Das wär's doch jetzt! Juhuuu! Geld geschnappt, (durch die langen Flure) runter zum Haupteingang. Ein Eis als kleiner Seelen-Tröster!... Das käme mir jetzt gerade recht. Der Fahrstuhl spielte diesmal auch mit und ich könnte fast wetten, das Mist-Ding hat's gewusst!? Ich kam unten ins Foyer, da begann es zu regnen, der Eis-Wagen machte die Verkaufsluke zu und fuhr ab...

„Hat sich hier denn alles gegen mich verschworen?!“

Entsprechend frustriert trat ich den Rückweg an. ... Die langen Flure... Im meinem orangen Salon hatte ich die Möglichkeit den kräftigen Regenschauer mit etwas Donnergetöse und vereinzelt Blitzen zu beobachten. Ich war immer noch sauer...

Der Rest des Tages verlief so gesehen vergleichsweise unspektakulär. Die langen Flure, das Abendessen, die langen Flure... Inzwischen hatte es sich rapide abgekühlt. Die Heizung ließ sich leider nicht manuell aktivieren und ich war heilfroh über meine Gary-Puschen, denn die hielten wenigstens meine Füße warm.



Reisebericht Teil V – Imagination & PMR

Es hatte die Nacht über ununterbrochen geregnet, dennoch war aus dem Nebenzimmer durchgehend ein tiefes, sonores, zufriedenes Schnarchen zu vernehmen. Nach langen Jahren in der telefonischen Kundenbetreuung eines großen Versandunternehmens, stellt man sich bei Telefongesprächen mit einem unbekanntem Teilnehmer am anderen Ende der Leitung, sein Gegenüber irgendwie vor.

Anhand der Stimme entsteht im Kopf ein Bild dieser Person, man stellt sich sein Gegenüber mit dem Hörer in der Hand vor, vielleicht ist er oder sie groß, klein, dick, dünn, jung, alt... In meinem Kopf entstand aufgrund dieses Schnarchens das Bild eines nicht mehr ganz taufrischen, rundlichen, bärtigen Herrn mit schütterem Haar und bereits leicht durchscheinendem Hubschrauber-Landeplatz. Nicht besonders hübsch, aber sympathisch.

An diesen Morgen begrüßte mich, aus selbigem Zimmer kommend, eine kleine, drahtige, dunkelhaarige Frau meines Alters mit Brille aus meiner Therapiegruppe. Soviel zu meinen Imaginationsfähigkeiten...

Das Frühstück dieses Tages war nicht sonderlich aufregend gestaltet. Irritierend fand ich lediglich, dass ein Stück Orange auf der Salami platziert worden war. Das so mit Salami aromatisierte Orangenstück war nicht wirklich ein Hochgenuss, aber das war der Kaffee ja auch nicht. Vielleicht doch ganz gut, dass ich zu dieser Zeit noch nicht wirklich aufnahmefähig bin...?! Dazu ein netter Schnack mit meiner neuen Bekannten und dem Beschluss am Wochenende mal gemeinsam runter in den Ort zu fahren, ein paar Einkäufe zu erledigen und sich ein wenig umzusehen, so es uns denn von der Klinikleitung gestattet würde. Wir hatten immer noch Covid 19 und es wurde allerorts darauf aufmerksam gemacht und gebeten, von Außenkontakten und Wochenendheimfahrten Abstand zu nehmen. Letztere kamen für mich, bei dieser Entfernung, wohl weniger in Betracht.

Der festen Überzeugung, heute um 9 Uhr den nächsten Termin in Form eines Vortrags zu haben, frequentierte ich noch kurz den Pflegestützpunkt, um zwei neue Insulin-Pens mitzunehmen, ehe ich es vergessen würde und am Wochenende womöglich ohne Insulin dastünde; ich bestieg noch eben die Waage, herrschte selbige kurz an, dass sie mich nicht leiden könne und unterstellte ihr rassistische Motive; kehrte dann wieder in meine farbenfrohe, orangefarbene Kemenate ohne Salami-Aroma zurück; hatte ich die langen Flure eigentlich schon erwähnt? Mein Therapieplan klärte mich darüber auf, dass ich mich bezüglich des Vortrags im Tag geirrt hatte und meine neue Bekannte Recht hatte, dass heute PMR stattfinden würde. Jo, passt schon. Zwischendurch immer mal wieder kurze Ruhepausen einlegen zu können, konvenierte. PMR (Progressive Muskel Relaxation) kannte ich bereits aus einigen meiner Aufenthalte in der Psychiatrischen Tagesklinik der Diako in Flensburg (kurz PTK), welche ich, sozusagen als Wiederholungstäterin, schon einige Male besucht hatte. Es werden nacheinander von oben nach unten ganz bewusst einzelne Muskelpartien an- und wieder entspannt. Das löst Verspannungen recht gut, bei normalen Menschen jedenfalls. Aber bin ich normal? Ich erinnere mich nämlich, in der Tagesklinik grundsätzlich spätestens bei der Anspannung im Hüftbereich gnadenlos weggepennt zu sein. Sozusagen tiefenentspannt bis in die Haarspitzen. Einfach spitze! Na, vielleicht hätten sich dann ja meine Kopfschmerzen erledigt!? ...

Leider handelte es sich an diesem Tage lediglich um eine Einführung in die PMR, es fehlte die Ausführung! Schade! Es wurde der genaue Ablauf und die Wirkung erläutert, Risiken besprochen und darauf hingewiesen, dass man bei Problemen mit Muskulatur oder Gelenken einige Anspannungen eben einfach auslassen sollte, um zusätzliche Verletzungen zu vermeiden. Warum ein Mitpatient der Meinung war, man müsse unbedingt Anleitungen und Videos über die PMR ins hiesige Intranet einpflegen und die Therapeuten sollten sich gefälligst darum kümmern, dass dies geschieht, ebenso wie um seine ganz persönliche Problematik bei den Entspannungs-Übungen, welche er uns lang und breit (wie die Flure) erläuterte, konnten weder ich, noch die anderen

Anwesenden nachvollziehen. Die Folge: Allgemeines Augenrollen! Fürs Intranet ist die IT-Abteilung zuständig, da haben die Therapeuten herzlich wenig Einfluss darauf, und für seine gesundheitlichen Probleme die Ärzte. Weiß eigentlich jeder Mensch mit durchschnittlichem IQ, ausgenommen Dieser. Ich kannte nun also seine komplette Krankengeschichte, die mich de facto vollkommen peripher tangierte. ‚Am Ar*** vorbei ging‘ klingt in diesem Zusammenhang doch recht schmutzig und impliziert, ich stünde mit diesem Herrn auf einer Stufe.... Mit diesem neuerworbenen Wissen um die Gesundheit unseres Intelligenzallergikers tauschten wir uns im Anschluss an die PMR-Einführung der Therapeutin noch kurz mit einer weiteren Mitpatientin mit intaktem IQ aus, ehe wir den Rückzug durch die langen Flure antraten, um noch ein wenig in der sich inzwischen fast heimatlich anfühlenden Kemenate zu entspannen.

Hier möchte ich noch kurz eine kleine Buchempfehlung loswerden. Ich hatte das Buch schon vor der Reha-Maßnahme mal entdeckt und wollte es unbedingt lesen, aber erst hier, während des Klinikaufenthaltes, und angeregt durch das Problem einer Mitpatientin, fand ich die Zeit es in akustischer Form als Hörbuch zu genießen.

„Am Arsch vorbei geht auch ein Weg“

von

Alexandra Reinwarth

Es beschreibt den Weg der Autorin, wie sie damit aufhörte, Dinge zu tun, die sie nicht wollte, mit Leuten die sie nicht mochte, um zu bekommen, was sie nicht brauchte! Natürlich mit den Reaktionen der Betreffenden, die recht unterschiedlich ausfielen. Teils amüsant, teils provokant. Ich lebte auch mal nach diesem Credo und fragte mich schon des Längeren, warum ich jemals damit aufgehört hatte, mir gewisse Dinge einfach am Arsch vorbei gehen zu lassen!?

Prädikat: Sehr empfehlenswert!



Reisebericht Teil VI – Schwimmen

An diesem Nachmittag stand erstmalig Schwimmen auf dem Programm. Eine meiner liebsten Sportarten. Genaugenommen die Einzige, die ich gelegentlich noch ausübe, denn Sport ist bekanntlich Mord und Breitensport ist Massenmord.

Meine neue Bekannte holte mich in meiner Residenz ab und war etwas irritiert ob der geringen Größe meines Zimmers. Auch dass, im Gegensatz zu ihrem Bad, meines eher altertümlich wirkte, mit Duschtasse statt ebenerdiger Dusche. Das extrem niedrige Toilettenbecken genügte ebenfalls nicht wirklich ihren Ansprüchen und eigentlich auch nicht den Meinen. Es war tatsächlich etwas mühsam, von einem Toilettenbecken aufzustehen, welches unterhalb der Kniebeuge endet, vor allem, wenn man eine gewisse Gewichtsklasse erreicht hatte... Den Balkon hingegen, wenngleich auch sehr schmal, fand sie recht ansprechend.

Duschen sollte man sich vor dem Schwimmen bitte auf den Zimmern, eine Vorsichtsmaßnahme wegen Corona. Kann man mit Leben. Die Schwimmhalle befand sich im Untergeschoss, ein kleines Becken, in dem 8 Personen gemütlich durch die Gegend paddeln konnten, ohne sich großartig ins Gehege zu kommen. Die Wassertiefe betrug überall etwa 1,50m, so dass ein Ertrinken eher als unwahrscheinlich einzustufen war. Eine Metalltreppe erleichterte den Einstieg in das angenehm temperierte Wasser. Die Halle selbst war bereits etwas in die Jahre gekommen, die Lüftungen an den Decken waren recht verstaubt und der Fußboden hatte auch schon bessere Zeiten gesehen. Der Wasserüberlauf hatte bei genauerer Betrachtung einen streichelbaren Besatz, die Wasser-Qualität an sich wurde jedoch mehrfach täglich vom Hausmeister überprüft.

In meiner Jugend bin ich viel und gerne geschwommen. Ich habe sogar zweimal am „Schwimmen rund um Schafenberg“ teilgenommen, einem Langstreckenschwimmen um eine Internatsinsel im Berliner Tegeler-See. Die Strecke war altersabhängig gestaffelt, entweder eine halbe oder eine ganze Umrundung. Im Sport hab ich nie auch nur eine einzige Urkunde erlangt, im Langstreckenschwimmen holte ich dafür beide Male eine Silbermedaille! (Ich platze heute noch vor Stolz darüber!) Beim ersten Mal wurde ich sogar kurz in der Berliner Abendschau interviewt. Mit letzter Kraft war ich aus dem Wasser geklettert, da drückte mir auch schon ein Reporter ein Mikrophon ins Gesicht und sabbelte munter darauf los: „Wie war's denn?“ Eigentlich hätte ich damals antworten sollen „Nass!“ aber so perplex, wie ich damals war, kam mir dieser Gedanke leider nicht. Dadurch hatte ich am nächsten Tag in der Schule fast schon einen Promi-Status. Alle paar Meter hieß es: „Ich hab dich gestern in der Berliner Abendschau gesehen!“ Vielen steigt eine solch plötzliche Prominenz ja rasch zu Kopf, ich hingegen konnte damals sehr gut damit umgehen. Die zweite Medaille wurde mir in einer Parallelklasse ausgehändigt, indem mein Sportlehrer noch einen Siegesmarsch intonierte, während ich durch die Tischreihen schritt. Zusätzlich teilte er mir mit, dass ich die Goldmedaille nur um Sieben Minuten verpasst hatte... Sieben Minuten! S-i-e-b-e-n M-i-n-u-t-e-n !Warum hat mir keiner was gesagt? Ich hätte da nochmal nen' Zahn zugelegt, ich hatte schließlich noch Reserven! (...präventives Karma)

Es waren außer meiner Bekannten und mir noch ein paar weitere Patienten und Patientinnen anwesend, aber wir hatten im Gegensatz zu denen einen entscheidenden Vorteil:

Fett schwimmt oben!

Etwaige Überlegungen, ob nach dem gleichzeitigen Besuch mehrerer umfangreicher Persönlichkeiten des Schwimmbades, die Wassermenge des Beckens wieder aufgefüllt werden musste, passierten meine Gehirnwindungen ergebnisfrei. Ausnahmsweise durften wir heute sogar noch etwas länger in der Schwimmhalle verweilen, da die nachfolgende Gruppe nur aus zwei, statt

der ursprünglich geplanten acht Personen bestand. Selbstverständlich sorgten meine Badelatschen auch hier für allgemeine Belustigung.



Also rein ins kühle Nass!

Was für eine Freude! Wie wunderbar, dieses herrliche, flüssige Element! Elfengleich glitt ich durchs Wasser! Anmutig wie eine Ballerina bewegte ich mich. Graziös wie eine Gazelle im Morgentau der Lichtung, geschmeidig wie eine Bauchtänzerin im Harem, schwebte ich durch das Gewässer! Fast wie eine Cancan-Tänzerin wirbelte ich meine Beine herum!

Die Zeit verflog wie im Traum und viel zu schnell war die Frist der Erquickung abgelaufen! Wie ein Engel schwebte ich der Treppe entgegen und entstieg dem Bade!

Verflucht!

Wer hat mir eigentlich den Elefanten auf die Schultern gesetzt???

Völlig erschöpft, von den lange ungewohnten Leistungen in meinem natürlichen Habitat, aber zufrieden und glücklich schleppte ich mich durch die laaaangen Flure, ließ den Teppich orange sein und fiel ins Bett.

Den positiven Effekt des Schwimmens bemerkte ich erst am Folgetag, denn meine Gelenkschmerzen in den Knien hatten rapide nachgelassen!

Reisebericht Teil VII – Nonnen & andere Wunder

Wirklich spektakuläres passiert in dieser Klinik eher selten.

Heute Morgen begegnete ich vor dem Frühstücksraum einer Nonne. Habe mich zunächst vergewissert, dass ich noch lebe und nicht letzte Nacht versehentlich verstorbenen bin... Hm, kein Zettel am Zeh und... Autsch! Nein, Kneifen spüre ich auch noch, also alles in Ordnung. Ich bin noch unter den Lebenden.

Das Frühstück ist hier recht mager gehalten, nicht nur wegen des MAGERquark. Auch wenn mit einem Speisewagen herumgefahren wird und man einiges zusätzlich bekommen kann. Am Nachbartisch bat jemand um Nutella,... Schlagartig war ich wach! Leider nur die Billig-Version für Hartz-IV-Empfänger, aber hey: Nussnougat Creme! Meine miese Laune von der vergangenen Nacht war abrupt kuriert worden. Als mir dann auch noch Kakao angeboten wurde, war ich dem Himmel so nahe, als sei ich doch gestorben. (War die Nonne vielleicht eine himmlische Vorbotin?)

Die Frühstücks-Fachkraft war nun jedenfalls meine neue Heldin!



Da war dann auch meine Fassungslosigkeit ob des geschmacklosen Paprika-Salates vom Vorabend verflogen. Dennoch wird mich wohl eine Frage bis ans Ende meiner Tage verfolgen: Wie schafft man es, gestiftelter Paprika mit Apfelstückchen so absolut jeden noch so geringen Hauch von Geschmack zu entziehen? (Paprika und Apfel ist an sich ja schon eine recht abenteuerliche Kombination) Es waren weder Salz & Pfeffer, noch Essig & Öl auch nur ansatzweise darin wahrnehmbar. In dem abgesetzten Wasser schwammen drei, äußerst einsam wirkende, winzige Fettäuglein, welche sich aber wohl eher zufällig dorthin verirrt hatten. Ich würde spontan auf Fettspritzer vom Braten tippen.

Meine kurze Ruhephase vor dem Mittagessen wurde durch ein lautstarkes Brummen jäh unterbrochen. Eine große Propellermaschine der Bundeswehr überflog die sonst so beschaulich wirkende Klinik. Was für ein Radau! Hoffentlich passiert das nicht öfter!? Auch so eine Kuriosität: Propeller-Maschine... Nun-ja, da man, laut eines alten Freundes, welcher noch immer bei der Bundeswehr zu Hause ist, mit den dortigen Schusswaffen auch besser trifft, wenn man sie schmeißt, statt den Abzug zu betätigen, wird es sich mit diesem Fluggerät wohl ähnlich verhalten!? Wo auch immer diese Maschine runtergekommen sein mag, es wird wohl das Ziel nicht verfehlt haben...

Das heutige Mittagessen wirkte im ersten Moment äußerst gesund und verlor seinen schlechten Eindruck auch beim zweiten Blick nicht. Gut, dass ich nicht vorher gespritzt hatte, denn Kohlenhydratreich wäre heute tatsächlich anders gewesen. Einzig das Putenschnitzel überraschte mit seiner Saftigkeit!



Das sieht auf dem Foto mit Abstand appetitlicher aus, als es tatsächlich war...

Vielleicht starte ich doch noch eine weitere Karriere als Fotografin, wenn ich dieser, an Fadheit kaum zu überbietender, Mahlzeit solchen Glanz verleihen kann...

In meinem Therapieplan glaubte ich gelesen zu haben, dass an diesem Nachmittag eine Gruppensitzung im sechsten Stock stattfinden sollte. An der Tür unseres regulären Gruppenraumes prangte ein Zettel mit der Aufschrift:

Die Gesprächsgruppe A1 findet heute im Freien statt!

Also flog ich durch die langen Flure zurück in mein Zimmer, zog mir rasch meine Gary-Puschen aus und Straßenschuhe an, nochmals durch die langen Flure und mit einem, diesmal nicht mobbenden, Fahrstuhl ins Erdgeschoss. Nach ein paar Fragen und fast ebenso vielen fragenden Blicken und unwissend zuckenden Schultern, wurde ich auf die Wiese hinter dem Raucher-Pavillon verwiesen. Ich beeilte mich, weil ich durch den Schuhwerkwechsel wertvolle Zeit verloren hatte und ich nicht riskieren wollte, wegen Verspätung von der Gesprächsgruppe ausgeschlossen zu werden, sozusagen der Wiese verwiesen! Zumindest war das gängige Praxis im Gruppenraum: Wenn Tür zu, dann Tür zu! Hat aber auch seine Richtigkeit, dass man eine bereits begonnene Sitzung nicht ständig wegen Nachzüglern unterbrechen kann. So schlug ich etwas außer Atem aber rechtzeitig auf besagter Wiese auf...

Unendliche Weiten!

Kein Therapeut, keine Therapiegruppe, nicht ein einziger Mensch!... Hatte ich was verpasst? War, durch die im Kreis angeordneten Baumstümpfe, ein Wurmloch im Raum-Zeit-Kontinuum entstanden und hatte die Gruppe in eine andere Dimension gesogen? Hatten sich, aufgrund des Holzzirkels, die Gruppenmitglieder auf die Schnelle zu einem Hexenzirkel vereinigt und einen Unsichtbarkeitszauber gewirkt? Etwas verunsichert, ob ich eventuell gleich einen Dimensionssprung erleben oder unsichtbar werden würde, nahm ich auf einem der Holzblöcke platz und wartete... nichts geschah! Auch trafen keine anderen Mitglieder der Gesprächsgruppe ein. Immer noch völlig verunsichert kehrte ich durch die langen Flure in meine Kemenate zurück und stellte fest, dass ich wiederum in der Zeile verrutscht war. Unsere Gesprächsgruppe ist B1 und ich hätte im Nebenzimmer unseres Gruppenraumes eigentlich PMR gehabt...



Der „Stuhlkreis“ im Freien hatte tatsächlich etwas von einem Hexenzirkel....

Wenigstens hatte ich mir durch diesen kleinen Patzer in der B-Note den Intelligenzallergiker in der PMR gespart! Man soll ja alles positiv sehen.

Reisebericht Teil VIII – Küche & Service

Am Wochenende ebenso früh aufstehen zu müssen, wie unter der Woche war schon hart, denn auch am Wochenende war in der Klinik

Frühstück von 7:00-7:30 Uhr
Mittagessen von 11:30-12:00 Uhr
Abendbrot von 17:00-17:30

Die Zeit nach dem Abendbrot von 17:30 bis zum nächsten Morgen zum Frühstück um 7:00 Uhr mussten wir darben. 13 1/2 Stunden sollte man ungefüttert überbrücken...

Zudem galt noch immer absolutes Besuchsverbot und auch kurze Ausflüge in den Ort waren nicht gern gesehen. Dazu dies gar köstliche Essen! In jedem Knast der Welt hätte das eine Revolte ausgelöst, man fühlte sich nicht wirklich wie in einem Erholungsheim. Die Klinikleitung lobte Besserung und kündigte Lockerungen an, um frühzeitig einer Meuterei entgegen zu wirken. Mit Wattestäbchen und Tupfern hätten sie einen Aufstand wohl auch kaum niederschlagen können...

Die Lockerungen waren nun dergestalt, dass das Frühstück wochenends jetzt eine halbe Stunde später serviert werden sollte. Aber nur das Frühstück! Mittag und Abendbrot gab es weiterhin zu den gewohnten Zeiten, um halb zwölf und um 17 Uhr... Das hieß, ich musste von Samstag auf Sonntag jetzt noch eine Stunde mehr überbrücken! Hoffentlich reicht mein Keks-Vorrat dafür aus!? Das mit dem späteren Frühstück wollten die Servicekräfte schon dieses Wochenende durchdrücken, ohne dass wir als Patienten vorher davon in Kenntnis gesetzt worden waren. Dies scheiterte jedoch am Unmut der bereits wartenden, hungrigen Meute vor dem Speisesaal! Ein mördlüsterner, meuchelnder Mob gäbe wohl keine positiven Schlagzeilen...

Das ist alles so bekloppt, das kann man sich nicht ausdenken!

Frühstück und Abendbrot, die weiterhin großzügig in Frischhaltefolie verpackt waren, der Umwelt zuliebe, waren sämtlich mit vielen kleinen Einzelverpackungen bestückt.

Wehe uns, wenn Greta Thunberg das mitkriegt...!



An der Qualität der Speisen änderte sich jedoch nichts! Knuspriges war weiterhin lappig; Gemüse grundsätzlich verkocht, streckenweise bis zur Unkenntlichkeit; bezüglich Kräutern und Gewürzen übte man sich in rigorosem Verzicht und das Salz war meist in ausschließlich einem Element der Mahlzeit konzentriert, um die Geschmacksknospen der Patienten nicht allzu sehr zu überfordern. Das Arbeiten der Küchencrew und des Service erinnerte mich ein wenig an einen ehemaligen Lehrling, nennen wir einfach A.D., welcher vom Kochen so viel Ahnung hatte, wie eine Kuh vom Eierlegen. Auch in Warenkunde war er nicht wirklich bewandert. Seine Unfähigkeit wurde mir einst drastisch vor Augen geführt, als er heißes Wasser in ein Spülbecken laufen ließ, Spüli hinzugab und mir, vor dem daraus resultierenden Schaumberg stehend, erklärte „Ich wasch‘ jetzt Salat!“ Ich vermute hier wurden explizit nur Leute wie A.D. eingestellt, denn in der freien Wirtschaft würden diese Mitarbeiter definitiv nicht bestehen können. Ferner waren deren berufliche Möglichkeiten hier bereits naturgegeben stark eingeschränkt, da es in diesem kleinen Ort lediglich ein einziges Hotel, ein kleines Restaurant und einen Döner-Imbiss gab. Natürliche, darwinsche Selektion in der Evolution... und deren Verlierer strandeten hier!



Die Wurstscheiben sind so dünn, da kann man durch Zeitung lesen.



Nachdem wir das Mittagessen, direkt im Anschluss an unsere Rückkehr aus der Stadt, absolviert hatten, ohne unsere Zimmer noch einmal zu frequentieren, stellte ich fest, dass ich offenbar meinen Zimmer Schlüssel in der Mittelkonsole vom Auto unserer Chauffeuse liegen gelassen hatte. Sie erklärte sich selbstverständlich sofort bereit, selbigen zu holen und fegte los, kehrte jedoch unverrichteter Dinge zurück. Sie erklärte uns, da sei kein Schlüssel!... Ich durchsuchte sofort sämtliche meiner Taschen und auch meine Einkaufstüten... Nichts!

PANIK!

Wann und wo hatte ich ihn zuletzt? Hatte ich ihn überhaupt mitgenommen? Wem muss ich den Schlüsselverlust melden? Muss ich ggf. einen neuen Schlüssel bezahlen? Wo zum Teufel ist dieser verfi*** Schlüssel???

Nachdem wir uns eine Weile die Köpfe zermartert hatten, wo denn nun dieser, mein Schlüssel, abgeblieben sein konnte, schaute meine neue Freundin und Chauffeuse unversehens in ihre Handtasche...

Guck an! Da ist er ja!

Sie hatte den Schlüssel aus der Mittelkonsole ganz automatisch eingesteckt, da es auch ihr üblicher Schlüssel-Platz war und sie wohl dachte, es ist ihr Schlüssel-Platz, also ist es auch ihr Schlüssel, der dort liegt.

...Erleichterung pur!

Man macht hier aber auch was mit! Der reinste Krimi!

Die drei ??? und das Geheimnis des verschwundenen Schlüssels...

Nachdem wir den ersten Schreck verkraftet hatten, wollten wir unsere Beute vom Einkauf endlich auf unsere Zimmer verfrachten, was natürlich von anderen Patienten nicht unentdeckt blieb. Mehrere Mitpatienten sprachen uns aufgrund unserer Tüten-Orgie an, ob wir denn eine Shopping-Tour unternommen hätten?

Nein, wir haben einen Banküberfall verübt! (*Sarkasmus wieder aus)

Auf diese offensichtliche Suggestivfrage stellte sich unsere Weggefährtin in Model-Pose, wiegte sich im leichten Sommerwind, welcher ihr Haar sanft umschmeichelte, die intensive Sommersonne setzte glitzernde Effekte und sie erklärte:

„Ich bin neue die Shopping-Queen, Thema Reha-Fashionista!“

*gröhl

„Shopping-Tour“!... warum muss eigentlich alles verenglised werden? Deutschland war einst das Land der Dichter und Denker... Wenn ich mir die Gespräche der heutigen Jugendlichen so anhöre, ist da herzlich wenig vom Denken zu spüren! Dabei gibt es so viele wunderbare, bald komplett aussterbende Begriffe. Heutzutage wird nur noch von Brands statt Marken, Handys statt Mobiltelefonen und, die Krönung schlechthin, von Public-Viewing, statt öffentlichem Freiluftkino gesprochen. (Für die Leser, welche des Englischen nicht ganz so mächtig sind: Public-Viewing bezeichnet im englischen das aufbahnen eines Leichnams, damit Freunde und Verwandte Abschied nehmen können. Defacto eine Leichenschau! Glückwunsch, da haben wir doch alle kräftig an Kulturgut dazu gewonnen! *Sarkasmus wieder aus)

Shopping-Tour...

Was ist mit dem wunderbaren Wort „Einkaufsbummel“?

Wir haben eine eigene Sprache, nutzt sie gefälligst!

Reisebericht Teil X – Akustische & Kulinarische Torturen

PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW
PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW
PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW
PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW PIUW

Das Ging 10 Minuten so... in ohrenbetäubender Lautstärke!

Von Zimmer 001 bis in den letzten Winkel war dieses widerwärtige Geräusch zu hören, das nicht einmal ein tauber Mensch hätte überhören können. Dieser jährliche Feualarm war uns zwar eine Woche zuvor angekündigt worden, aber so laut und widerlich hatten wir uns das nicht vorgestellt. Man glaubt gar nicht, wie lang solche 10 Minuten sein können! Für die Kardio-Patienten im zweiten und dritten Stock hätte das vielleicht sogar das vorzeitige Ableben bedeuten können. Auch dass man während dieser Zeit den Aufzug nicht benutzen durfte, da dieser ebenfalls einem Test unterzogen wurde, war uns mitgeteilt worden. Somit war also nicht mal die Chance das Gebäude zu verlassen, um dieser Lärmbelästigung zu entrinnen, gegeben.

Das hatte das Potential Tote zu erwecken...
Grauenhaft!

Nach dieser entsetzlichen, akustischen Folter möchte ich zunächst mit der Kulinarischen des vergangenen Montags fortsetzen.

Morgens fand ich zu meinem spärlichen Aufschnitt ein Stückchen Kiwi als kleine Vitaminbombe auf dem Teller. Um gestärkt in die Therapie zu starten, biss ich enthusiastisch hinein und wurde umgehend von einem heftigen Schütteln erfasst. Hart und unreif war das Obst und sofort begann mein Mund sich unter der extremen Säure zusammen zu ziehen.

Ösch fiel mür schwör oinen klören Gödönkön schü föschen...

Während sich mein Gesicht bis zur Unkenntlichkeit verzog! Mein ganzer Körper zog sich so sehr zusammen, dass ich diesen Tag förmlich als Jungfrau begann...

Mittags gab es Frikadelle (B(o)ulette, Bratklops, Fleischpflanzerl, Fleischlaberl, Fleischküchle, Faschiertes Laibchen, Rundvogel... wie auch immer man es nennen mag) vom Schwein mit Bohnengemüse und Kartoffeln. Während die Letzteren, wie üblich, geschmacksneutral gehalten waren, überraschte die Frikadelle (B(o)ulette, Bratklops, Fleischpflanzerl, Fleischlaberl, Fleischküchle, Faschiertes Laibchen, Rundvogel... wie auch immer man es nennen mag) mit einem überzeugend gutem Mundgefühl. Eine samtig weiche Textur schmeichelte dem Gaumen, welche eher an einen Fleischkäse, denn an ein Hackfleischprodukt denken ließ. Auch geschmacklich war es durchaus annehmbar. Die intensiv-grünen Bohnen waren naturbelassenen gegart (also ohne jegliche Gewürze, auch ohne Salz) aber immerhin bissfest. Rundum eine Mahlzeit, welche das fragende Gefühl im Bauch zumindest partiell befriedigen konnte.

Das Abendbrot war, wie in solchen Etablissements üblich, schlicht gehalten, wobei als frische Komponente diesmal ein von Dressing unbelasteter Gemüsesalat gereicht wurde...



Hallo, ihr Bohnen, kennen wir uns nicht von der Mittagsschicht?

Ja, das Essen in dieser Klinik war nicht die Krönung, eher der Gipfel. Aber ich versuche, wie immer, alles positiv zu sehen, denn es geht durchaus noch schlimmer... In einem der Flensburger Krankenhäuser zum Beispiel. Dort wird Patienten der Inneren Chirurgie Kohl serviert... Laut Aussage einer Mitpatientin in der Rehaklinik sei es im Kaiserslauterner Krankenhaus wohl noch katastrophaler.

(Anmerkung der Autorin: Als ich die Rohfassung diesen Absatzes verfasste, war ich dem Wirsing dieses Etablissements noch nicht begegnet!)

Vegetarier und Veganer würden hier vermutlich rückwärts mutieren und zu bekennenden Carnivoren werden, denn das Gemüse ist hier absolut ungenießbar!



Etwas frisches Obst gefällig?

Reisebericht Teil XI – Axt & Aquarell

Nachdem ich die zweite Nacht in Folge bereits gegen 5:30 Uhr durch Brandgeruch panikartig aus dem Schlaf gerissen worden war, der jedoch nur von einer Zigarette eines offensichtlich rücksichtslosen Mitpatienten stammte, war an Schlaf nicht mehr zu denken! Auf den Zimmern der Klinik herrschte nämlich striktes Rauchverbot! Realitätsentrückt sortierte ich meine Knochen und plumpste schließlich in die Dusche.

Zur Erklärung für diejenigen, die mich nicht persönlich kennen: Seit einem Brand im Jahr 2011 im Hause meines langjährigen Lebensgefährten, bekomme ich Panik bei Brandgeruch! Damals hatte es im Keller des Hauses einen Kurzschluss gegeben, der ein Feuer mit starker Rauchentwicklung nach sich zog, während mein ältester Sohn bei ihm zu Besuch war. Der ganze Rauch machte es ihnen und seinen Hunden unmöglich, das Haus über das Treppenhaus zu verlassen. Deshalb wurde mein Ältester mittels Drehleiter aus dem Dachgeschoss evakuiert, was damals auch auf der Titelseite des Flensburger Tageblatt mit einem Bild von seiner Rettung erschien. (Mit dem Untertitel: „Hier wird gerade eine Mieterin des Hauses gerettet.“... vermutlich wegen seiner langen Haare!) Alles ging damals glimpflich aus, niemand wurde wirklich ernsthaft verletzt, aber das Wissen, dass eines meiner Kinder in solcher Gefahr schwebte, versetzt mich noch heute in Angst und Schrecken.

Als endlich die Frühstückszeit näher rückte, begab ich mich, eher angewidert als erfrischt, durch die langen Flure zum Fahrstuhl. Dieser nahm zunächst einen Umweg über die fünfte Etage. Wer stieg dort ein?

Mein Freund,
der aufmerksamkeitsheischende Intelligenzallergiker, aus der PMR...

Naja, vom fünften Stock bis ins Erdgeschoss werd ich den schon noch irgendwie ertragen können!?
So lang ist der Weg ja nicht...

Weit gefehlt!

Auf meiner Etage hielt der Lift erneut und ein anderer Mitpatient schickt sich an zuzusteigen. Das ließ unseren selbsternannten, semi-intelligenten, leitenden Patienten für Transportfragen detonieren. Mit lang ausgestrecktem Arm und einem lauten "STOP!" wies er den transportwilligen Gast rüde zurück, um ihm sogleich mit fester Stimme unmissverständlich klar zu machen, das laut Aushang im Erdgeschoss nur zwei Personen im Aufzug von den Behörden gestattet seien, er keine Zuwiderhandlungen dulde und der andere Herr gefälligst Rücksicht auf ihn zu nehmen habe, denn er sei ja schließlich Risikopatient aufgrund von bla... fasel... laber! Während seines Gezeters schien mir eine Falte an seiner Maske einen unscheinbaren Schatten unter seiner Nase zu schlagen, welcher die Form eines kleinen, quadratischen, führerspezifischen Oberlippenbartes implizierte... Fehlte eigentlich nur der akkurate Seitenscheitel...

Nachdem sich die Fahrstuhltür ohne einen weiteren Fahrgast wieder geschlossen hatte, skandierte er in derselben Tonlage erneut seine Krankengeschichte...

Wie lang doch so eine Fahrstuhlfahrt sein kann...!

Ich hatte plötzlich das Wort "Axt" im Kopf! Ich hätte zu gerne ein paar Axtzente gesetzt, auch wenn die Axtzeptanz eines solchen Blutbades wohl ganz axtuell nicht so hoch gewesen wäre. Ich malte mir bereits gedanklich ein übles Massaker im Fahrstuhl aus, als sich endlich die Tür zum Erdgeschoss öffnete und meinem Hassobjekt das Leben rettete.

Warum können gewisse Elemente am frühen Morgen nicht einfach die Fresse halten?!...
*grummel

Das noch immer unspektakuläre Frühstück war relativ schnell gegessen, anschließend musste ich zum Gesprächskreis ins sechste Stockwerk klettern. Eine Stunde später zum Arzt Gespräch wieder ins Erdgeschoss, nur um danach erneut ins sechste Obergeschoss zum Gespräch mit meiner Tiefen-Tante aufzuentern.

Das Mittagessen war vergleichsweise nett, auch wenn man dem Hühnerbein nicht gestattet hatte, die Aromen der Gewürze tatsächlich aufzunehmen. Aber es füllte den Bauch.

Mein Unmut ob des wachhabenden Oberaufseher-Patienten für Transportwesen war inzwischen fast verflogen und ich freute mich auf eine entspannte Ergotherapie. Axtfrei stiefelte ich in den, im Therapieplan angegebenen, Raum hinein, auf die sehr junge Therapeutin zu und stellte mich ihr, gut erzogen wie ich nun mal bin, höflich vor. Ihrerseits fiel die Begrüßung eher äußerst reserviert aus. Ihre abschätzenden Blicke wanderten von oben an mir herunter bis zu meinen Gary-Puschen. In einem absolut unhöflichen und wie ich fand, auch unangebrachten Tonfall, teilte sie mir kurz und knapp mit, ich hätte in der Ergo festes Schuhwerk zu tragen! So könne sie mich nicht gebrauchen! Klang für mich eher wie ‚so kann ich Sie nicht benutzen!‘ In jungen Jahren hätte ich sie, alleine für diesen Tonfall, bereits gevierteilt, aber ich besann mich gerade noch rechtzeitig meiner guten Kinderstube und rettete somit am heutigen Tage schon der zweiten Person das Leben! Meines Wissens war nirgendwo in meinen Unterlagen ein Dress-Code vorgegeben! Nachdem ich meinen modischen Fauxpas behoben hatte, stellte dieses nassforsche, junge Ding fest, dass ich gar nicht in ihre Gruppe gehörte. Besser is‘ das! Und so wurde ich einen Raum weiter geschickt.

Ich war zwar wegen des Umkleidens etwas zu spät, aber die hiesige Ergotherapeutin war wesentlich entspannter. Das Thema der Ergo war: Suche dir eine Spruchkarte aus, schreibe diesen Spruch aufs Papier und gestalte den Hintergrund dazu.

Gesagt, getan! Zur Verfügung standen Buntstifte, Wachsmalkreiden und *Aquarell Farben* ... Böse Erinnerungen an Atelier-Bärbel, meiner ehemaligen Chefin, kamen in mir auf!

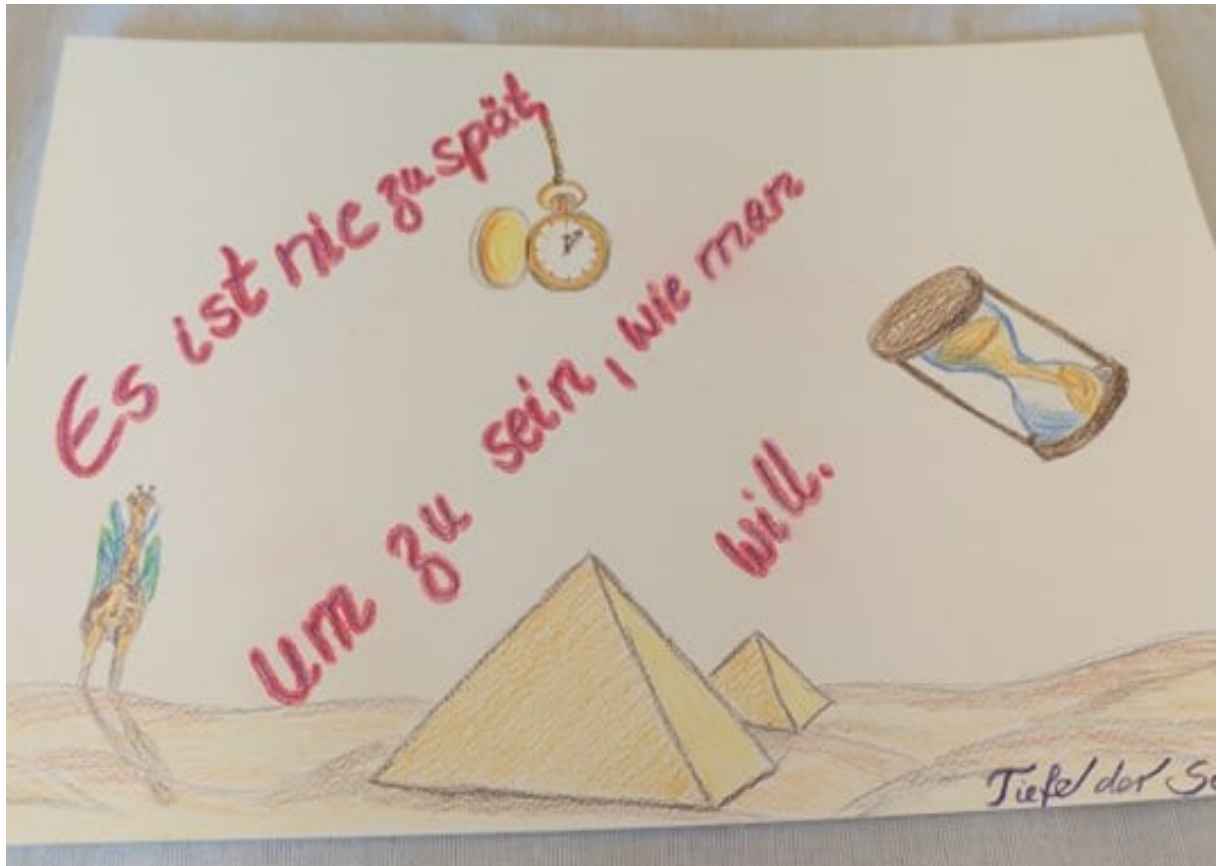
O-Ton Bärbel, bezüglich meiner schwarzen Kleidung:

"Alles was deinem Leben fehlt ist etwas frische Farbe mit Leichtigkeit!
Am besten in Aquarell!"...

(Ich mag ein fröhliches Schwarz! ...und ich hasse Aquarell!)

Auch waren meiner ehemaligen Chefin meine Bilder zu „bedeutungsschwanger“, weshalb sie sie nie ausstellen mochte. Ihre Werke hingegen, natürlich vorwiegend in Aquarell, waren in meinen Augen zu nichtssagend, man könnte fast sagen seelenlos. Aber über Geschmack lässt sich ja streiten. Sagen wir also einfach, sie sind nicht mein Geschmack.

Das Kunstwerk ging mir trotzdem recht fließend von der Hand. Ich hatte mich für (farbenfrohe) Buntstifte entschieden. Eine echte Künstlerin schreckt eben nichts so schnell ab. Muss ich das jetzt echt der Gruppe vorstellen und erklären, warum ich das so gemalt hab? Ich weiß das doch selbst nicht! Und warum sich wiederum eine Giraffe ins Bild geschlichen hatte, entzog sich ebenfalls völlig meiner Kenntnis!



"zu spät" → Zeit 🕒 (fünf nach zwölf ist
übrigens beabsichtigt)
Zeit 🕒 → Taschenuhr 🕒
Taschenuhr 🕒 → Sanduhr 🕒 (warum
der Sand nach oben rinnt weiß ich auch
nicht)
Sanduhr 🕒 → Sand der Zeit 🌴
Sand 🌴 → Wüste 🏜️
Wüste 🏜️ → Pyramiden 🇪🇬 (stehen
schon ewig, trotz Sand der Zeit, der an
ihnen nagt)
Giraffe 🦒 ... ähm... ja, Kamel 🐪 wäre
schlüssiger gewesen... 21:47 ✓

Erschöpft frequentierte ich auf dem Rückweg in meinen orangen Salon noch eben die Waage, um meiner Dokumentationspflicht Genüge zu tun.

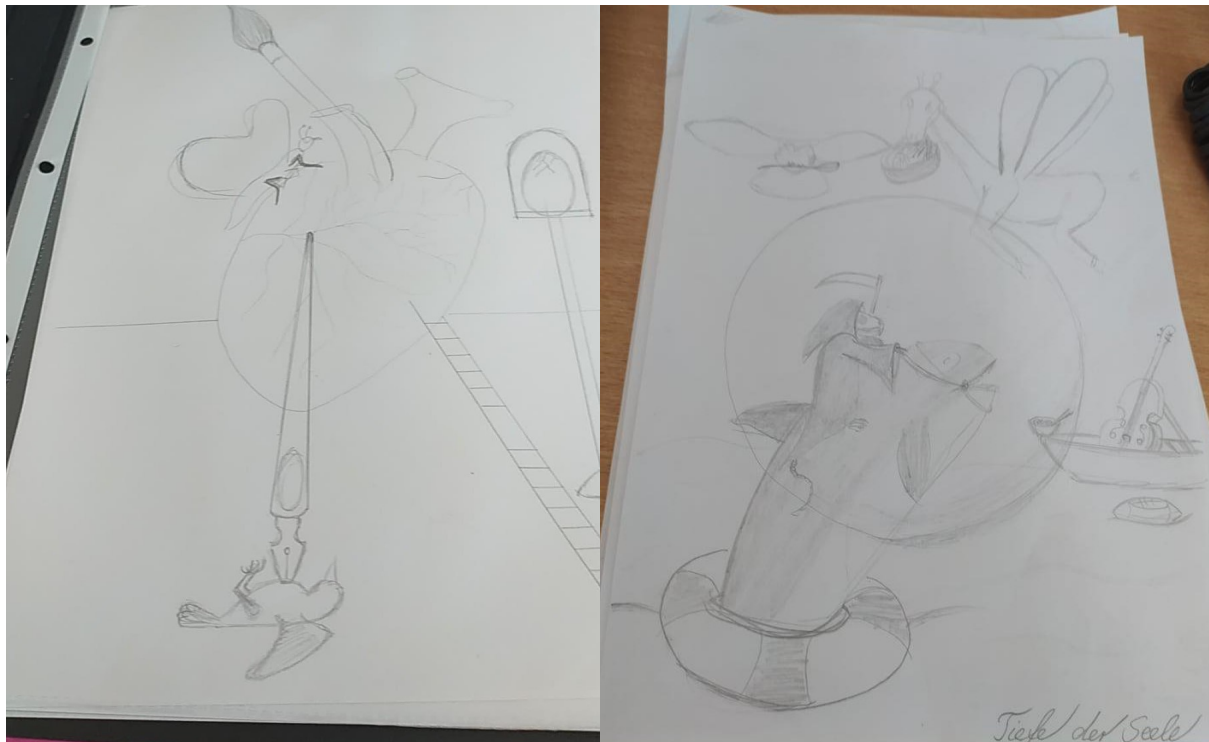
What the fu***???
3 (in Worten: Drei) Kilo zugenommen???
Bei dem Fraß???

...Da war sie wieder, die Axt!

Somit wartete ich reichlich frustriert aufs Abendmahl. Erleichtert stellte ich fest: Kein Kotzbrocken auf dem Weg ins Erdgeschoss!
Erwartungsvoll hob ich dann im Speisesaal das eingepackte Brot an, um die allabendliche frische Salatvariante zu begutachten.

Nanu, wir kennen uns doch?

Und ein wunderbar naturbelassener Bohnen-Salat lächelte zurück!



In weiteren Ergo-Therapie-Sitzungen entstanden noch ein paar Skizzen für zukünftige Werke, welche ich nach Fertigstellung auf meiner Künstlerseite auf Facebook veröffentlichen werde.

Auch gab es einige Wochen später noch eine weitere geführte Ergo, welche in der PTK als Gestaltung betitelt wurde. Es wurde ein Thema und Material vorgegeben und wir sollten dann dazu etwas kreieren. Im Gegensatz zur freien Ergo, in der wir Material und Thema frei wählen konnten. „Überlege, welches Tier dich verkörpern würde und forme es aus Ton.“ lautete diesmal die Aufgabe. Da es im germanischen Schamanismus, welchen ich privat praktiziere, ein sogenanntes Fylgia, also einen Folgegeist gibt, ein Tierwesen, welches sehr wichtig für jeden Schamanen ist, formte ich diesen. Es handelt sich hierbei um ein Tierwesen, welches bis zu 10 Jahre bei einem verweilt und irgendeine Eigenschaft hat, die derzeit sehr wichtig für einen selbst ist. Man kann allerlei Dinge mit diesem Wesen veranstalten, wie zum Beispiel Kraftatem oder ihm den Körper zu überlassen (eine sehr ungewöhnliche, aber interessante Erfahrung). Es wechselt immer dann, wenn sich etwas im Leben des Geistreisenden etwas Gravierendes verändert und neue Bedürfnisse entstehen. Im Laufe meines Schamanendaseins hatte ich bereits eine Antilope (Flexibilität), ein Kaninchen (Fruchtbarkeit), eine Katze (Typisches Hexentier), eine Bärin (Alleinerziehende), einen Waschbären (Ordnung), ein Eichhörnchen (vermutlich Sammler), einen Rottweiler (Schutzgeist) und schließlich ein Nashorn (dicke Haut).

Darf ich vorstellen:



„Klaus“

Reisebericht Teil XII – Ernährung & Sport

Mitte der Woche stand ein Einzelgespräch mit der Ernährungsberaterin auf meinem Plan. Frisch gestärkt vom Frühstück erklimmte ich die sechste fahrradstuhlbefreite Etage und suchte nach dem im Plan angegebenen Raum 601. Ich ging durch die Zwischentür zum Therapiebereich, Raum 602, 603,... gegenüber 610... hmmm... Da fiel mir ein winziger, schmaler Gang vor der Zwischentür auf, den ich bisher nur im Vorbeigehen aus den Augenwinkeln wahrgenommen hatte. Die erste Tür trug die Aufschrift ‚601 B Herren‘. Aha, das Männerklo. Die zweite Tür ‚601 A Damen‘, also die Damen-Toilette. Am Ende des Gässchens eine ebenso schmale, wie unscheinbare Tür. ‚601 Ernährungsberatung‘.

Jo, Ernährung und Verdauung hängen eng zusammen, wer isst muss auch...

Hundewelpen! Hundewelpen! Hundewelpen!

Meine biochemische Analyse wurde jäh unterbrochen, als die Dame erschien, welche offenbar die Ernährungsberaterin war. Ein kurzer Plausch bezüglich meiner gesundheitlichen Vorgeschichte und dann der Satz:

"Na bei unserem Essen hier werden sie ja schnell abnehmen!" ...

"Ähm, nö! Ich habe drei Kilo zugenommen!"

Stille...

"Das hab ich ja noch nie gehört!"

Das hatte die Ärztin auch schon gesagt.

"Ach so, dann haben sie sich im Ort mit Schokolade und Süßigkeiten eingedeckt!?" ...

Nö, was sollte ich bei den hiesigen Apothekenpreisen schon großartig kaufen?

Hatte mich eher auf zuckerfreie Brause konzentriert, um dem Wasser hier wenigstens im Abgang noch etwas Geschmack zu verleihen.

"Vielleicht zu viel Wasser in den Beinen!?"

Klar, aber drei Liter?...

"Dann müssen wir Kohlenhydrate reduzieren! Sagen sie den Kellnern, sie wollen mehr Gemüse und weniger Sättigungsbeilage. Leider ist es nicht möglich, hier zusätzlich einen Salat zu ordern."

...da die Küche bei all der Haute Cuisine damit heillos überfordert wäre?

Da könnte ja jeder kommen und einen Salat verlangen! Lachhaft!

Dabei hatte ich eine Szene der Simpsons im Kopf, bei der Marge die Conga-Schlange anführte und sang:

"Du findest keine Freunde mit Sala-at!"

Kopf-Kino Ende.

Nun denn, versuchen wir's. Beim Mittagessen sprach ich, voller Enthusiasmus, sogleich die Kellnerin an. Selbige, welche mich am ersten Tag in Freiheit so angezickt hatte und sich auch sonst fürs Grüßen zu fein war. Zu meiner großen Überraschung gab es keinerlei Widerspruch, sondern sie tat, wie ihr geheißen...

Hätte mir das möglicherweise zu denken geben sollen!?

Super, jede Menge Wirsing zum Rinderbraten, dafür nur ein Kloß.
Ich liebe Wirsing!
Yummy!

Vielleicht hätte ich aber mit der Nahrungsumstellung besser doch noch einen Tag warten sollen!?
Der kleine Kloß war echt lecker, ganz im Gegensatz zum Wirsing... Wie schafft man es, ein knackiges, wohlschmeckendes Gemüse so grausam bis zur Unkenntlichkeit zu verhunzen? Auch die recht gut schmeckende Rinderbratenscheibe, welcher man eine pikante Kruste mittels Lufttrocknung zugefügt hatte (hey, knusprig geht ja doch!), konnten das Grauen nicht mildern...

Man sollte die Lebensmittel eindeutig vor dieser Küchen-Crew schützen!

Merkwürdigerweise waren wir nach diesem Ernährungs-Desaster zum Vortrag 'Einstieg Ernährungsberatung' im TV-Raum geladen worden, obwohl sämtliche anderen Veranstaltungen dort abgesagt worden waren. Gehalten wurde der Vortrag von derselben Dame, mit der ich das skurrile Einzelgespräch absolviert hatte. Das übliche Gefasel von Ernährungs-Pyramide, viel Trinken und Bewegung... was aber meine Gewichtszunahme noch immer nicht erklären konnte. Ferner wurden am Ende diverse zusätzliche Kurse vorgestellt, wie Diabetiker-Schulung, Cholesterin-Schulung, Kardio-Schulung, etc. Alles wenig ansprechend. Das einzig halbwegs interessante schien mir die Lebensmittelkunde mit anschließender Öl-Verkostung zu sein, für die ich mich gerne vormerken ließ. Der Termin würde uns noch rechtzeitig mitgeteilt.

Direkt im Anschluss offerierte mir mein Therapie Plan eine Einführung in die Trainings Therapie.

Was das wohl sein mag?

Vielleicht die Verrückten Waldschrate mit ihren Nordic-Walking-Stöckchen - Ganz Deutschland geht am Stock, wir gehen mit? Oder eine Art orthopädische Technik mit Muskelmassage oder Reizstrom?

Ha, weit gefehlt!

MUCKIBUDÖÖÖÖÖ!

Wir wurden in einen kleinen Raum im Untergeschoss geführt, der vor Trainingsgeräten nur so strotzte und in etwa die Größe meines Wohnzimmers hatte. Sämtliche Geräte wurden uns vorgestellt, erklärt und wir sollten sie kurz ausprobieren, um für die allgegenwärtige Dokumentation von Allem und Jedem, die anfängliche Gewichts-Einstellung zu notieren. Eine Steigerung des Gegendrucks war jederzeit Möglich und sogar gewünscht. Übungen, welche erkrankte Körperregionen zu sehr belasten würden, durfte man aussparen. Somit waren alle Kniegelenk unzutraglichen Vorrichtungen schon mal für mich gestrichen. Das Kontingent reduzierte sich daher für mich auf zehn Übungen an sechs Geräten. Trotzdem kam ich bei diesen gerätereduzierten Praktiken schon arg ins Schwitzen.

„Ernsthaft? Jede Übung 15x und jeweils 3 Durchgänge?
Dazu vorher noch 10 Minuten auf dem Drahtesel aufwärmen?
Und für alles zusammen nur eine halbe Stunde Zeit?“

Das artet ja in, in, in...

Das artet ja in Trainings Therapie aus!

Mir schwant Grauenhaftes!

MEDIAN

Bitte Handtuch mitbringen! 10 minütige Aufwärmphase!

Trainingskarte MTT (Kardiologie/Psychosomatik, Klinik Moselhöhe, st. 2014)

Name: H. Sader Zi.nr.: 402 Einweisender Therapeut: Kuch

Zum Aufwärmen: Bitte einen Satz mit 15 Wiederholungen und niedrigster Gewichtseinstellung durchführen!!! Atmung beachten! In der Belastungsphase ausatmen, in der Entlastungsphase einatmen!!! Nur die Übungen, in den Sie eingeführt worden sind, durchführen!

Übung	Einstellungen	Datum <u>24.06.20</u>			Datum			Datum		
		Wdh.	Satz	kg	Wdh.	Satz	kg	Wdh.	Satz	kg
1 Bruststabilisator (Gerät)										
2 Haltungsstabilisator (Gerät)		15	3	7,5						
3 Funktionsstemme (Gerät)				7,5						
4 Beinstrecker (Gerät)										
5 Beinbeuger (Gerät)										
6 Hüftstrecker (Gerät)										
7 Lat. Zug (Gerät)										
8 Trizeps (Gerät)				10						
9 Bauchübung Matte (gerade)				10						
10 Bauchübung Matte (Schräg)				✓						
11 Vertikalzug (Seilzug)				✓						
2 Lat. Zug (Seilzug)				10						
3 Diagonalzug (Seilzug)				10						
Doppelzug (Seilzug)				4						
Armbeuger (Kurzhandtel)				2						
Schulter (seitl.) (Kurzhandtel)				1						

Warum wurde eigentlich noch keine Fett-in-Muskel-Konverter erfunden???

Wenige Wochen nach diesem Ernährungsdesaster fand die anfangs ausgelobte Lebensmittelkunde mit Öl-Verkostung statt. Es ging um die richtigen Fette und deren effektiven Einsatz. Es gibt gute und Schlechte Fette. (Ich zum Beispiel bin eine gute Fette!) Vieles war mir noch aus meiner Kochlehre geläufig, auch wenn diese inzwischen rund 30 Jahre her war. Ein paar interessante neue Dinge und am Ende eine Verkostung einer hochwertiger, regionaler Öle aus einer Manufaktur vor Ort, die man unbedingt besuchen sollte. Auch wenn diese Veranstaltung gegen Ende eher etwas von einer Kaffeefahrt hatte, wir bekamen tatsächlich außer der Reihe noch eine weitere Tasse Kaffee angeboten, War die Öl-Verkostung wirklich interessant und machte Lust auf Öl-Shopping (oder besser Öl-Einkaufsbummel), auch nach der Reha-Maßnahme.

Reisebericht Teil XII+I – Postalisches

(XII+I, weil die 13 in unserem Kulturkreis gemeinhin verpönt ist...)

Auf der Verordnung der Trainings Therapie hatte ich gelesen, dass meine Entlassung für den 22.07. vorgesehen war. Meine Rückreisetickets waren jedoch bereits auf den 06.07. ausgestellt worden. Im beigefügten Schreiben war zu lesen:

Sollte es zu einer Verlängerung ihrer Rehabilitation kommen ist die Fahrkarte im Zeitraum von acht Wochen zur Rückreise gültig.

Spitze!... Keinerlei Hinweis, ab wann diese acht Wochen galten...

Ab Antragstellung? Ab dem Tage der Ausstellung? Ab dem Tage der Hinreise oder der Rückreise?

Können die das nicht irgendwie konkretisieren?

Außerdem fehlt nach 'kommen' ein Komma! (Ich alter Hobby-Linguist)

Ich muss auch noch die Kofferabholung und das Taxi umbuchen...

Und überhaupt, wie läuft hier eigentlich die Entlassung ab? Hab ich am letzten Tag auch noch irgendwelche Therapien? Laut Empfang offenbar nicht, ich könne direkt nach dem Frühstück auf die Menschheit losgelassen werden...

Da nach 18 Uhr natürlich weder bei der Bahn noch bei Hermes jemand telefonisch zu erreichen gewesen war, versuchte ich wenigstens die Kofferabholung online zu regeln. ...Und scheiterte kläglich!

Bei der Suche nach meinen Reiseunterlagen rutschte mir zunächst die bereits fertig geschriebene Geburtstags-Trauer-Karte für meinen Freund, welche ich zum Schutz vor Verschmutzung zurück in die super-glatte Hülle gesteckt hatte, und welche auf der Kante der Holzverkleidung auf den gesuchten Unterlagen platziert war, hinter die Wandverkleidung. Mist! Trotz intensiver Bemühungen, ließ sie sich weder herausangeln, noch die Täfelung entfernen... Kommende Generationen werden sie möglicherweise dereinst bei Sanierungen oder gar in fernen Jahrhunderten bei Ausgrabungen finden...



Nagut, dann eben auch telefonisch.

Zurück zur Umbuchung. Was für ein Desaster! Zwischen dem 14. und 24. Juli ließen sich keine Abholtermine buchen. Die Koffer schon am 13. Abholen zu lassen ging nicht, dann würde ich hier eine Woche ohne Klamotten sitzen. Eine solch animalische Note wollte ich selbst hier niemandem zumuten, auch wenn Geruchsbelästigung laut Genfer Konventionen nicht als Folter gilt. Und falls mein Sohn die Koffer aus irgendwelchen Gründen zu Hause nicht hätte entgegen nehmen können, wer weiß, wo die dann gelandet wären?! In Timbuktu vielleicht? Schließlich hatte ich noch nie einen Hermes-Boten getroffen, der des Schreibens und Lesens mächtig war. Auch deren IQ lag für mich, erfahrungsgemäß, immer deutlich unter 70. Drei Tage nach meiner Abreise abholen lassen? ...Bereitete mir auch eher Bauchschmerzen, da meine Koffer dann ihr Leben drei Tage unbeaufsichtigt im Foyer hätten fristen müssen.

Trotz mehrmaliger Versuche mit Trick 17, durch die Hintertür und allem Drum und Dran, war nichts zu machen. Mist! Also morgen telefonisch, auch wenn ich der Hoffnung auf eine mögliche positive Lösung meines Problems eher mit großer Skepsis entgegenblickte.

Mit Grauen erinnerte ich mich an den Hermes-Boten, der unfähig gewesen war, den in Druckbuchstaben verfassten DIN-A4-Zettel an unserer Wohnungstür über dem Laden meines damaligen Lebensgefährten zu entziffern, auf dem geschrieben stand:

Paket bitte im Laden ‚Electronic Sounds‘ abgeben!
Danke!

Selbst unser Kiosk-Fritze hatte es im Vorübergehen aus den Augenwinkeln lesen können, dennoch hatte ich 3x einen Zettel im Briefkasten, man habe mich leider nicht angetroffen...

grummel

Übrigens hing selbiger Briefkasten auch an unserer Wohnungstür, direkt unter besagtem Zettel! Auch dort hatte ich damals eine telefonische Lösung angestrebt, nicht wissend, dass Hermes nur Mitarbeiter einstellte, welche definitiv weder des Lesens noch des Schreibens mächtig waren. Anders ist mir bis heute nicht begreiflich, warum, nachdem ich den Namen ‚Electronic Sounds‘ sogar phonetisch buchstabiert hatte, mein Päckchen mit der Aufschrift ‚Elektoik Pfaunds‘ geliefert wurde...

Besagtem Hermes-Boten hatte damals mein Freund unlängst einen Plattenspieler verkauft. Dann bekamen wir einen Anruf dieses Kunden mit der Beschwerde, dass das Gerät nicht richtig funktionieren würde, weil die Nadel immer über die Platte wegrutschen würde. Wir baten ihn, das Gerät noch einmal vorbeizubringen, da eine Ferndiagnose des Problems schwierig wäre. Außerdem wurden bei uns alle Geräte getestet, ehe sie in den Verkauf gingen. Am folgenden Tag bekamen wir erneut einen Anruf des Kunden, welcher uns in feinstem sächsisch erklärte:

„Isch hab dis Bröbläm jelöst! Do wor ne Plaschte-Gappe übor dör Nodl drübor! Des muss een doch jesocht wär'n!“

Bitte, ich möchte jetzt wieder zurück auf meinen Planeten! Warum haben die mich hier gelassen?
*schluchtz

Trotz böser Vorahnungen bezüglich des Bildungsstandes der Bahnmitarbeiter wurde mir am nächsten Tag prompt geholfen. Selbst bei den grenzdebilen Mitarbeitern des Hermes-Versands klappte alles reibungslos. Das involvierte, hiesige Taxiunternehmen änderte ebenfalls problemlos den Termin!...

Das kenne ich nicht!...
Das macht mir Angst...

Wo ist der Haken???

In den Zimmernummer-Postfächern vor dem Speisesaal landeten auch persönliche Briefe und kleine Päckchen. Bei etwas größeren Anlieferungen, bei Paketen zum Beispiel, hatte man einen Zettel im Postkasten, dass man es sich an der Rezeption abholen konnte. An dieser Stelle noch einmal vielen Dank an zwei meiner Freundinnen, welche mir die Care-Pakete in die Klinik sandten. Ihr habt mir das Leben gerettet!

Meine neue Weggefährtin war eine Meister-Häklerin und hatte sich, da sie im Ort nichts Adäquates gefunden hatte, über das Internet ein „bisschen“ Wolle bestellt. Also, ein bisschen mehr. Da wir immer zu zweit umherzogen und auch unsere Pakete im Doppelpack von der Rezeption abholten, hielt man uns womöglich für ein Pärchen. Jedenfalls schnauzte uns die Dame an der Rezeption ganz fürchterlich an. Vielleicht sollte ich sie eher als Person betiteln, denn dieses Benehmen war so ziemlich alles, aber gewiss nicht damenhaft! Sie sei hier schließlich nicht das Postamt oder die Paketausgabe, das ginge so nicht, sie hätte schließlich anderes zu tun und ob wir hier mit irgendwas Handel treiben würden!?!... Unmöglich! Handel betreiben... hier besteht eindeutig Handlungsbedarf... und zwar bezüglich des Benehmens der Angestellten!

Die mitgebrachte Wolle war für ihre Häkelarbeit, eine Decke mit Mini Mouse für eine ihrer Nichten, mit Nichten geeignet. Das Beige entsprach nicht ihren Vorstellungen, daher diese Großbestellung. Aus den Resten der alten Wolle bastelte sie uns geschwind zwei kleine Täschchen, um unseren gesamten Krempel, wie Schlüssel, Therapieplan, Zuckerpäckchen, MAGERquark, Käse, etc. hin und her transportieren zu können. Auch hier noch einmal einen herzlichen Dank an meine Leidensgenossin. Ich habe den kleinen Beutel lieb gewonnen und nutze ihn noch immer...



Reisebericht Teil XIV – Quoten-Mann und Aufmerksamkeit

Direkt nach dem Frühstück diesen Tages sollte eine Aufnahme-Konferenz stattfinden. Die Erwartungen, die ich daran knüpfte sahen einen Konferenzraum mit Ärzten, Therapeuten und Pflegepersonal vor und dem Thema, wie man bezüglich meiner Behandlung verfahren solle. Ha! Nee, war die Vorstellung der fünf neuen Mitglieder der Gesprächsgruppe bei und mit der Therapeutin. Man stellte sich reihum namentlich vor und erläuterte kurz, welches Problem einen in die Reha geführt hatte und ob man gegebenenfalls eine Idee hätte, wie einem geholfen werden könnte, was ich ehrlich gesagt ziemlich unsinnig fand, denn wenn ich gewusst hätte, wie ich mein Problem selbst hätte lösen können, wäre ich nicht dort gelandet!? Der einzige Mann in der Runde, der Quoten-Mann, tat mir ehrlich leid!

Nun ja, wenigstens wurden dort auch sämtliche meiner Fragen bezüglich der Abreise frühzeitig geklärt, was den folgenden Telefon-Marathon deutlich erleichterte.

Beim Mittag hatte man unsere Plätze in der hintersten Ecke geklaut, nun denn, morgen sind wir schneller! Die Küche hatte sich augenscheinlich entschieden, das fehlende Salz der letzten Mahlzeiten, unseren Körpern über das heutige Gemüse zuzuführen. Dem Gemüse selbst konnte es jedenfalls nicht mehr schaden, denn darin war mit Sicherheit kein einziges Vitamin mehr am Leben. Falls doch, würde es heute sicherlich aus Einsamkeit bitterlich in mir weinen.

Zu etwas lappigen Nudeln gab es eine Soße aus klein gehäckselten Fleischteilen, was in mir den Verdacht aufkeimen ließ, in der Küche würde womöglich mit einem Thermomix gearbeitet. Ein absolutes Tabu, ja sogar eine Todsünde für jeden Koch, der auch nur halbwegs was auf sich hält! Aber für die hiesigen Verhältnisse... wäre es vielleicht „die“ Lösung gewesen!? Trotz ihres erbarmungswürdigen Anblicks schmeckte die Soße durchaus zumutbar.

Nach dem Essen stand zunächst die Mucki-Bude und anschließend Schwimmen für mich an. Also packte ich mein Schwimmzeug gleich mit ein, nochmal aufs Klo und etwas Deo unter die Flügel... mir meiner Multitasking-Fähigkeiten voll bewusst, verwendete ich den Deo-Roller bereits auf der Toilette sitzend, dann, schwungvoll vom Topfe erhoben und... Neiiiiin! ...Im Hohen Bogen flog der Deo-Roller-Deckel ins ungespülte Pissoir! Echt jetzt? *grummel

Nachdem ich auch dieses Missgeschick aus der Welt geschafft hatte, ging es nun unter Zeitdruck hinunter in den Fitnessbereich. Wie war das doch gleich mit dem Starten des Displays am Drahtesel? Ich drückte einige Knöpfe, wie ich es immer machte, denn Bedienungsanleitungen sind was für Weicheier! ...nagut für Leute ohne Phantasie, aber es klappte nicht. Die daraufhin angesprochene Therapeutin war trotz ihrer unterbrochenen Mittagspause super freundlich und hilfsbereit. (Könnte sich das Kellner- und Rezeptions-Pack durchaus eine Scheibe davon abschneiden!) So dremmelte ich denn vor mich hin... Boah, wie lang sind eigentlich 10 Minuten???... Uuuund die Suppe lief... Hey, das Handtuch hatte ich doch hinter mir aufs Fensterbrett gelegt! Bin ja, wie bereits bewiesen, Multitasking fähig! Elegant drehte ich mich um und griff nach dem Handtuch. Ich zog es vom Fenstersims und den Rest meines Krempels, wie Trinkflasche, Schlüssel etc., gleich mit. Mittels dieses lautstarken Gescheppers hatte ich die Aufmerksamkeit aller Anwesenden gekonnt erheischt, um nun den Rest meiner Aufwärmphase unter allgemeiner Beobachtung zu absolvieren.... Eeeendlich waren die verfluchten zehn Minuten um. Nix wie raus hier!

Nun noch die Geräte in der Mucki-Bude... Eine halbe Stunde für alle Übungen? Für drei Durchgänge a 15 Wiederholungen? Höchstens für einmal 15 Wiederholungen, aber dreimal? Naja, irgendwie hab ich zwei Durchgänge hinbekommen. Ich bin soooo stolz auf mich!

Auf dem Zahnfleisch kroch ich anschließend in den Wartebereich des Schwimmbades und plumpste erschöpft in einen Sessel. Meine Akklimatisierung erfolgte frühestens nach einer halben Stunde... Nachdem ich ausnahmsweise in der Umkleide der Schwimmhalle geduscht hatte, kämpfte ich mit der Schwierigkeit, mich irgendwie in meinen Badeanzug zu pellen. Notiz an mich selbst: „Merke: einen trockenen Badeanzug kriegt man nicht auf einen nassen Körper!“

Das Schwimmen entschädigte mich für alle Strapazen! Mit Leichtigkeit zog ich Bahn um Bahn. Elegant wie ein Reh bewegte ich mich, luftig-leicht fühlte ich mich, im zart erwärmten Pool. Zumindest bis zum Verlassen des Beckens. Hat mir doch echt jemand einen zweiten Elefanten auf die Schultern gesetzt!?! Skandalös!

Der Vergleich mit dem Reh passt da schon ganz gut. Immerhin wiegt ein solches Tier um die 120kg!

Beim Abendessen überraschte mich dann ein Paprika-Ananas-Salat mit einer unzumutbar muffigen Note. Bläch! Meine Leidensgenossin offerierte mir ihre "frische" Komponente, einen locker-leichten Mayonnaise-basierten Salat, den ich dankbar annahm. Sieh an, mit Mayonnaise verlängert, lässt sich das geschmacksneutrale Mittags-Gemüse tatsächlich verzehren! ☐ ☐



Reisebericht Teil XV – Irrungen & Wirrungen

Einen Morgen stieg ich in der vierten Etage in den Aufzug, um ins Erdgeschoss zu gelangen. Im dritten und zweiten Stock stiegen noch jeweils eine Dame mit demselben Ziel hinzu. Dann beförderte uns der Fahrstuhl noch einmal in den fünften Stock, nur um dann erneut auf meiner ursprünglichen, vierten Etage zu halten. Mit einem weiteren kleinen Abstecher in das Untergeschoss, gelangten wir doch noch irgendwann ins Parterre, wo wir schließlich unversehrt entlassen werden konnten... Somit endete die abenteuerliche Reise in einem verrückten Fahrstuhl doch noch glimpflich und zielgerichtet. Das ganze hatte ein bisschen was vom Fahrstuhl in Willy Wonkas Schokoladenfabrik. Der fuhr auch aufwärts, abwärts rückwärts, seitwärts und querwärts... Und Umwege erweitern ja bekanntlich die Ortskenntnis! Allerdings wäre es super gewesen, am Schokoladen-Wasserfall aussteigen zu können... Ich bin und bleibe bekennder Schokoloholik. Ein Leben ohne Schokolade ist vielleicht möglich, aber wertlos!

Dass ich über die Therapie Gruppe nicht reden darf, ist selbstverständlich, aber ich denke bezüglich der geführten Atemmeditation ist eine Ausnahme sicherlich zulässig!? Es betrifft ja kein Problem, welches der Schweigepflicht unterläge, sondern ist die Beschreibung einer Therapieform. Wir setzten uns alle bequem hin, schlossen die Augen und achteten auf unseren Atem, während die Therapeutin uns mit ruhiger, sanfter Stimme in eine andere Welt zu entführen versuchte.

"Mit jedem Atemzug nehmen wir Kraft in uns auf,
wir atmen Ruhe ein,
wir atmen Wut aus...
Wir atmen Frieden ein und Stress aus...
In uns kehrt Ruhe ein und eine Leichtigkeit... "

POFF! Das war's mit Entspannung!...

Schlagartig war ich bäbelisiert! Wieder hatte ich meine ehemalige Chefin Bäbel im Kopf: "Alles, was deinem Leben fehlt ist etwas frische Farbe! Mit Leichtigkeit! Am Besten in Aquarell!"... Was gibt's denn an einem farbenfrohen Schwarz auszusetzen?

Geführte Meditation ist dann wohl eher nichts für mich...

Auch die warme Mahlzeit dieses Tages war für einen genussorientierten Menschen wie mich, eher semi-begeisternd: Lappiger, grauer Kohlrabi... Was haben sie dir bloß angetan? *schluchz

Schließlich sollte ich erneut in die Mucki-Bude. Das Aufwärmen auf dem Drahtesel war bei der Schwüle dieses Tages meinem Körper irgendwie so gar nicht zuträglich... Ich fühlte mich alsbald äußerst blümerant und plumpste der Therapeutin in die Arme. Ich brach also leider Gott sei Dank die Trainings Therapie ab und schleppte mich durch die laaaangen Korridore gen orangen Salon. Ein wenig realitätsentrückt blieb ich im Gang stehen. Dort, wo ich meine Zimmertür vorzufinden gedachte, stand ein Schrank! "What the fu***? Wer zum Teufel hat da einen Schrank hingestellt? Und wo ist meine verfluchte Zimmertür?..."

Ach so, war ja erst der erste Flur, da kommt ja noch Einer!... Den Rest des Tages verbrachte ich dann in der Horizontalen und fieberte..., nein eher temperierte, dem aufkommenden Gewitter entgegen.



Reisebericht Teil XVI – Wochenende

Wochenenden verliefen in dieser Klinik therapiefrei. Man konnte sich morgens in die Schwimm-Liste eintragen und zwischen drei Zeiten wählen, so man denn überhaupt noch einen Platz bekam. Mindestens drei Personen mussten eingetragen sein, wegen der Sicherheit. (Einer sichert den Verunfallten, der Dritte holt Hilfe.) Maximal sechs Personen durften in die Halle, außerhalb von Corona-Zeiten wären es acht gewesen. Leider ausschließlich vormittags. Umso bedauerlicher fand ich es, dass einige der eingetragenen Personen bei dem geringen Platzangebot nicht in der Halle erschienen. Sicher mag ein Becken von 20m Länge so manchem Gast ziemlich popelig erschienen sein, aber in diesem Falle hätte man stattdessen das Schwimmbad im Ort frequentieren und diese spärlichen Plätze denen überlassen können, denen das ausreichte. Menschen...! *grummel

Vor der Schwimmhalle selbst, standen drei Ergometer, von denen der Mittlere derzeit aus hygienischen Gründen gesperrt worden war. An Wochenenden durften diese Geräte ebenfalls vormittags von 9-12 Uhr genutzt werden. Warum nicht auch am Nachmittag, konnte oder wollte mir niemand beantworten.

Der Samstag hat sich hier offensichtlich als Eintopf-Tag etabliert. Wohl um die Reste der vorangegangenen Woche noch sinnvoll zu verwerten, sofern dies nicht bereits via frische Salatvariation geschehen war und um somit noch weitere Kosten einzusparen. Die Kartoffelsuppe des vorherigen Wochenendes war zwar geschmacklich recht annehmbar, aber bei der Hitze, die zu dieser Zeit herrschte, nicht so unbedingt der Renner. Da es sich aber nach dem Gewitter dieses Tages merklich abgekühlt hatte, lag der Verzehr eines Linsen-Eintopfs durchaus im Bereich der Akzeptanz. Zumindest der Meinen.

Der neue Wochen-Therapie-Plan lag ebenfalls schon in den Postkästen bereit und bot sich als Lektüre während des Soupers an. Weia, haben die mir den mit sportlichen Aktivitäten vollgepackt! Trainings Therapie, Terrain Training, Basis-Sport und tatsächlich zweimal Schwimmen unter der Woche. Insgesamt 8 (in Worten: acht!) Sport-Termine innerhalb von nur 4 Tagen...

Da muss ich ja noch mehr essen, um mein Gewicht zu halten!?

Nicht, dass ich als Andrea Schwarzenegger zurückkehre...

Die zweimal Ergo, wenn auch frei, sowie eine PMR rissen mich nicht unbedingt vom Hocker. Na hoffentlich bringen die zwei Morgen Runden, zwei Gruppen- und ein Einzelgespräch mit unserer Therapeutin etwas...!?

Nach dem Mittag verpasste ich meinen Haaren noch etwas frische Farbe (mit Leichtigkeit) in einem farbenfrohen Blauschwarz. Ich hatte mir zum Färben extra ein altes Handtuch mitgenommen, so dass ich die blütenweißen Handtücher des Etablissements nicht vollends ruinierte, aber jeder, der sich die Haare schon einmal selbst dunkel gefärbt hat, weiß, dass beim Auswaschen immer noch etwas Farbe im Handtuch landet. So auch diesmal. Die blütenweißen Badetücher der Reha-Klinik waren nach dem abtrocknen nun nicht mehr ganz so rein. Dennoch, das Ergebnis konnte sich durchaus sehen lassen...



Ich schwang mich noch in meine etwas gruffigeren Klamotten, da inzwischen schon ansatzweise die alte Andrea zum Vorschein kam. Hier und da lugte auch mein berühmt-berüchtigter Sarkasmus bereits hervor und es fiel mir immer schwerer meine vorlaute Klappe im Zaum zu halten. Wenn ich schon unangenehm auffalle, dann richtig! Soll sich schließlich lohnen!

Anschließend verdünnsierte sich unsere Kleingruppe Richtung Stadt und landete im Real-Markt. Gott, was für Preise... Die nahmen es von den Lebenden! Der Sahne Joghurt war für lumpige -,65 € angepriesen (bei uns maximal -,49 €), meine geliebten Fertig-Schnitzel für super günstige 2,49 € (bei uns, je nach Discounter 1,99 - 2,19 €) und der gute Weihenstephan Fruchtquark im 500g-Vorteilspack wurde uns für sagenumwobene 2,49 € offeriert (statt der bei uns üblichen 1,89 €). Da ließ sich der Spaß am Einkaufen nur schwer bändigen!

Himmel, ich kling' ja schon wie eine Reklame-Sprecherin...

Ob ich doch erneut eine berufliche Laufbahn im Einzelhandel anstreben sollte?

Ich erinnere mich an eine Gegebenheit während meiner Call-Center-Tätigkeit. Ich hatte nach einigen Stunden im Outbound (wir rufen die Kunden an und offerieren ihnen unsere Angebote) früher Feierabend gemacht und rief meine Lebensgefährten an. Nun entwickelt man bei einer solchen Tätigkeit über mehrere Stunden hinweg einen gewissen Sing-Sang in der Stimme, den man nicht ad hoc abstellen kann. So säuselte ich ihm via Telefon meine Rückkehrabsicht ins Ohr. Er wiederum hatte mich offenbar nicht erkannt und starrte völlig entgeistert das Telefon an:

„Nanu? 0190-er Nummern sind doch bei uns gesperrt!?“



Reisebericht Teil XVII – Blaue Eier und Sauerkraut

Sonntags gesellte sich, als Erweiterung des spärlichen Frühstücks-Belags,
ein Frühstücks-Ei!

Das Frühstück war also doch expansionsfähig. Niemand hatte wirklich zu hoffen gewagt, dass es wachweich gekocht sein könnte. Überraschend war jedoch, dass es nicht nur blau gekocht worden war, sondern dass sogar das Eiweiß eine gelbliche Farbe angenommen hatte. (Zur Erklärung für nicht Köche: 'blau gekocht' bedeutet, dass das sich das Eigelb durch zu langes Kochen am äußeren Rand bläulich verfärbt.) Wie lange man Eier kochen muss, damit sich auch das Eiweiß verfärbt entzieht sich meiner Kenntnis. Ich habe so etwas jedenfalls noch nie geschafft, selbst der trödeligste der Lehrlinge in meiner Laufbahn nicht. Vielleicht hätte ich das Küchen Personal darauf hinweisen sollen, dass es sich bei den Eiern mit der Kochzeit reziprok zum Sonntagsbraten verhält....?! Die werden bei längerer Kochzeit nicht weicher!!! (Ich war tatsächlich versucht, diesen Absatz im Kapitel XXIII unter „Gummigeschosse“ unterzubringen...)

Der Speiseplan hatte für diesen Tag Bratwurst mit Sauerkraut und Kartoffelpüree angekündigt. Sauerkraut!... Eines meiner Kindheits-Traumata! Wenn ich nicht täglich mein Geschäft verrichtete, wurde mir Sauerkrautsaft eingeflößt, weil das ja so gut für die Verdauung sei... *kotz!
Obwohl ich, als meine Jungs noch klein waren, meiner Mutter einst Leinsamen zum einstreuen in den Joghurt oder Pudding mitgegeben und ihr erklärt hatte, dass sie damit super zurechtkämen, es geschmacksneutral und ohne jegliche Nebenwirkungen sei, ereilte meine Kinder bei ihr dasselbe Schicksal. Ich hab ja keine Ahnung! Meine armen, armen Kinderlein! *schnüff
Seitdem ist Sauerkraut von unseren heimischen Speiseplänen ratzekahl getilgt worden. Allein bei dem Geruch dreht sich mir heute noch der Magen um!

Beim Mittagessen gab ich deshalb schon vor dem servieren bekannt, dass man mir kein Sauerkraut kredenzen möge. Eine schon dinierende Mitpatientin, welche bereits bei der Hälfte ihrer Portion angelangt war, kommentierte diese Ankündigung mit einem knappen "Gute Entscheidung!", was Schlimmstes erahnen ließ...

Die an Röstaromen arme Bratwurst harmonierte mit dem laschen Kartoffelpüree und der geschmacksneutralen Soße aufs Angenehmste. Ein gelungenes Potpourri der Fadheit. Als die Kellnerin die Teller abräumte fragte sie uns tatsächlich " Hat es geschmeckt?"...

Wir waren so perplex, dass wir nicht wussten, was wir antworten sollten. Allein die Tatsache, dass wir bei diesem Essen sowas überhaupt gefragt wurden, überforderte unsere Großhirnsynapsen!

Abends bemühte ich mich redlich, meine ganzen Therapie-Termine der folgenden Woche in meinen Kalender des Mobiltelefons einzutragen und mit einem Weck Ton zu versehen, damit ich nicht wieder irgendwas versemmelte. Ob mir das tatsächlich gelungen war, würde die Zeit zeigen...

Jetzt hätte ich euch doch beinahe die frische Salatvariante des Abends unterschlagen:
Ein Kartoffelsalat mit Mayonnaise, Gürkchen und Ei... Eieiei! Die nicht ganz von der Mayo bedeckten Kartoffeln hatten einen Teil ihrer Feuchtigkeit bereits eingebüßt. Die blauen Eier waren fein, die Cornichons nur grob gehackt, Letztere teilweise nur halbiert. Etwas Senf unterstrich den recht eintönigen Charakter der Kartoffeln und die sparsame Garnitur aus einem minimalistischen Petersilienzweiglein rundete diese kulinarische Delikatesse ab. Paul Bocuse wäre neidisch gewesen! Vielleicht sollte ich noch als Fußnote hinzufügen, dass gelb gekochtes Eiweiß eine gummiartige Konsistenz aufweist?! Das Kauen eines Fahrradschlauchs hätte wohl etwas Ähnliches gehabt! Oder zu lang gegarte Tintenfischringe...

Reisebericht Teil XVIII – Lob & Tadel

Zum Mittag gab's Hähnchen Piccata mit Nudeln und Ratatouille. Eine äußerst eigenwillige Kreation. Das Ratatouille war tatsächlich hausgemacht, aber wie schon während der Quarantäne, extrem säurelastig, wohl um das fade, tot gegarte Gemüse darin verzweifelt zu übertünchen. Über die Nudeln war Öl gekippt worden, damit sie nicht aneinander klebten und leichter portionierbar waren. Dass sie dadurch aber ihre Fähigkeit die Soße auch nur im Ansatz aufzunehmen eingebüßt hatten, tangierte offenbar niemanden. Bei der Soße handelte es sich übrigens um französische Kost aus dem Hause "La Tüt & La Büchs". Das Hähnchenschnitzel war selbstverständlich nicht knusprig, wohl damit keine harten Krümel ihren Weg unter irgendwelche Gebisse fanden. (Wie rücksichtsvoll! So was von absolut Senioren-Konform!) Immerhin war das Schnitzelfleisch zart und saftig und mit ein bisschen Fantasie ließ sich im Abgang, gaaaanz im Hintergrund ein Hauch von Parmesan erahnen.

Zum Nachtisch hatte meine Leidensgenossin uns einen exorbitant leckeren, gesunden und vitaminreichen Obstsalat gebastelt.

Obstsalat...

Mein absolutes Highlight diese Woche!

Genaugenommen der ganzen Reha. Am nächsten Morgen hatte sie die Reste mit dem gesammelten Quark von diversen Frühstücksnudeln verrührt und auch dieses mundete uns nun gar köstlich.

Nach diesem wahrhaft überwältigenden Mahl, konnte ich in der Mucki-Bude die, durch die Piccata eher angewidert erworbenen Kalorien abarbeiten. An dieser Stelle auch mal ein großes Lob für die Therapeutin dieser Trainings Therapie, die sehr bemüht war, Hilfestellung zu geben, die auf die richtige Haltung und Atmung achtete, beherzt einschritt, um Fehler zu korrigieren und auch erklärte, was und warum man etwas falsch gemacht hatte. Sie schreckte nicht einmal davor zurück, die eine oder andere Übung selbst zu demonstrieren.

Gaaaanz großes Kino!

Leider mit einer halben Stunde, zumindest in diesem Falle, viel zu knapp bemessen...

Auch die Staubsaugerpilot*Innen, gemeinhin Zimmermädchen genannt, möchte ich hier lobend erwähnen. Sie sprachen zwar nur spärlich deutsch, was die Kommunikation stark einschränkte, waren dafür aber immer bemüht, alles tip-top zu halten. Die Zimmer waren stets sauber und die Bäder ebenso. Auch waren sie sehr freundlich und hatten immer ein Lächeln auf den Lippen, was sogar trotz Maske erkennbar war.

Reisebericht Teil XIX – Wäsche & Kohlrouladen

Den Dienstag lasse ich im Großen und Ganzen ausfallen, denn der war verdammt hart mit Gruppentherapie und anschließendem Einzelgespräch mit der Therapeutin. Aber der Knoten scheint bei mir geplatzt zu sein...

Doch die vortreffliche Kohlroulade nebst sautierten Möhr(ch)en und Salz(los)kartoffeln sollte man probiert haben! Die starken Röstaromen der Roulade standen im krassen Gegensatz zu den natriumfreien Kartoffeln, so dass selbst die Tütensouße diesem Gericht nichts mehr anhaben konnte. Die sautierten Möhr(ch)en waren extremst bissfest, in grobe Balken geschnitten und schienen tatsächlich frisch angeliefert worden zu sein. In dieser Form habe ich sie jedenfalls noch nie in Dosen oder Gläsern gesehen, nicht mal in Kantinen und es würde auch erklären, warum sie so bissfest gestaltet waren. Geschmacklich jedoch das absolute Highlight dieser Komposition. Die Fleischeinwaage der Roulade beschränkte sich auf ein Minimum (selbst die Frühstückseier waren größer). Sie fiel unter dem ganzen verkohlten Kohl eigentlich nur durch ihre etwas festere Konsistenz auf. Man stieß sozusagen zufällig auf sie.

Den Patienten standen im gegenüberliegenden Gebäudeflügel eine Waschmaschine und ein Trockner zur Verfügung. Offenbar war Minimalismus hier Standard. Eine Liste mit vorgegebenen Waschzeiten stand zum selbsteintragen zur Verfügung und ich hatte mich für diesen Tag vorgemerkt. Entsprechende Waschmünzen waren an der Rezeption zu erwerben, Kosten 2,50 €. Auch Waschmittel hätte man gegebenenfalls dort für günstige -,50 € erwerben können, ich hatte mir jedoch bereits zu Hause etwas in eine Tüte abgefüllt und mitgebracht.

Ich trabte also mit meiner Reisetasche voller Schmutzwäsche in der einen und meinem mitgebrachten Waschmittel so wie der Waschmünze in der anderen Hand, dem Hauswirtschaftsraum entgegen, stellte dort alles auf den Boden und befüllte die Waschmaschine. Eine kurze, eher verwirrende, denn hilfreiche Bedienungsanleitung war auf der Maschine selbst angebracht. Ich füllte das Waschpulver ein und suchte nach der winzigen Wertmarke (Sie war kleiner als ein 10-Cent-Stück! Ebenfalls minimalistisch!). Nichts zu finden. Ich durchsuchte die komplette Reisetasche, räumte die Maschine kurzerhand wieder aus, durchsuchte jedes Wäschestück einzeln und auch die leere Trommel... Nichts!

In weiser Voraussicht hatte ich an der Rezeption gleich zwei Münzen erworben, um dem präventiven Karma meines Lebens ein Schnippchen zu schlagen, hatte diese aber, nicht ganz so weise, in meinem Zimmer gelassen. Also trabte ich nach dem wieder Befüllen des Gerätes zurück durch die langen Flure in meine Kemenate, nahm die zweite Münze (Diesmal passte ich wirklich höllisch auf sie auf!) und ging wieder durch die langen Flure zurück, um die Maschine zu starten. Wandertag! Auf diese Weise hatte ich bereits eine Viertelstunde meiner recht kurz bemessenen Waschzeit verplempert, meine Nachfolgerin möge es mir verzeihen. Die Waschlade kostete mich durch dieses Missgeschick im Endeffekt 5,- € statt nur 2,50 €.

Den Trockner sparte ich mir bei der Wärme, ich hatte eh keine Münzen mehr dafür und verteilte meine gewaschenen Plünnen auf Kleiderbügel über Balkon und der Heizung. Mein eigenes Handtuch hängte ich direkt über die Balkonbrüstung. Leider hatte ich den starken Wind dieses Tages außer Acht gelassen, der es mit einer kräftigen Böe von der Brüstung fegte. Selbstverständlich nach Außen! (War doch klar!) wieder durch die langen Flure, noch einmal Mobbing seitens des Fahrstuhls, und ich konnte mein nicht mehr so sauberes Eigentum, unter irritierten Blicken der Raucherfraktion, vor der Klinik auflesen. Ob diese verstörten Blicke nun meinem Handtuch, meiner bewundernswerten Oppulenz oder meinen Gary-Puschen galten, will ich einfach mal unerörtert lassen. Jedenfalls tauchte die Waschmünze auch den Rest meines

Klinikaufenthalts nicht mehr auf. Tja, offenbar hatte präventives Karma doch noch einen Weg gefunden zuzuschlagen!?



Der Raucher-Pavillon vor dem Haupteingang

Reisebericht Teil XX – Nichts klappt, nur die Tür

Kennt ihr diese Tage, an denen nichts schief geht und alles super klappt?...
Ich auch nicht!

Dieser Tag, nennen wir ihn pro forma Donnerstag, hätte man so, wie er war, in die Tonne treten können!

Morgens, direkt nach dem Aufstehen, musste ich schweren Herzens feststellen, dass der Basis Sport des Vortages in der Gymnastikhalle wohl eher kontraindikativer war. So viel Spaß es auch gemacht hatte, für mich wohl eher der falsche Kurs, da ich von starken Gelenkschmerzen gepeinigt erwacht war.

Heute sollte der Basis Sport in der Schwimmhalle stattfinden. Na vielleicht entlastet das ein wenig meine altersschwachen Gelenke... Im Aufzug begegnete ich dann noch ein paar Patienten aus meiner Psycho-Gruppe (Pardon! ...meinem Gesprächskreis), die mich bei der heutigen Morgen-Runde entschuldigen wollten, da ich ja das Wasser-Ballette auf dem Plan hatte. Leider wussten sie meinen Namen nicht mehr, daher wurde ich dort als "die mit den verrückten Puschen" entschuldigt. Naja, wenigstens wusste jeder, wer gemeint war.

Der Basis Sport in der Schwimmhalle war ganz nett, aber unerwartet anstrengend und kompliziert. Anschließend durften wir dafür noch eine halbe Stunde schwimmen, wenn wir wollten. Meine Fisch-Badelatschen wurden erneut interessiert begutachtet. Vor allem von der Therapeutin, die auch sogleich fragte, wessen das seien und wo man so etwas herbekommt. Während des Schwimmens kam mir der Gedanke, vielleicht später noch auf den Ergometer zu gehen.

Moooment mal...!?

Ich denke freiwillig darüber nach, eigen-initiativ einer sportlichen Betätigung nachzugehen...???

☒ ☒☒☒☒☒☒ ☒ ☒☒ ☒☒☒ ☒☒☒☒☒☒???

Auf dem Rückweg von der Schwimmhalle zum Schlafgemach mobbte mich der Fahrstuhl erneut, in dem er auf meinem Stockwerk etwa 7cm unterhalb des Bodens hielt. Dies eröffnete sich mir allerdings erst, als ich mit meinen Badelatschen an dem Absatz hängen blieb und kunstvoll aus dem Aufzug stolperte. 7,5 in der B-Note würde ich sagen. Die Treppenhaustür bremste meinen Drall nach vorne und verhinderte größere Peinlichkeiten, da mein Bademantel wohl weder einem dreifachen Rittberger, noch einem Salto-Mortale standgehalten hätte und mein Badeanzug fein säuberlich im mitgeführten Handtuch eingerollt war...

Ja, ihr dürft euer Kopf-Kino jetzt wieder beenden!

Nach dem Schwimmen föhnte ich mir noch eben die Haare trocken. Die Temperaturen hatten sich nach dem Gewitter vom Vortag stark abgekühlt und man/frau will ja nicht kranker nach Hause kommen, als man her kam. (Bitte beachtet die korrekte Schreibweise von 'krankter', denn ein Wort wie 'kränker' gibt es nicht! Und ja, ich weiß: Niemand mag Klugscheißer!)

Haare trocken, noch den Föhn ausstöpseln... und ich hatte den Stecker samt Steckdose in der Hand!



Nach Mitteilung dieses kleinen, bizarren Zwischenfalls an der Rezeption, was eher widerwillig zur Kenntnis genommen wurde, stieß ich vor dem Haus zur Gruppe Terrain Training hinzu, die eigentlich als lockerer kleiner Spaziergang ausgelobt worden war. Nö, natürlich war ich in der falschen Gruppe eingetragen worden, diese Herrschaften absolvierten die gehobeneren Variante des Terrain Trainings, 25 Minuten strammen Marsches. Also nix mit Töröööh-Training...

Nach dem Dinieren, den Wirsing hatte ich ja bereits einmal in höchsten Tönen gelobt, begutachtete ich noch einmal meinen Therapieplan und machte mich dann auf, den Vortrag über Schmerz aufzusuchen. Da ich nicht fündig wurde, begab ich mich erneut in meinen orangenen Salon um noch einmal den Plan zu studieren. Tja, was soll ich sagen!/? Heute einen Kurs nicht zu finden, der ohnehin erst am Folgetag stattfinden soll, ist nicht unbedingt eine Kunst, entspricht aber meinen Kernkompetenzen. Offenbar war ich wieder einmal in der Zeile verrutscht. Nun denn, begeben wir uns also schon einmal zur Trainings Therapie in die Mucki-Bude. Wenigstens hatte ich so die Möglichkeit, mich vor den Geräten rechtzeitig vernünftig auf dem Ergometer aufzuwärmen. Meine Gedanken beim Schwimmen stellten sich damit als nicht ganz so abwegig heraus.

Nach schier endlosen zehn Minuten auf dem Drahtesel konnten wir, mit Genehmigung des zuständigen Therapeuten, gleich an die Geräte, da wir bereits alle eine entsprechende Einweisung erhalten hatten. Es war uns gestattet, während der Trainings Therapie die Masken abzunehmen, um besser atmen zu können. Ohne Maske sieht man beim Sport in ziemlich verbissene Mienen. Die Aufforderung des Therapeuten, beim Sport doch etwas zu Lächeln, quittierte ich knapp mit:

"Das ist mein freundlichstes Gesicht!"

Zu viel Freude kann nicht gesund sein! Durch den Frühstart an den Geräten war es mir tatsächlich möglich, alle Übungen in der vorgegebenen Anzahl der Wiederholungen zu absolvieren und ich wollte mich zum Duschen nach oben begeben. Also Maske auf... hmmm... irgendwie... merkwürdig... Die riecht so anders, als zu Beginn... Und warum liegt unter meiner Trainingskarte noch eine Maske?...

Na super, Maske verwechselt! Werde ich jetzt sterben?

Der diesmal anwesende Therapeut war so freundlich, der geschädigten, bzw. nun unbemaskten Patientin sofort eine Neue zu holen, so dass dieser kleine Zwischenfall auch für sie nicht tödlich endete. Kann heute noch was schief gehen? Ich meine, außer in falschen Kursen eingetragen zu sein, diese zu suchen, die Kür beim Ausstieg aus dem Fahrstuhl zu verpatzen oder gar das Interieur zu demolieren?

Man sollte das Schicksal nicht herausfordern!...

Nach dem Essen war ein kurzer Spaziergang unserer Kleingruppe zum Parkplatz vorgesehen... Der fiel dann aber buchstäblich in Wasser, weil ein plötzlicher Platzregen einsetzte, der mich doch stark an heimatliche Gefilde erinnerte.

Flensburg

Die einzige Stadt Deutschlands, die mehr Regentage hat, als London!

So drückte mich ein wenig das Heimweh...



Man bekommt hier zwei Masken pro Woche kostenlos, da aber alle gleich sind, kann es schnell einmal zu Verwechslungen kommen. Am Abend hatte ich bezüglich der Masken-Kennzeichnung sodann meiner Sorgfaltspflicht genüge getan, um nicht erneut Opfer einer fatalen Verwechslung zu werden, jemanden zu gefährden oder gefährdet zu sein! Keine potentiellen Opfer mehr.

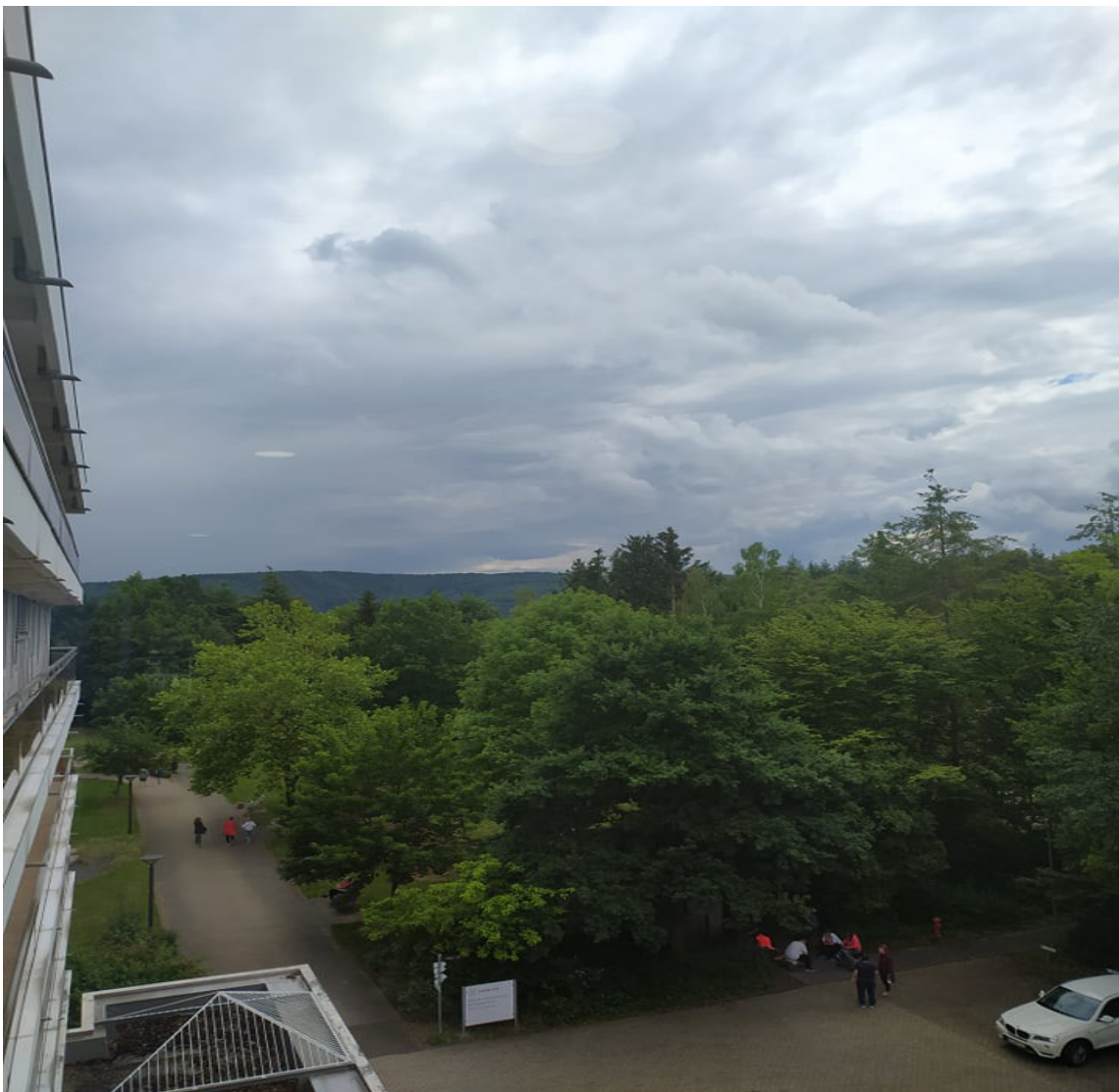
Vier kleine Pentagramme zierten nun die Ecken meiner Maske!



Unverwechselbar!

Reisebericht Teil XXI – Odeur & Bukett

Der nächtliche Ruhezustand wurde hier des Öfteren von intensiven Parfüm- oder Deo-Noten barbarisch beendet. Der Grund für diese Geruchsbelästigung war offenbar in einer irgendwie nicht wirklich adäquat funktionierenden Lüftungsanlage zu sehen, die die Gerüche aus anderen Etagen zuverlässig durch alle Stockwerke verteilte. Was nicht weiter tragisch gewesen wäre, wenn ich nicht ausgerechnet dieses Wochenende von einer fiesen Migräne heimgesucht worden wäre, welche mir diese Gerüche so gar nicht lieblich erscheinen ließ. Es verstärkte eher den unbändigen Drang, mein Innerstes nach außen zu kehren und somit der Welt zu zeigen, was in mir steckte. Mit Migräne durchs Haus zu wackeln und die Leute zu bitten, ihrer Körper-Hygiene zu einer anderen Zeit zu frönen, wäre dabei wohl auch eher als unangemessen zu betrachten gewesen und so öffnete ich lieber die Balkontür. Boah, muss diese scheiß Sonne so laut sein!? Wenigstens konnte ich atmen. Dafür zogen nun die Rauchschwaden der Nikotin-Konsumenten erbarmungslos in meine, nach dem herunterkurbeln der Jalousien im Halbschatten liegende, Bärenhöhle. Im Normalfall alles nicht so tragisch, aber mit und nach einer Migräne noch eine Entscheidung zwischen zwei üblen Gerüchen treffen zu müssen, war ein bisschen wie die Wahl zwischen Pest und Cholera. Die lautstarken Unterhaltungen im Raucherbereich und ein gar infernalisch anmutendes, weibliches Lachen erleichterten diese Wahl nur minimal. Und da gerade Sonntag war, bestand auch keinerlei Aussicht darauf, dass meine Peiniger ggf. vorübergehend in irgendwelche Therapien verschwanden.



Wartet's nur ab...

Irgendwann ist der Zeitpunkt für meine Rache gekommen!

Und für wahr, sie wird gar schauderhaft werden!

Erleichtert stellte ich am Montagmorgen fest, dass sich die Migräne verzogen hatte! Die Gewitterwolken im Kopf waren abgeebbt und machten Platz für rationale Gedankengänge. Dass es sich in den langen Fluren geruchstechnisch nicht viel anders als mit der Lüftung in den Zimmern verhielt, ist wohl keine große Überraschung?! Etwa alle fünf Meter überfiel einen ein anderer Geruch. Von Duschgel, Deo, Parfum über Aftershave und Haarspray bis hin zu Lufterfrischern und weniger angenehmen Duftnoten aus dem Bereich der biochemischen Ursuppe des menschlichen Seins und der Entschlackung.

Inzwischen hatte ich mir angewöhnt, die Waschräume im Erdgeschoss zu frequentieren, da dort zum einen die Installationshöhe der Sanitäreinrichtungen eher meinen Knien schmeichelte, als auf meinem Zimmer, zum Anderen ersparte ich mir diverse Fußwege, wenn ich eh schon im Erdgeschoss weilte. Auch wenn ich normalerweise eher ein Heim-Kotierer bin, so hatten diese Erdgeschoss-Waschräume durchaus ihre Vorteile. Alleine das Platzangebot schmeichelte meiner opulenten Persönlichkeit, das Licht war angenehmer und die Sitzhöhe meines Zimmer-Klosetts hatte ich ja bereits einmal erwähnt. Selbst das Toilettenpapier war von höherer Qualität, als das Standardpapier auf den Wohntagen. Vielleicht war mein Zimmer einmal für mitreisende Kinder oder Mitglieder des Stammes der Pygmäen vorgesehen gewesen, aber sich von einem Abort in etwa mittiger Wadenhöhe hoch zu quälen, ersparte ich mir doch ab und an ganz gerne.

Bedauerlicherweise konnte ich meine Gedärme nicht davon überzeugen, mit meiner Erdgeschoss-Waschraum-Frequenz konform zu gehen, so dass ich nun recht nonkonform in meiner Nasszelle thronte. Nun ratet mal, wer sich gerade der diebischen Freunde ergab, dass seine dämonischen Nuancen alsbald ihren Siegeszug durch andere Räumlichkeiten, als nur die meinen, antreten werden würde!?!...

Reisebericht Teil XXII – Acht Augen

Basis Sport in der Gymnastikhalle... Nachdem der Fahrstuhl genug davon hatte, mich zu mobben, gelang es mir, die Gymnastikhalle im Untergeschoss aufzusuchen. Selbstverständlich mit der sich für mich gehörenden, bezeichnenden Verspätung von drei Minuten. Das ließ meinen Auftritt spektakulärer wirken! Alle anderen Protagonisten saßen bereits auf einem großen Gymnastikball und wippten zufrieden auf und ab. Mir rollte sogleich ein solches Exemplar, vom Therapeuten geschubst, entgegen. Skeptisch beäugte ich diesen riesigen Ball und erkundigte mich sicherheitshalber nach seiner Tragkraft. "400 Kilo" seien möglich. Mein Gewicht betrug derzeit nicht ganz so viel, auch wenn ich laut Miracoli drei Personen war, dennoch wagte ich einen ersten Sitzversuch eher zögerlich. Klappte problemlos. Um mich herum hopste noch immer alles. Unmerklich stimmte ich vorsichtig in die federnde Gruppendynamik ein.

Gruppenzwang par excellence!

Sodann sollten wir uns mittels Hüftbewegungen auf dem Ball vor und zurück, rechts oder links bewegen. Den Rücken immer gerade, erhoben Hauptes. Schlussendlich sollten wir in eine Kreisbewegung übergehen, die Hüfte locker kreisen lassen und die Atmung dabei nicht vergessen. Diese Bewegungen hatte irgendwie eine tantrische Komponente und lösten ein pornöses Kopf-Kino aus, welches ich hier dann doch besser nicht wiedergebe...

Mit dem anschließenden abwechselnden Anheben von Gliedmaßen verlor sich das Tantrische jedoch schnell und wich zu Gunsten einer wackeligen Akrobatik-Darbietung. Nun sollte der Ball geworfen werden, was, laut Therapeut, die Hallendecke schon in erheblichem Maße in Mitleidenschaft gezogen hatte. Unweigerlich richteten sich unsere Blickwinkel entsprechend aus und wir stellten fest, dass die Hallendecke doch schon recht heruntergekommen wirkte, in doppelter Hinsicht! (Gesellschaftlich runtergekommen sein & Von oben runter kommen... Ich oller Hobby-Linguist) Nichts desto trotz flogen die Bälle nun ohne Rücksicht auf Verluste kreuz & quer. Also steigerten wir den Anspruch ein wenig, indem wir die Riesenkugeln auf Kommando mal rechts, mal links weitergaben. Noch einmal eine Steigerung, indem wir auf Kommando unsere Positionen tauschten. Ich fühlte mich wie in einer Eurythmie-Gruppe, in der man gewahr werden sollte, dass die Welt aus Rund und Gerade besteht... Ich jedoch bei ausgiebig Rund gestrandet war. Für Außenstehende hatte es vermutlich eher den Anschein einer schlecht choreografierten Variété-Nummer.

Dann räumten wir die Bälle weg und sollten uns auf den Rücken, auf eine am Boden liegende Yoga-Matte legen. Ich hatte ein wenig Schwierigkeiten, mich dem Boden zu nähern, da ich meine Knie nicht so belasten konnte, wie ich gerne wollte. Aus der Position, in der man auch Liegestütze macht, ließ ich mich deshalb fallen.

„Oh Gott, ich liege! ... aber falschrüm!“

Meine Schulter Schmerzte beim Versuch mich auf den Rücken zu drehen, aber nach einigen Versuchen mit viel Schwung schaffte ich es sogar aus eigener Kraft. Das Meiste konnte ich mitmachen. Weitere Übungen bestanden dann aber leider darin, die Knie zu beugen, während man sich auf allen Vieren befand... womit ich selbstverständlich raus war. Gleich im Anschluss beim Schwimmen hatte ich dafür die Möglichkeit dies wieder auszugleichen und belastungsarm meine Gelenke zu trainieren.

Da es vor dem Schwimm noch ein wenig Zeit zu überbrücken galt, ehe wir Zutritt zu den Umkleiden erhielten, begann ich eine Verhaltensstudie über das Gebaren anderer Patienten im

Fitnessbereich.

Bequem auf den gepolsterten Bänken sitzend beobachtete ich zunächst diverse Patienten, die aus den noch belegten Umkleidekabinen Richtung Fahrstuhl eilten, einige Therapeuten die von hier nach da und nirgendwo liefen, selbstredend alle mit sehr wichtigen Mienen, ehe ich eine Dame auf dem Ergometer entdeckte. Die gleichmäßige Bewegung ihrer Beine hatte etwas geradezu Hypnotisches... Zwangsläufig driftete man beim Betrachten der kreisförmigen Fußbewegungen, welche sich spürbar in Wellen in einem selbst fortsetzen, in einen tranceähnlichen Zustand ab. Fähigkeiten, wie das Hören waren quasi nicht mehr existent, nur dieser Kreisel pflanzte sich immer weiter im Gehirn fort. Beinahe hätte ich so den Startschuss unserer Schwimmgruppe für die Umkleidekabine verpasst!

Nach entspannenden Bahnen trottete ich tropfnass zurück in meine Kemenate, um mich zum Essen umzukleiden. Ich pellte mich aus dem Badeanzug, hüllte mich flugs in ein Handtuch und öffnete die Tür des Kleiderschranks. Ich starrte hinein und acht Augen starrten heraus!

Was zum Teufel hat eine Spinne □ **in** meinem Kleiderschrank zu suchen???

Ich hasse Spinnen! Und kommt mir jetzt ja nicht mit: ‚Die ist doch so winzig‘ oder ‚Die hat mehr Angst vor dir, als du vor ihr‘ Das Mistvieh hat immerhin sechs Beine mehr wie ich, ist schneller und kann vier Paar Schuhe gleichzeitig tragen! Ja, aus mir spricht der pure Neid! Und überhaupt, warum sitzt sie ausgerechnet über meinen Schlüppies?

In meinem Kopf entbrannte zwischen meinen Synapsen eine rege Diskussion über das für und wider des Tragens von Unterwäsche.

Sie schützt edle Körperregionen

Unter ‚nem langen Kleid sieht man's nicht, wenn ich ohne gehe...

Es ist hygienischer

Unbeslipt hat ja auch mal was Abenteuerliches

Sie wärmt

Wird das Tragen von Unterwäsche am Ende vielleicht sogar überbewertet?

In diese gewichtige Erörterung platzte schließlich das Zimmermädchen und beendete mein Dilemma. Aufgrund ihres fragenden Blickes deutete ich kurz auf die Bestie im Kleiderschrank, woraufhin die freundliche Staubsauger-Pilotin sofort selbigen schwang, das Ungetüm einsaugte und durch ihr beherztes Eingreifen meine panischen Abwägungen professionell beendete. So stand einem weiteren superben Mittagmahl nichts mehr im Wege!

Reisebericht Teil XXIII – Zwergenbrot und Gummigeschosse

Das gestrige Frühstück schlug so ziemlich jedem Fass den Boden aus. Im wahrsten Sinne des Wortes! Dass der grausame Kaffee dem vegetierenden Nervensystem nichts mehr anhaben konnte ist eine Sache... Das die Brötchen aber so hart waren, dass man sie nicht einmal aufschneiden konnte, schon gar nicht mit diesen stumpfen Frühstücksspachteln, eine völlig Andere!

Grauenbehaftet!

Hätte man sie in ein Fass geworfen, hätten sie diesem garantiert den Boden ausgeschlagen! Jeder Steine-Schmeisser hätte auf den Kreuzberger Festspiel-Tagen des 1. Mai seine wahre Freude daran gehabt! Ich wage gar nicht, mir auszumalen, welche Regressforderungen diese bezüglich geborstenem Zahnersatz nach sich ziehen würden. Kurz und gut: Diese Brötchen stellten selbst das bereits erwähnte pratchettsche Zwergenbrot weit in den Schatten!

Wir überlegten ernsthaft, diese Gebäckstücke zu Wurfgeschossen zu erklären und ihnen einen Flug durch die hiesige Kochstube zu gewähren. Offenbar Ahnten die Servicekräfte etwas derartiges und waren diesen Morgen besonders pflégeleicht und mit Perwoll gewaschen.

Das Mittagessen der letzten Tage war auch nicht wirklich mitreißend. Ein Hühnerfrikassee, welches hauptsächlich aus Fleisch bestand. Die einsame Champion-Scheibe verirrte sich wohl eher zufällig dort hinein. An sich keine Katastrophe, da es aber kein Gemüse dazu gab, nichtmal ein totgegartes, etwas am Verbraucher vorbei orientiert. Es löste ebenso wenig Begeisterungstürme aus, wie die Frikadunse, welche ich gefühlt drei Tage verdaute oder auch der furz-trockene Schweinelachs (Für die nicht Köche: ein sehr mageres Teil vom Rücken des Rüsslers, ein sogenanntes Kurzbratstück, welches durch zu langes Garen rasch entsetzlich trocken werden kann). Die gummiartigen Knödel zum besagten gebratenen Schwein, mit denen wir garantiert jeden Grand Slam gewonnen hätten, waren lediglich Bauchfülle. Wäre jemand mit der Gabel am Kloß abgerutscht, wäre das Ding wohl flummiartig vom Teller gefloingt, dann runter geplongt und schließlich weitergehopt. Hätte man die gesamte Kloß-Masse zusammen genommen, wäre dabei sicher ein neuer Gymnastikball für die Turnhalle herausgesprungen, (ein verstecktes Wortspiel, haha) dessen Tragkraft wohl einem Elefanten unbeschadet standgehalten hätte. Eine kaum zu toppende Zirkusnummer... (hier sollte man jetzt die typische Zirkusmusik während der Clown-Auftritte intonieren!)

Ich erinnere mich dunkel an einen Lehrling in meiner beruflichen Laufbahn, nennen wir ihn diesmal S.P., der etwas ähnliches fabriziert hatte. Er hatte der Kloßmasse, aus Angst sie könnte zu feucht sein und dann beim Kochen zerfallen, jede Menge Stärke hinzugefügt. Gut dosiert ist dies ein durchaus probates Mittel zur Kloßfestigung, Zuviel aber ein irreparabler Produktionsmangel. Wir haben damals mit diesen Klößen, unter Zuhilfenahme mittlerer gusseiserner Pfannen, Tennis über den Herd gespielt... Ob besagter Lehrling nun hier gelandet war?

Reisebericht Teil XXIV – Medien & Mundraub

Ich bin mir nicht sicher, ob ich schon erwähnt hatte, dass ich mich neulich per Tagespresse über die hiesigen Aktualitäten informiert hatte!? Ich hatte noch etwas Zeit bis zur nächsten Therapie, wollte aber nicht mehr durch die, inzwischen lieb gewonnenen, langen Flure flanieren. Deshalb nahm ich in der Hotel-Lounge Platz und angelte nach dem Tageblatt. Dort prangte der Zeitungsname in königsblauen Lettern:

Trierischer Volksfreund

Ich dachte erst, ich hätte mich verlesen, aber nein, es handelte sich tatsächlich um den „Trierischen Volksfreund“ ...Äußerst skeptisch begann ich zu lesen, da allein schon das Schriftbild des Namenszuges, sowie dessen Klang ein entsprechendes Leserklientel vermuten ließ. Aber nein, keine Parolen, keine Agitation oder unterschwellige Indoktrination. Eine recht neutrale Berichterstattung über das eher unspannende Ortsgeschehen und sieben Seiten über Sport...

Trierischer Volksfreund
ZEITUNG FÜR DIE STADT TRIER
FREITAG, 14. NOVEMBER 2014, NR. 265 UNABHÄNGIG • ÜBERPARTeilICH • GegrüNDET 1875 EINZELPREIS 1,50 €

ÜBERBLICK

Liebe Leserinnen, liebe Leser,
wegen technischer Probleme kann der TV heute leider nur in vermindertem Umfang und mit ungewohnter Seitenfolge erscheinen. Wir bitten um Ihr Verständnis. Für Leser mit Internetzugang schalten wir ein ePaper mit allen Seiten, die gestern Nacht nicht gedruckt werden konnten, frei. Sie finden dieses ePaper unter folgender Adresse:
www.volksfreund.de/extra

Zwerg gegen Weltmeister
EM-Qualifikation: Heute (20.45 Uhr, RTL) spielt die Fußball-Nationalmannschaft gegen Gibraltar. Die Taktik der Deutschen: SPORT SEITE 4

Riesiges Problem
Die Polizei stellt eine Lieferung der illegalen Droge Crystal Meth im Wert von mehr als 180 Millionen Euro sicher. Mehr: WELT SEITE 8

FÜR KINDER
Lesen macht schlau: Nachrichten für Kinder im LOKALTEIL sowie auf SEITE 8.

Falsche Zwanziger, unechte Fünfiger: Mit nachgemachten Euroscheinen wollte eine Bande in der Region Geschäfte machen - und scheiterte. SYMBOL/FOTO: DPA

Trierer Polizei schnappt Bande mit 100 000 Euro Falschgeld
Vier Männer bei Übergabe der Blüten festgenommen - Ermittlungen laufen seit Monaten

Nach monatelangen verdeckten Ermittlungen haben Trierer Polizisten vier Männer geschnappt, die im großen Stil Falschgeld in Umlauf gebracht haben sollen. „Ein außergewöhnlicher Fall“, sagte der Leitende Oberstaatsanwalt Peter Fritzen am Donnerstag im EU-Ausland hergestellt worden, wo genau konnte derzeit noch nicht gesagt werden, so der Trierer Chefermittler. Die Falschgeld-Lieferant aus Frankreich am Treffpunkt auftauchten, schlugen Beamte des Mobilen Einsatzkommandos zu.

MEDIA GROUP ACADEMY
EINE INITIATIVE DER MEDIENGRUPPE SAARBRÜCKER ZEITUNG

Bewährung und Jobverlust für Dauer Polizist
Trier. Das Landgericht hat einen Polizisten aus Daun wegen Missbrauchs zu einer zweijährigen Bewährungsstrafe verurteilt. Der 57-jährige Beamte hatte ein Mädchen aus der Nachbarschaft mehrfach unsittlich berührt und geküsst. Der ehemalige Vorzeige-Polizist, seit 39 Jahren im Dienst, darf zu seinem Opfer auch keinen Kontakt mehr aufnehmen. Mit der Verurteilung dürfte der Mann seinen Beamtenstatus verlieren und aus dem Dienst entlassen werden. *sey*

Multikulti-Zentrum steht vor Schließung
Trier. Das Geld reicht an allen Ecken und Enden nicht: Das Anfang der 1990er Jahre gegründete Multikulturelle Zentrum steht vor der Aus. Am Montag treffen sich die Mitglieder des Vereins zu einer Sitzung - einziges Thema: Die Zukunft des „Multikulti“. Dem Geschäftsführer wurde bereits gekündigt. LOKALES SEITE 9

Stelle gerade fest, dass ich jede Menge Nörgeleien über das Essen selbst verfasst habe, der grottschlechte Service hingegen bis dato kaum Beachtung fand.

Zunächst möchte ich aber noch einmal kurz auf die sagenhaft abscheulichen Essenszeiten eingehen. Leute, die mich einigermaßen kennen, wissen, dass ich nach so vielen Jahren in Gastro und Callcenter, mit vorwiegend Spätdienst, einen völlig andern Tagesablauf habe, als Normalsterbliche. Mein Tag beginnt selten vor Elf und endet gegen drei Uhr in der Nacht. Alle Änderungsversuche

scheiterten bisher kläglich, da meine Synapsen wahlweise nicht vor Elf oder nicht vor dem zweiten Kaffee arbeitsfähig waren. Morgendliche Aktivitäten waren eher ein Akt des Automatismus, als des freien Willens und wurden ausschließlich durch den Überlebensdrang meines Unterbewusstseins gesteuert. Diese Tatsache führte vor Jahren auch zu meinem kleinen Unfall in der Berliner (West) Innenstadt, genauer gesagt vor dem Hotel Kempinski. Auf dem Weg zum Frühstücksdienst musste mich der Sekundenschlaf übermannt haben. Im Grunde keine Tragödie, mein Auto kannte schließlich den Weg zur Uhlandstraße, aber diesmal wäre ich um ein Haar in die neue Panorama-Scheibe des Kempis' gerauscht. Lediglich der noch nicht abgebaute, großzügig gestaltete Bauzaun, über dessen ersten Betonfuß ich fuhr, weckte mich schlagartig und verhinderte schlimmeres... Soviel nur zur Veranschaulichung meiner vorkaffeezeitlichen Fähigkeiten.

Das Frühstück muss hier von 7:00-7:30 Uhr eingenommen werden, das Mittagessen von 11:30-12:00 Uhr und das Abendbrot von 17:00-17:30 Uhr. Es muss wohlgeachtet während dieser Zeit komplett verspeist sein! Keine Karenzzeit! Wenn man nach 25 Minuten noch nicht fertig ist, wird man sehr rüde angefahren, man möge doch langsam zum Ende kommen! Der Service Wagen in der Früh und abends braucht wenigstens 20 Minuten, bis er am letzten Tisch ankommt. In Ruhe eine Mahlzeit einzunehmen ist nicht möglich und offensichtlich auch nicht gewollt...

Die "super freundliche Servicekraft" der ersten Tage, die mich, wegen meiner höflichen Bitte um Besteck, oberlehrerhaft anpampfte, war leider nur die Spitze des Eisbergs!

Eine Dame am Nebentisch wollte gern ein mitgebrachtes Müsli verzehren, aber auf den ausstaffierten Tischen waren keine Schalen vorhanden. Der Service Wagen mit allerlei zusätzlichen Leckereien, wie weiteren Brötchen, Marmelade, Honig, Butter, etc., begann am anderen Ende des Speisesaales und da sie nicht 20 Minuten warten wollte, um es dann in Windeseile herunterzuschlingen, begab sie sich zu einer rothaarigen Servicekraft und bat höflich um eine kleine Schale fürs Müsli. "Dürfen wir hier nicht rausgeben, warten sie gefälligst auf den Service-Wagen" wurde sie angeschnauzt!

Eine andere Dame fragte, ob unser "Stammtisch" hinten in der Ecke denn nicht mehr eingedeckt werde, da wir da schon richtig heimisch geworden waren und eine nette Tischgemeinschaft gebildet hatten. Auch hatten wir entsprechend unserer Essensvorlieben nicht nur an unserem Tisch, sondern über mehrere Tische hinweg mit entsprechenden Tauschgeschäften begonnen. Ein Platzwechsel wäre uns wie ein Rückversetzen ins Dinosaurier-Zeitalter erschienen. Sie wurde in sehr unfreundlichem Ton davon in Kenntnis gesetzt: "Die Tische werden nicht benötigt und deshalb auch nicht mehr eingedeckt!" Den Einwand, dass hier doch freie Platzwahl sei, wurde mit Nichtachtung quittiert. Mit erhobener Nase rauschte diese Service'kraft' von dannen und führte ihre Berufsbezeichnung ad absurdum. Auch auf die Gefahr hin, mich zu wiederholen: Dieser Service war so ziemlich alles, aber sicherlich nicht kraftvoll!

Natürlich zogen diese Vorkommnisse allesamt Beschwerden bei der Klinikleitung nach sich. Geändert hat es leider gar nichts!

Wir beschlagnahmten deshalb kurzerhand die abgedeckten Teller von anderen Plätzen, setzten uns an unseren Stammtisch, tauschten unsere Beute quer über diverse Tische und stellten somit das Servicepersonal vor vollendete Tatsachen. Und siehe da: ...unser Stammtisch in der letzten Reihe wurde umgehend wieder eingedeckt, ohne dass wir auf die Barrikaden gehen mussten!

Ein hart erkämpfter Sieg! □ □

Einen anderen Tag war ich etwas spät dran, um zu essen, sah aber keinen Grund, das Mittagessen herunterzuschlingen oder gar ganz ausfallen zu lassen, nur weil meine Therapie etwas länger

gedauert hatte. Mitten im Essen wurde mir plötzlich der Teller weggerissen! Mit einem lautstarken:

"Sie stellen das SOFORT wieder hin!"

stellte ich umgehend die Rangordnung wieder klar! Unfassbar! Da wollte sie mir doch tatsächlich noch Vorhaltungen machen, dass meine Mittagszeit schließlich um Punkt zwölf endet....



Das haben schon ganz andere versucht! (...ehe ich sie kräftig durchgeschüttelt hab!) Offenbar sprach mein Blick Bände, sie stellte den Teller schnell wieder ab und machte ebenso schnell auf dem Absatz kehrt. Sie bedankte sich später dann noch kleinlaut dafür, dass ich ihr den leeren Teller mit nach vorne zum Abräum-Wagen brachte. Dies geschah übrigens einen Tag, bevor wir von selbiger "Teller-Taxe" (Sämtliche Keller mögen mir diese Abwertung verzeihen) gefragt wurden, ob es uns denn geschmeckt habe... Aha, lernfähig!

Das mit den Essenszeiten ist hier leider so unglücklich geregelt worden, weil sie versuchten die Personenzahl während der Mahlzeiten zu verringern, indem die Kardiologie-Patienten jeweils eine Stunde nach uns zum Essen gehen sollten, damit alle genug Abstand halten konnten... Theoretisch gut gedacht, aber da die Kardio-Patienten alle schon reichlich betagt waren, begriffen sie diese Regelung offenbar nicht als Gebot, sondern lediglich als Bitte und bevölkerten entsprechend zu Scharen, zu unseren Zeiten, die Essens-Halle. Jegliche Kontrolle scheiterte kläglich.

In der vorletzten Woche war meine Heldin am Frühstückswagen in den Urlaub gegangen und durch eine junge, unerfahrene Kollegin ersetzt worden. Meine Heldin hatte keine zwischengereichten Wünsche erfüllt, ehe sie bei den entsprechenden Tischen angelangt war, einfach an sie herantreten und um etwas bitten blieb immer erfolglos. Vielleicht hätte das jemand der Urlaubsvertretung mitteilen sollen, denn das Mäuschen war vom Ansturm der Patienten auf sie heillos überfordert und bewegte sich keinen Millimeter von der Stelle. So blieb uns keine andere Möglichkeit, uns das letzte Drittel unserer Reha in die laaange Schlange der Wunsch-Frühstückler am Servicewagen einzureihen. Aber die Verteilung der gewünschten Zusatzprodukte erfolgte schnell und konfliktlos, was ja auch schon als Erfolg zu werten war.





Und eine hauchdünne Scheibe Tafelspitz!

Reisebericht Teil XXV – Sehr wichtige Personen

Ha! Der Facility-Manager hat gerade angekündigt, er würde von Jedem, der mit mehr als zwei Personen im Aufzug fährt, eine Strafe von 35,-€ kassieren!...

Der Facility-Manager!...

Neu-deutsch für **Hausmeister!**...

Hausmeister sind ja sehr wichtige Personen! Zumindest tun sie so...! Hat ja schließlich auch die sehr wichtige Steckdose in meinem Zimmer repariert, der Facility-Manager! Er hat zugegebenermaßen schnell und aus meiner leihenhaften Sicht heraus fachgerecht gearbeitet.

Zu Beginn der 2000er war ‚Hausmeister‘ ein Schimpfwort für unsere Kinder. Ein absolut asoziales Subjekt der Gesellschaft, welches sich Hausmeister schimpfte und sich eher wie Dr. Allwissend (und Allkönnend) gebärdete und stets volltrunken war, wohnte uns zu dieser Zeit vis-à-vis. Er schreckte auch nicht davor zurück, an unserer Wohnungstür zu lauschen, sich in übelstem Gossenjargon auf dem Hof lautstark und entsprechend abfällig über unsern Laden zu äußern (was in drei weiteren Höfen deutlich zu vernehmen und entsprechend geschäftsschädigend war) so wie unsere Kinder zu beschimpfen und zu bedrohen. Es gipfelte damals darin, dass er einem Bekannten und Kunden unseres Ladens eine Glasflasche auf dem Kopf zerschlug, was leider und für mich immer noch unverständlicherweise, keinerlei Konsequenzen für ihn nach sich zog. Bei einer seiner Tiraden, die ich zufällig durch das geöffnete Badezimmerfenster wahrnahm, platzte mir dann einfach mal der Kragen! Ich pöbelte lautstark und wutentbrannt zurück, so dass auch ich wenigstens über zwei Höfe zu hören war: „Ich muss mir von einem Alkoholiker nicht sagen lassen, wie ich meine Kinder zu erziehen und den Laden zu führen habe!“ Danach hatten wir, bis zu seinem Auszug, der bei Nacht und Nebel erfolgte, Ruhe!

In die Schimpfwortsammlung unserer Kinder reihten sich, neben Sellerie-Schnösel und Schoko-Prol, sowie besagtem Hausmeister, nun auch noch Polizeibeamter und Versicherungsvertreter aus ähnlichen Gründen ein. Ja, unsere Kinder waren schon immer recht eigen!



Mir ist gerade aufgefallen, wie pornös das von oben aussieht...

Nach einem für hiesige Verhältnisse vortrefflichen Mahl, wartete ich auf den Aufzug. Der kleine Aufzug kam, ich stieg ein, eine weitere Dame stieg ein und schnell quetschten sich noch zwei weitere Personen mit hinein. Eine sehr wichtige Angestellte kam und betonte "Zwei Personen, nur zwei!" Ich weiß nicht, ob sie Restaurant-Leiterin, F&B-Managerin, Hüterin des Feuers, Wächterin der Schlüssel oder Wärterin der Staubsauger-Gehege war, jedenfalls war sie sich ihrer Wichtigkeit voll bewusst. Eine der letzten beiden Personen verließ sogleich den Fahrstuhl und wir beiden, zuerst eingestiegenen, schauten die andere schnell gequetschte Person an. Die sehr wichtige Angestellte wiederholte ihre sehr wichtige Mitteilung. "Und warum gucken jetzt mich alle an?" „Weil sie als Letzte eingestiegen sind...!“... Der Dame, die mit mir zuerst eingestiegen war, wurde das ganz offensichtlich zu blöd, sie verließ kopfschüttelnd den Aufzug... Schade, ich hätte diese Grundsatz-Diskussion tatsächlich gerne zu Ende geführt...

Eine weitere sehr wichtige Person war die Leitende Hausdame. Sie hatte versucht den Zustrom der Kardio-Patienten zu den Essenszeiten der Psychosomatik mittels Kontrolle der Schlüssel-Nummern zu unterbinden, Glasflaschen aus den Zimmern zu verbannen und die Neubefüllung ungeeigneter Getränkebehältnisse zu blockieren. Alles vollkommen erfolglos!

Zu Dienstbeginn schwebte sie unmaskiert durch den Haupteingang hinein, weiter durch die Gänge, bis zu ihrem Spind. Zum Feierabend ebenso maskenfrei wieder zurück. Zu diesem Zeitpunkt war ein Impfstoff noch lange nicht in Sicht. Als sie einen Tag gerade demaskiert am Aufzug vorbeifegte und sah, dass wir zu dritt im größeren der beiden Fahrstühle standen, zeigte sie mit ausgestrecktem Arm und nacktem Finger auf uns und schrie uns an: „Wenn Sie noch einmal mit drei Personen im Fahrstuhl fahren, dann hole ich die Polizei!“ Sie schien sich dabei sehr wichtig vorzukommen. In gleicher Manier richtete meine Bekannte ihren Finger auf sie und schrie aus vollem Halse zurück: „Und Wenn Sie noch einmal ohne Maske hier durch die Lobby rennen, dann hole ICH die Polizei!“ Es ist mir leider nicht möglich das verdutzte Gesicht der Hausdame hinreichend zu beschreiben, denn dafür ist der deutsche Wortschatz einfach zu unbedeutend... Die Fahrstuhltür schloss sich vor ihrer Nase, beförderte uns nach oben und ließ eine völlig entgeisterte, fassungslose und vor allem sprachlose Leitende Hausdame im Erdgeschoss zurück!

Von der resoluten Empfangschefin der Rezeption hatte ich bereits im Kapitel „Postalisches“ berichtet, auch werde ich in einem späteren Kapitel noch einmal auf sie eingehen. Auch sie ist sehr wichtig oder hält sich dafür.

Den/Die Leiter*In des Einkaufs für die Küche, so es denn nicht der/die Küchenchef*In selbst ist, hätte ich gerne kennengelernt, denn er/sie bewies am Tag meiner Abreise mit der Auswahl seiner/ihrer Bezugsquelle, bzw. deren Werbespruch auf dem LKW, wirklich Humor!

Wer vom Servicepersonal eine leitende Funktion hatte, lässt sich nicht wirklich eruieren. In Arroganz und Zickigkeit waren, wenn überhaupt, nur minimale Unterschiede erkennbar, welche ebenfalls von deren jeweiliger Tagesform und den Grenzen, die sie von den Patienten gesetzt bekamen, abhängig waren. Spekulieren möchte ich in diesem Falle jedoch nicht.

Auf jeden Fall fühlten sich alle mehr oder weniger leitenden Angestellten ungeheuer wichtig und hielten sich selbst auch für die einzig Arbeitenden. So jedenfalls mein Eindruck!

Reisebericht Teil XXVI – Krank auf der Reha

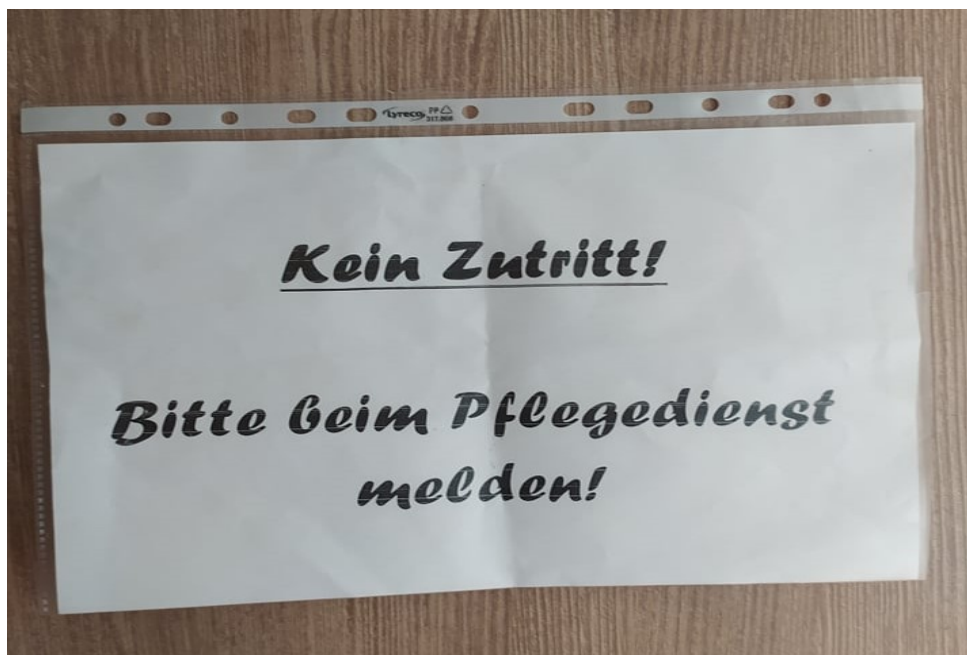
Nun begab es sich eines Morgens, dass die schon erwähnte Frikadunse, meinem Inneren nicht konvenierte und eine Revolte im Mastdarm auslöste.

Während des Wasserballetts fühlte ich den unbändigen Drang fluchtartig das Becken zu verlassen, um das Wasser nicht mittels Zauberei in eine andere, wenn auch naturidentische Farbe zu verwandeln. Die restliche Boulette hing mir währenddessen noch immer an der Oberkante des Unterkiefers. Daher verabschiedete ich mich höflich, aber etwas verfrüht von der Wassergymnastik, ignorierte die beiden Elefanten auf meinen Schultern und verließ fluchtartig die Schwimmhalle, um noch in der Toilette der Schwimmhalle zu thronen.

Nach dem Umkleiden legte ich noch eben einen Zwischenstopp in meiner Kemenate ein, um die nassen Sachen zwischenzulagern, der Welt noch einmal zu zeigen, was in mir steckte und entschied mich schließlich, unter diesen Umständen die anschließende Trainings Therapie abzusagen. Im Untergeschoss war niemand anzutreffen, also suchte ich den Pflege Stützpunkt auf, weil ich ja sowieso noch neues Insulin brauchte und erkundigte mich, ob ich gegebenenfalls auch hier diese Therapie absagen könnte.

Eine zufällig anwesende Ärztin brach, angesichts meiner Mitteilung über überdurchschnittlich weichen Stuhlgang und etwas Bauchweh, sowie Unwohlsein in der Magengegend, regelrecht in Panik aus! Sie gab Anweisung, ich müsse sofort 20! (in Worten: zwanzig) Kohle Tabletten einnehmen und man müsse mich umgehend isolieren! Sollte ich nach drei Stunden noch immer unter Durchfall leiden, sollten mir erneut 20! (in Worten: zwanzig) Kohle Tabletten verabreicht werden. (Vielleicht leide ich ja gar nicht unter dem Durchfall, sondern genieße ihn!?)

Ich wurde aufs Zimmer geschickt, weitere Aufenthalte, in für alle Patienten zugänglichen Räumen, wurden mir mit sofortiger Wirkung strikt untersagt. In Windeseile wurde meine Temperatur gemessen, eine Mobile Desinfektionsstation vor meinem Zimmer geparkt, ein großer Zettel an meiner Tür prangerte mich quasi als Seuchenvogel an, ein Eimer mit speziellen Desinfektions-Tüchern für die Toilette wurde in meine Nasszelle gestellt und ein Wagen mit einer ebenso speziellen, brüllend roten Tüte für meine möglicherweise tödlich kontaminierten Abfälle aufgestellt.



Die besagten 20! (in Worten: zwanzig) Kohletabletten wurden mir bereits im Pflegestützpunkt überantwortet, Tee und Zwieback sollten mir umgehend aufs Zimmer gebracht werden. Eines dieser üblichen Krankenhaus-Thermo-Tablets mit Deckel wurde mir kurz darauf kredenzt. Des offiziellen Mittagessens enthoben, lüftete ich den Thermo-Deckel des Tablett, erspähte drei kleine Päckchen a zwei Zwieback-Stücken, eine Tasse und... Besteck □ □??? Für Zwieback??? Jedoch kein Tee. Nach etwa drei Stunden bekam ich einen Anruf von einer der Schwestern, welche sich nach meinem Befinden erkundigte, mich fragte, ob ich die Tabletten nach Anweisung eingenommen hätte und ob ich noch etwas bräuchte. Sie entschuldigte sich, dass ich offenbar keinen Tee bekommen hatte, veranlasste eine erneute Zustellung einer Thermoskanne, lobte mich für die vorschriftsmäßige Einnahme der verordneten Medikamente (welche ich zugegebenermaßen nicht ganz wahrheitsgemäß beantwortet hatte), war ob der Nachfrage bezüglich des Sinn und Zweckes von Besteck zum Zwieback wahrnehmbar irritiert und schickte mir zum Abendbrot eine weitere Lieferung von Tee und Zwieback... Mit Besteck □ □



Gegen Abend rief mich die amtierende Stationsärztin an, um sich vor ihrem Feierabend noch einmal zu vergewissern, dass mein Körper keinerlei Ambitionen hegte, diese Welt durch vorzeitiges Ableben zu entlasten und sagte, wenn es mir morgen früh wieder gut ginge, sollte ich die Stationsschwester mittels klingen über die Notfall Taste aktivieren, welche sich dann telefonisch melden würde und sie darüber informieren, das ich nun wieder am regulären Frühstück teilzunehmen wünschte. Ich teilte der Ärztin auch mit, dass ich ja schließlich 20! (in Worten: zwanzig) Kohle-Tabletten bekommen hätte, da könne gar nichts mehr in die Hose gehen!

"20! (in Worten zwanzig) Kohle-Tabletten???"

Die haben sie doch nicht etwa alle genommen?

Wer um alles in der Welt hat so einen Mist angeordnet???"

Der entsetzte Tonfall der Ärztin suggerierte mir in einem sehr unangenehmen Kopf-Kino, was passieren könne, wenn ich bei ihr ebenso unaufrichtig wäre, wie bei dem Telefonat mit der Schwester zuvor. Horrorszenarien wie die Gabe von Abführmitteln, Einlauf bis hin zu einer OP durchliefen meinen Denkkaparat...

"Natürlich nicht! Ich kenne diese Tabletten selbst seit Jahren!"

Und war sichtlich erleichtert, dass ich nicht möglicherweise mittels etwas mehr Kraftaufwand beim Toilettengang am nächsten Morgen, einen Diamanten kacken würde! (Für Naturwissenschaftlich weniger Begabte: Diamanten entstehen mittels extremen Druckes und starker Hitze aus Kohlenstoff.) Wir kamen auch überein, dass die betreffende Ärztin wohl überaus paranoid sei (sie trägt bei Vorträgen, trotz großem, hohem Raum und eines Abstand der Anwesendenvon über drei Metern, stets Maske und Handschuhe und besteht ferner auch darauf, dass die Patienten ihren Mundschutz aufbehalten, sowie dass sämtliche zu öffnenden Fenster auch geöffnet blieben!). Das alles zu einer Zeit, als bereits allerorts weitreichende Lockerungen der Quarantäne erfolgt waren.

Da es mir am folgenden Morgen tatsächlich viel besser ging, tat ich wie mir geheißen und klingelte. Ein Anruf der Morgenschwester erfolgte, die sich zunächst erkundigte, welche Ärztin die Order gegeben habe und ob es mir denn wirklich wieder gut ginge.

"Klar!"

Nach 20! (in Worten: zwanzig) Kohle Tabletten!

Ich könnte ich glatt einen Diamanten kacken!"

Mir sodann zusicherte, das Tee-Zwieback-Ensemble nebst Tee abzubestellen und ich möge doch bitte zweimal den grünen Knopf drücken, damit die Klingelfunktion deaktiviert werde.... Welcher grüne Knopf? "Da muss ein grüner Knopf sein!" Der wäre mir doch sicher aufgefallen, denn wenn ich etwas noch weniger leiden kann, als orange Teppiche, dann sind es gelbe und noch schlimmer grüne Dinge... Nach kurzem hin und her entdeckte ich diesen Knopf schließlich. Dekorativ kaschiert durch die ebenfalls grünen Wasserflaschen!

Ich brachte mich noch schnell in den Zustand 'menschlich', was nach dem gestrigen Tag mit etwas Mühe und umfassenden Restaurierungsarbeiten verbunden war, und stolperte noch etwas klapprig, aber glücklich überlebt zu haben, zum Frühstück. Ich nahm auch an der anschließenden Gruppen Sitzung teil und kehrte vor dem Einzelgespräch noch einmal in meine Räumlichkeiten zurück.

Auf dem Zimmer stellte ich fest, dass ein Tablett mit neuem Zwieback, Tee und Besteck □ □ in meinem Zimmer stand. Nun gut, kann nicht alles immer auf Anhieb klappen und an ihrem Kommunikationsproblem können sie ja noch arbeiten... Vor dem Aufentern in den obersten Stock schaute ich deshalb noch einmal im Pflege Stützpunkt vorbei. Entsetzt schaute mich die Schwester vom Vortag an und fragte erneut, ob es mir wirklich gut ginge. Waren meine umfangreichen Restaurierungsarbeiten vielleicht doch nicht so von Erfolg gekrönt, wie ich erwartet hatte?! Bedurfte es vielleicht einer Grundsanierung? Sie meinte, sie habe sich schon Sorgen gemacht, weil sie mich bei der Lieferung von Tee und Zwieback (mit Besteck □ □ nicht auf meinem Zimmer angetroffen habe, überprüfte noch einmal meine Temperatur und sicherte mir ebenfalls zu, das Tee-Zwieback-Ensemble zu kanzeln. (Sie sollten dringend ihr Kommunikationsproblem angehen!) So ging ich dann frohen Gemüts in ein bauchwehfreies Gespräch mit meiner Therapeutin. Das Mittagessen verlief ebenfalls zwischenfallsfrei und so kehrte ich anschließend, noch etwas erschöpft vom Gespräch, in meine Kammer zurück.

Dort traute meinen Augen nicht!

Ein neues Tablett mit Zwieback, Tee und Besteck – stand liebevoll auf dem Schreibtisch platziert und wartete bereits auf mich...



Reisebericht Teil XXVII – Unmögliche Patienten

In diesem Kapitel möchte ich mich einmal über den einen oder anderen Gast, bzw. über die eine oder andere Gästin auslassen. Nein, das ist kein Lästern! Ich beobachte, analysiere und bewerte!

Ein Herr mit einer der längsten Stirn-Partien der Welt brachte vom Einkauf einen Karton Dosen-Bier mit, obwohl in der Klinik absolutes Alkoholverbot herrschte. Der erste Eindruck von ihm verlor auch nichts von seiner Negativität, als er sich zu diversen sexistischen Äußerungen im Raucherbereich genötigt fühlte... Wäre ich unten am Pavillon gewesen, hätte er von mir sicherlich sein Fett weg bekommen, aber vom Balkon aus runter zu krakeelen, war für mein Dafürhalten dann doch etwas stillos. Ich muss mich mit solchen Elementen nicht auf eine Stufe stellen.

Als Frau Professor XY anreiste, deren Mann offenbar Professor XY für Irgendwas an der Universität von Irgendwo war oder ist, stellte sie so gleich klar, wen wir alle vor uns hatten. Sie redete sehr esoterisch von Schwingungen und transzendentalen Irgendwas. In ihrem näheren Umfeld waren durchaus gewisse Wellen von Überkandideltheit zu verspüren. "Dieses Schwimmen am Morgen tut so gut, das Wasser nimmt alle negativen Energien auf!" Im Schwimmbad zog sie dann in einem modischen BonPrix-Preiswert-Badeanzug der vorletzten Saison beglückt ihre Bahnen. Natürlich nicht, ohne uns ihre unfassbare Glückseligkeit kund zu tun. Nach einer Stunde fühlte ich mich schließlich genötigt, die Badeanstalt zu verlassen, um zu verhindern, dass all ihre verlorenen negativen Energien möglicherweise doch noch auf mich überschwappten. Man will ja nicht überschnappen, durchs überschwappen, wenn irgendwelche Pappen überlappen und wir drüber tappen... BÄM! (Vielleicht sollte ich Rap-Texte verfassen!?)

Auch Blondchen stöckelte am ersten Tag mit einem Kosmetik-Köfferchen herein, selbstverständlich alle anderen Lebewesen sofort mit Nichtachtung strafend, und verlangte überaus selbstbewusst ihren Zimmerschlüssel. Sonstige Ausführungen des Rezeptionspersonals interessierten sie nicht, sie stellte klar, dass ihr ihre Koffer bei Eintreffen selbstredend umgehend aufs Zimmer zu bringen wähen und schon stöckelte sie weiter zum Fahrstuhl...

Bewundernswert, wie sehr Wasserstoff-Blondierungen heutzutage ins Hirn eindringen! Ich sollte vielleicht anmerken, dass ihr ihre Koffer keineswegs aufs Zimmer geschickt wurden, sondern sie diese selbst abholen musste. Ihrem Unmut darüber ließ sie während ihres ungeschickten Transport-Versuchs mit schätzungsweise 12cm Stöckeln und extrem langen, gegelten Fingernägeln, ungehindert freien Lauf. Unnötig zu erwähnen, dass sie weder mit den Schlüsseln, den Essens-Zeiten noch mit dem Therapie Plan zurechtkam. Höfliches Fragen schien ihr nicht in den Sinn zu kommen, wurde ihr möglicherweise nie beigebracht, vielleicht fehlte ihr auch einfach der Anstand dafür, oder die Höflichkeit, oder der Respekt anderen Mitmenschen gegenüber, oder, oder, oder,...

Den Göttern sei Dank hatte ich mit all diesen subversiven Elementen herzlich wenig zu tun! Das Gros der Gäste ist dennoch sehr freundlich und genügsam. Man kann mit fast jedem einen netten Schnack halten und die Hilfsbereitschaft untereinander ist wirklich großartig!

Jetzt hab ich doch ganz vergessen zu erwähnen, dass der Mann von Frau Professor BonPrix, Professor XY für Irgendwas an der Universität von Irgendwo eine geschlagene Stunde von außen durch die Scheibe der Schwimmhalle schaute, seine Frau bei ihren transzendentalen Bemühungen ihre negativen Schwingungen im Wasser anzureichern, beobachtete und ihr verliebt zu winkte...
*grusel

Reisebericht Teil XXVIII - Verpeilt

Der heutige Tag begann schon irgendwie merkwürdig. Bereits vor dem Frühstück pellte ich mich in den Badeanzug, da ich direkt um acht zum Wasser Ballett eingetragen war. Am Frühstückstisch bemerkte ich, dass ich die Strickjacke, Pardon den Cardigan, linksrum trug. Wie unangenehm, warum sagt mir denn keiner was? Ich blamier' mich ja! Ich verzehrte im Hinblick auf die folgende Wassergymnastik lieber nur ein Brötchen, nicht dass ich womöglich wiederum zeigte, was in mir steckte und so eine Wollene Decke auf der Wasseroberfläche hinterließ. (Für Nicht-Etymologen: Das Wort 'Kotze' stammt aus dem Mittelhochdeutschen und bezeichnete einst eine 'Wollene Decke')

Wer bitteschön plant denn morgens um acht Wassergymnastik?!

Ich konzentrierte mich voll darauf, noch meine Blutdruck- und Zucker-Tabellen abzufotografieren, da ich sie heute Morgen abgeben sollte, verschloss anschließend sorgfältig meinen Bottich für medizinische Abfälle, den ich auf diesem Wege gleich mit zu entsorgen gedachte und stiefelte noch immer hochkonzentriert mit Badeanzug, Morgenmantel, Handtuch, den Listen, sowie dem sorgfältig verschlossenen Container zum Pflege Stützpunkt. Es wurde mir auch alles ordnungsgemäß abgenommen und frisch & jungfräulich neu ausgehändigt. Selbstverständlich mit deren stoischer Ruhe, die ich vorab, in weiser Voraussicht, zeitlich einberechnet hatte. So dachte ich zumindest.

Anschließend weiter ins Untergeschoss zur Schwimmhalle. Nachdem ich wiederum alle Aufmerksamkeit erfolgreich auf mich gezogen hatte, weil mir der frisch ausgehändigte leere Container für meine Injektionsnadeln dreimal unleise zu Boden schepperte, durften wir in die Umkleidekabine, wo mir auffiel, dass ich ja noch immer meine Gary-Puschen, statt der vorgeschriebenen Badelatschen trug... Egal, ins Zimmer zurück dauert jetzt zu lange...

Ich schummelte mich also badelatschenlos ins Wasser. Früh morgens ist das Wasser noch recht kühl. Haben wohl noch nicht genug Leute rein gepinkelt, damit es annehmbar temperiert ist!? Im Becken selbst stellte ich fest, dass ich meine Haare auch nicht zum Zopf zusammengebunden hatte. Mein Trick mit zusammengedrehtem Haar einen Mini-Dutt zu fabrizieren, stellte sich im flüssigen Element als völlig wertlos heraus, vielleicht war es auch mein zittern durch die unzureichende Beckenbeheizung, jedenfalls knurkelte sich das alles irgendwie immer wieder auf... Beim Versuch, einige Übungen der Wassergymnastik mitzumachen soff ich beinahe ab, weil ich im geringfügig tieferen Teil des Beckens stand. 1,52m Wassertiefe reicht bei einer Körpergröße von 1,63m, zudem noch tendenziell schrumpfend, bis über die Nase. Todesmutig machte ich dennoch weiter, so gut es ging.

Nach der Wassergymnastik kehrte ich vom Souterrain wieder in meine Gemächer zurück, um noch eben vor der Gruppentherapie meine Haare zu trocknen und mich ordentlich, aber noch immer nicht standesgemäß, frisch einzukleiden. Ein frisches kleines Handtuch aus dem Badezimmer sollte meinen Haaren vorher noch einen Teil der Nässe nehmen. Ich fasste es an einer Seite und schüttelte es aus, ehe ich es um meinen Kopf wickeln wollte und wurde flugs von einem Nachtfalter angegriffen. Offenbar hatte er sich im Laufe der Nacht darin häuslich niedergelassen. Erschrocken ging ich in Deckung. Wer rechnet denn auch mit einer solchen Attacke?! Das dumme Vieh saß nun am Boden und ließ sich auch nicht verscheuchen! Duldungsstarre? Oder hatte sich das arme Wesen vor mir noch viel mehr erschrocken, als ich vor ihm und war dahingeshieden? Nein, es bewegte sich noch leicht und harrte dort aus, bis ich vollständig umgezogen war...

Spanner!



Nach dem Essen hatte ich meine neue Trinkflasche mit kohlensäurehaltigem Wasser befüllt und mit aufs Zimmer genommen. Mittels etwas Waldmeister Sirup wertete ich es geschmacklich etwas auf, so eine Flasche, in die ein Trinkhalm hineinragt und die man mittels umklappen des Trinkstutzens verschließen kann.

Notiz an mich selbst:

Befülle eine solche Trinkflasche nie mit zucker- und kohlensäurehaltigen Getränken!
Es sei denn, du möchtest eine Brause-Fontäne im Zimmer haben...



Jetzt klebt hier alles!

Das erinnerte mich ein wenig daran, wie mein Ältester Sohn vor Jahren unbedingt diese Sache mit der Cola Flasche und den Mentos ausprobieren musste. Natürlich im gerade neu erworbenen Auto

meiner Eltern... *gröhl

Die Begeisterung meiner Eltern war fortan wie die Stimmung in der ehemaligen DDR, sie hielt sich in Grenzen...



Gerade im Lesezimmer entdeckt...

Ein Wink mit dem Zaunpfahl, Laternenmast oder doch schon Brückenpfeiler?

Reisebericht Teil XXIX – WLAN

In diesem Kapitel möchte ich noch einmal, wie bereits angekündigt, kurz auf eine sehr wichtige Person eingehen.

Am Ende des gestrigen Therapie-Marathons, welcher mir sehr wenig Luft ließ, wurde ich gewahr, das mein 4-Wochen-WLAN-Abo abgelaufen war. Ich beeilte mich, noch bis 16 Uhr am Empfang zu erscheinen, um eine neue Karte zu erwerben. Um Punkt 15:56 Uhr stand ich also an der Rezeption. Erst einmal wurde sich von mir abgewendet, um ein Schwätzchen mit der Kollegin zu halten, um mir dann anschließend zu erklären:

"Dafür sind sie zu spät, der Computer ist schon heruntergefahren.
Kommen sie morgen zwischen sieben und sechzehn Uhr wieder!"

Das Ganze in einem Tonfall, der seinesgleichen suchte...

Natürlich war ich erbost, da ich diesen Abend nicht mehr mit Freunden chatten oder sonst irgendwie im Internet umtrieblich sein konnte...

So kam ich also am folgenden Morgen wieder. Ihr im Computer Gesuche dauerte exakt drei Minuten, ehe ich endlich meine neuen Zugangsdaten bekam. Umso schöner ihr Gesicht, als ich sie im Beisein dieser sehr wichtigen Dame von der Aufzug-Aufsicht darauf hinwies, dass doch die auf dem Schild angegebenen Öffnungszeiten geändert werden müssten.

Statt 7:00-16:00 Uhr, müsse das jetzt 7:00-15:55 Uhr heißen!

Zu schade, dass ich gleich weiter zu einem Therapietermin musste, ich hätte meinen Triumph gerne noch etwas länger ausgekostet.

Kurz vor der Abreise, ich hatte mir noch eine weitere Wochenkarte für den WLAN-Empfang besorgt, war angekündigt worden, dass das komplette Internetsystem des Klinikums auf einen anderen Anbieter umgestellt werden würde und sämtliche Zugangsdaten ihre Gültigkeit verlören. Ich hatte dadurch keine Möglichkeit mehr, mich bezüglich der Rückreise zu informieren, da direkt am Vortag meiner Rückreise die Umstellung erfolgte und ab 17 Uhr kein Internet mehr für irgendwen verfügbar war. Geld zurück? Ha, doch nicht bei hier!

Kulanz ist hier ein Fremdwort!

Ok, Kulanz ist generell ein Fremdwort, aber hier wird sie zur Passion!

Reisebericht Teil XXX – Mischpoke

An meinem vorletzten Wochenende hatte ich mich mit einem meiner Cousins und dessen Frau getroffen. Wir hatten uns zuletzt auf der Beerdigung unserer Großmutter gesehen, das muss jetzt etwa 18 Jahre her sein. Wir hatten in den vielen Jahren relativ wenig Kontakt, gelegentlich über Facebook, in letzter Zeit jedoch etwas mehr über WhatsApp. Sie waren tatsächlich über eine Stunde gefahren, um mit mir Kaffee zu trinken und mal von Angesicht zu Angesicht zu Schnacken. Es war ein wirklich schöner Nachmittag! Wir hatten das Café vor dem Parkplatz entdeckt und auch die tollen hausgemachten Torten zu adäquaten Preisen genossen. Schade, dass ich das erst so spät gefunden hatte.



Auch war es sehr interessant für mich zu hören, was es so alles über den Rest meiner buckeligen Verwandtschaft zu berichten gab. Offenbar sind, in den Augen unserer Verwandten, wir die beiden schwarzen Schafe der Familie!? Nach allem, was ich jetzt aber über die ach so guten, selbstgerechten, weißen Schafe gehört habe, bin ich eigentlich recht glücklich, ein Außenseiter zu sein. Ganz ehrlich? Die restliche Mischpoke hat ein noch viel größeres Ding an der Waffel, als ich und die halten sich unfassbarer Weise für ‚Normal‘!

Wenn man bedenkt, dass beispielsweise der komplette Wohnblock mit Sekt auf der Straße gefeiert hat, als mein Onkel und meine Tante dort auszogen... Das hab selbst ich noch nicht geschafft! (Zumindest nicht, dass ich wüsste!) Kaum zu glauben, aber offenbar wahr! Dass diese Beiden, wenn auch nicht namentlich erwähnt, Einzug in mein Erstlingswerk halten, sollte zumindest meinen Onkel nicht mehr großartig stören, denn er leidet seit einigen Jahren unter fortschreitender Demenz und wird daher wohl kaum eine Klage gegen mich anstreben. Machen wir's also wie er, vergessen wir's einfach!

Genau genommen bin ich sogar ein bisschen stolz darauf, zu den schwarzen Schafen der Familie zu gehören. Ich denke, da bin ich verdammt guter Gesellschaft! Meine Familie hatte immer Wert darauf gelegt, nach außen hin zu glänzen. Mehr Schein als sein. Sie mussten schon immer ihrem übersteigerten Geltungsbedürfnis mittels teurer Kleidung, Schmuck, Möbeln, großen Autos oder Sonstigem Ausdruck verleihen. Wohl um allen voran, sich selbst zu beweisen, wer sie waren. Das alles hatte ich nie nötig. Ich muss niemandem beweisen, wer ich bin, ich weiß das auch so! Wenngleich es eine Zeit gab, in der ich das (stressbedingt) schon fast vergessen hatte.

Es meiner Familie recht machen zu wollen, bzw. den permanenten Versuch dazu, hatte ich bereits vor vielen Jahren eingestellt, da dies im Grunde ein absolut sinnfreies Unterfangen darstellte, was niemals von Erfolg gekrönt sein würde. Es ist unmöglich denen etwas recht zu machen, wenn man nicht ihren Vorstellungen entspricht. Aber das ist inzwischen völlig in Ordnung für mich. Toleranz ist ein Geschenk, eine Gabe, welche offenbar nur die schwarzen Schafe besitzen!

Auch deren permanenten abfälligen Äußerungen bezüglich der Ehefrau meines Cousins kann ich jetzt, nachdem ich sie etwas besser kennengelernt habe, noch viel weniger nachvollziehen! Nur weil sie keine Ausbildung hat? Sie hat immerhin erst ihre krebskranke Mutter, anschließend ihre ebenfalls an Krebs erkrankte Schwester bis zu deren Tode betreut und gepflegt. Dann zog sie die Kinder ihrer verstorbenen Schwester, zusätzlich zu ihrem eigenen Sohn, groß. Das verdient in meinen Augen höchsten Respekt!!! Im Grunde sollte sich diese Mischpoke schämen, sie so zu missachten! Ich kann, aufgrund der Lebensgeschichte meiner Verwandtschaft partiell verstehen, dass sie so sind, wie sie sind, ich muss es dennoch nicht gutheißen.

In diesem Sinne:

Bleibt um Himmels Willen so wie ihr seid, ihr zwei!!!
So seid ihr genau richtig!

Außerdem könnt ihr jetzt mit Fug und Recht behaupten, in einem großen, deutschen Meisterwerk der Literaturgeschichte erwähnt worden zu sein! *lach

Ist doch auch mal was!?

(So es denn tatsächlich irgendwann einen Verleger findet, der Verrückt genug ist, diesen Schinken zu drucken)



Irgendwann in den letzten Tagen hab ich dann die Progressive Muskelentspannung durch progressive Nuss-Sahnetorte mit heißer Schokolade ersetzt!

Reisebericht Teil XXXI – Ärzte & andere Ahnungslose

Nach dem Mittagessen am ersten Sonntag in der Klinik entdeckte ich in meinem Postkasten einen Labor-Zettel mit dem Hinweis, ich sollte alle meine mitgebrachten Notfall Medikamente bringen... ähm... ja, wann und/oder wohin war nicht vermerkt worden. Der Ärztin hatte ich bei der ersten Untersuchung bereits mitgeteilt, dass ich selbige ganz bewusst zu Hause gelassen hatte, weil ich ja hier war, um gesund zu werden und die Hoffnung hegte, selbige nicht zu benötigen... Das bedurfte noch einer Klärung... Aber wo?

Am folgenden Montag steuerte ich deshalb als erstes den Pflege Stützpunkt an, um die Ursache für die Benachrichtigung bezüglich der Bedarfsmedikamente zu klären. Offenbar war der Eintrag darüber, dass ich sie bewusst zu Hause ließ, vergessen worden. Nun ja, gibt Schlimmeres. Viele kurioser fand ich die Mitteilung der Krankenschwester darüber, dass ich meine Bedarfsmedikamente umgehend im Stützpunkt abzuliefern hätte, denn schließlich könnte ich mich damit ja umbringen!... ??? Außerdem könnte ich sie jederzeit, bei Bedarf, aus dem Stützpunkt abholen, auch bei Migräne!

Weiß die Frau überhaupt wovon sie da redet? Die hatte garantiert noch nie eine richtige Migräneattacke, sonst hätte sie solch ausgemachten Blödsinn nicht von sich gegeben! Außerhalb der angegebenen Öffnungszeiten war niemand im Stützpunkt erreichbar. Ich würde also mit meiner Migräne-Attacke geduldig abwarten bis die Herrschaften geruhten den Stützpunkt zu öffnen, um mich dann brav in die Schlange derer einzureihen die wegen irgendwelcher Wehwehchen Hilfe brauchten und dann mit mörderisch stechenden Kopfschmerzen, Übelkeit, sowie Licht-, Geräusch- und Geruchsempfindlichkeit geduldig darauf zu warten, dass man mir nach der Angabe meines Namens sowie meiner Zimmer-Nummer, nach ewig langem Suchen mein Medikament übergibt, welches ich natürlich auch nicht vor Ort hätte einnehmen dürfen, weil ja schließlich noch mehr Patienten warten...! Mal ganz abgesehen von der Tatsache, dass ich mit Migräne kaum denken kann, was es mir ein wenig schwierig gemacht hätte mich an meinen Namen oder meine Zimmernummer zu erinnern, hätte ich den Weg mit Fahrstuhl etc. hin und anschließend auch wieder zurück in mein Separee überhaupt gefunden?

Hatte ich eigentlich erwähnt, dass die ellenlangen Flure stets grell beleuchteten waren?
Ein Träumchen für jeden Migräne-Geplagten!

Im Übrigen, seit wann war ich denn suizidgefährdet? Nur weil ich Depressionen habe, muss ich doch nicht gleich den Wunsch hegen mich zu inhumieren! Dieses widerwärtige Schubladendenken ist doch zum Kotzen!

Merkt es euch endlich:
Ich bin zu fett, ich passe in keine Schublade!

Ich bin unschubladisierbar!

Ebenso, wie dieses eigenartige Phänomen, dass alle plötzlich gaaanz laaangsaam uuund deut-lich spre-chen, wenn ich ihnen mitteile, dass ich eine seelische Beeinträchtigung habe...

Ich bin depressiv und nicht dement!

Da ist ein Unterschied!

In der Gruppe war uns bereits in der zweiten Woche eröffnet worden, dass ab der kommenden Woche nur noch je eine Gruppen Sitzung und ein Einzelgespräche pro Woche stattfinden würden, statt drei Gruppen und mindestens zwei Einzelgesprächen. Die zwei Morgenrunden von etwa einer viertel Stunde, sollten komplett entfallen. Es seien drei Therapeuten gegangen und sie fänden angeblich keinen Ersatz. Ich hatte große Bedenken, ob mir unter diesen Umständen die Reha überhaupt noch helfen würde, da der eigentliche Grund für meinen hiesigen Aufenthalt größten Teils wegfiel. Im Grunde stellte den Erfolg der gesamten Maßnahme infrage und überlegte ernsthaft abzureisen, denn für das tolle Essen oder den Sport war ich nicht so weit gereist! Unsere Therapeutin wollte versuchen, die Folgen dieser rabiaten Kürzung irgendwie abzufedern, obwohl sie nur eine Teilzeitstelle hatte. Ihr lagen die Patienten wirklich am Herzen! Sie wollte auch unbedingt die zwei Morgenrunden beibehalten. Deshalb sollten wir alle, sofern möglich, Montag früh zur Morgen Runde erscheinen, bewaffnet mit unseren Therapie Plänen, dann würde sie versuchen, das irgendwie zu organisieren, dass wir weiterhin ausreichend Gesprächsgruppen hatten und damit wir alle gut gestärkt hier rausgehen könnten...

Respekt!

Hätte sich unsere Therapeutin nicht so sehr bemüht, hätte ich meine Reha tatsächlich abgebrochen! Das Arztgespräch gegen Ende der Reise verlief ebenfalls ziemlich unzufriedenstellend. Die Ärztin sah zwar ein, dass ich auf Grund meiner körperlichen Konstitution nicht mehr in der Küche arbeiten könnte, aber ich könne ja schließlich noch im Call-Center sitzen, was vor Jahren der Amtsarzt des Jobcenters bereits kategorisch ausschloss, da es für mich mit zu viel Stress verbunden wäre!

„Warum wollen sie denn nicht mehr als Call-Agent arbeiten, das ist doch eine leichte Arbeit!“
Diese Frau hat nie im Callcenter gegessen!

Sicherlich, für Außenstehende wirkt es leicht, aber leicht ist wirklich anders! Permanent steht man unter Zeitdruck, muss mindestens 20 Kunden/Std. mit den verschiedensten Wünschen, Bedürfnissen und Stimmungslagen, sowie mannigfaltigen Gemütsverfassungen abfertigen. Man wird beschimpft, angepöbelt oder sogar angeschrien, soll aber immer alle Kunden irgendwie von der Palme kriegen und zufriedenstellen... In anderen Centern ist man zudem gezwungen irgendwelchen Leuten Dinge aufzuschwatzen, die sie überhaupt nicht brauchen und mit denen man nicht mal im Ansatz konform gehen kann... Bei einem großen deutschen Versandunternehmen bin ich nach 5 Jahren vor dem Computer heulend zusammengebrochen, als ich von einem Kunden angeschrien wurde. Meine Teamleiterin hatte es damals bemerkt und sofort übernommen. Ich hatte damals den Job als Übergangslösung angenommen, aber bekanntlich ist nichts so dauerhaft, wie ein Provisorium, und so blieb ich ganze fünf Jahre dabei. Obwohl ich nach anfänglicher großer Skepsis, den Job sogar sehr gerne gemacht hatte, einen solchen Zusammenbruch brauchte ich kein zweites Mal!

Dennoch erachtete sie mich im vollen Umfang für Arbeitsfähig.
Sogar für 8 Std./tägl.

Auch mein Abschiedsbesuch beim Oberarzt war recht merkwürdiger Natur. Er diagnostizierte einen gefährlich hohen Cholesterinspiegel, den noch kein anderer Arzt vor ihm bei mir je entdeckt hatte und verordnete mir ein neues, zusätzliches Medikament. Warum ich mit der Einnahme dieses Präparates bis zu meinem Arztbesuch in der Heimat wartete, kann ich nicht sagen, vielleicht göttliche Vorsehung oder Kenntnis meines Präventiven Karmas?

Jedenfalls teilte mein Hausarzt mir nach meiner Rückkehr in heimatliche Gefilde mit, dass dieses Mittel eine Wechselwirkung mit meinen blutdrucksenkenden Tabletten hätte und sich beide

Präparate gegenseitig in der Wirkung aufheben würden. Sollte sich tatsächlich ein zu hoher Cholesterinspiegel nachweisen lassen, würde man ein anderes blutdrucksenkendes Mittel verordnen und vorher noch irgendeine Herzkranzgefäß-Untersuchung vornehmen, um andere, schwerwiegendere Schäden auszuschließen. Na jedenfalls bestätigten sich keine schlechten Cholesterinwerte, schon gar nicht so dramatisch, wie es mir in der Klinik vorgegaukelt wurde!

Hier möchte ich auch noch einmal an die Ärztin erinnern, welche mir 20! (in Worten: Zwanzig!) Kohletabletten verordnete... Einzig Frau Schaka-Laka schien eine Ahnung von ihrem Fach zu haben.

Hatten die restlichen Ärzte in dieser Reha-Klinik überhaupt irgendeine Ahnung, was sie da machten? Kaum zu glauben, dass sie ihr Fach studiert haben sollen!

Im Nachhinein musste ich ferner feststellen, dass ich die ganzen medizinischen Unterlagen, welche ich in unendlicher, akribischer Kleinarbeit bei diversen Ärzten angefordert und eingesammelt hatte, gar nicht hätte mitschleppen müssen, denn sie interessierten wirklich niemanden!

Reisebericht Teil XXXII – Die Abreise

Am Abreisetag wollte ich eigentlich der Ober-Zicke unter den Kellnerinnen meine Bewunderung und meinen Respekt für ihren Mut ausdrücken. Immerhin muss sie sich ja bewusst gewesen sein, dass sie in einer Klinik für Psychosomatik täglich mit Menschen arbeitet, die mental schwer gestört sind... Zu meinem Leidwesen war sie jedoch nicht im Dienst und so blieb meine Anerkennung unausgesprochen!

Ich hatte bereits meine Koffer in den Eingangsbereich gebracht, damit der Hermes Bote sie abholen konnte, so die Götter wollten und hielt noch einen kurzen Schnack mit einigen Mitpatienten vor der Tür, als ein Kleiner LKW vorfuhr, wendete und rückwärts in die Lade Zone einfuhr. Unglaublich, er trug tatsächlich die Aufschrift 'Trans Gourmet'! Ich konnte nicht mehr vor Lachen!

So begab ich mich dann unter teils mitleidigen, teils verständnislosen Blicken der restlichen Insassen ob meiner Heiterkeit (mit Leichtigkeit!) wieder ins Gebäude und wartete mit vielen anderen Patienten im Flur vor dem Speisesaal darauf, dass sich die Tore öffnen würden. Abstand von 1,50-2,00m? Kaum machbar. Wenn das der Facility Manager mitbekommt!... Der will doch garantiert gleich wieder 'ne Strafe kassieren! Als die Tore geöffnet wurden und die Schar der Patienten langsam und träge in den Speisesaal trottete, hatte das schon ein bisschen was von 'The Walking Dead'... Covid 19 ist scheinbar doch die lang angekündigte und viel gefürchtete Zombie-Apokalypse! Wir nehmen es nur nicht so wahr! Und irgendwie hatte ich mir das Ganze auch wesentlich spektakulärer vorgestellt!...

Das Frühstück selbst brachte keine großartigen Überraschungen mehr hervor. Wir wurden innerhalb einer halben Stunde abgefüttert und hinaus komplimentiert.

Kurz vor Acht gab ich schließlich meinen Schlüssel an der Rezeption ab, erhielt meine Papiere (dass die Anwesenheitsbescheinigung für den Arbeitgeber bzw. das Jobcenter fehlte, merkte ich leider erste viel später) und die Information, dass das Sammel-Taxi um acht und um zehn fahren würde. Da mein gebuchter Zug aber um eine Minute vor zehn fahren sollte, war die zweite Zeit-Offerte irgendwie keine Option. Dadurch war es mir leider auch nicht mehr möglich, mich von meiner Therapie Gruppe zu verabschieden. Schade! Sie waren mir in sechseinhalb Wochen alle richtig ans Herz gewachsen und ich hätte den einen oder anderen gerne noch einmal umarmelt. Sehr, sehr schade!

Auch mein erneuter Hinweis bezüglich der Änderung der Rezeption-Öffnungszeiten blieb leider unausgesprochen. Ich hatte auch keine Möglichkeit mehr, mich bezüglich der Reisegestaltung auf den neuesten Stand zu bringen, da ja am Vortag die Umstellung des Internet-Anbieters erfolgt war und ich für einen Tage keine Wochenkarte mehr fürs Internet lösen wollte.

So trat ich also früher als gedacht die Heimreise an, noch einmal durch den wunderschönen Ort, vorbei an vielen schönen Häusern und dem Schlosshotel, das mir bereits bei der Anreise aufgefallen war. Klar zückte ich mein Handy und filmte es im Vorbeifahren. Vielleicht hätte ich mit der Kamera im Vorfeld noch etwas mehr üben sollen, dann hätte ich auch gewusst, wie sie wirklich funktioniert... So hatte die Kamera im Mobiltelefon es nämlich nicht aufgezeichnet... Nun ja, wenn das alles wäre, was heute schief gehen würde,... gibt Schlimmeres!

Haha! Präventives Karma!

Einen Großteil der Strecke zum Bahnhof hatten wir Polizeibegleitung. Immerhin war man sich im Klaren darüber, dass hier eine VIP-Gästin logiert hatte, welche standesgemäßes Geleit verdiente! In den letzten 500 Metern vorm Bahnhof verließ uns der Geleitschutz, wohl um mein Inkognito zu

wahren. Der Taxifahrer war noch so nett mir beim Ausstieg den Arm zu reichen und mich darüber in Kenntnis zu setzen, dass die Züge alle Stunde fahren würden. So hatte ich das Glück, den Zug eine Stunde früher zu erwischen. Was für ein Start!

Wo ist der Haken?

In Koblenz schaffte ich den Anschlusszug ebenfalls eine Stunde früher. Ich hätte theoretisch eine Stunde früher zu Hause sein können...

Wo ist der Haken?

In Hamburg am Hauptbahnhof waren alle Fahrstühle und Rolltreppen intakt, rauf und runter! Ich freute mich schon langsam darüber, dass ich meinen Anschlusszug ebenfalls eine Stunde früher erreichen würde.

Wo ist der Haken?

Ich schaute zur Sicherheit noch einmal auf den Fahrplan am Bahnhof. Oh, um diese Uhrzeit fuhr er nicht von Gleis sechs, sondern von Gleis 11. Das sollte zu schaffen sein... Wo ist der Zug? Kein Zug? Ich schaute auf die Uhr. Oh, um zwei Minuten verpasst! Ok, ein kleiner Haken! Dann eben doch pünktlich zu Hause. So bestand ja noch die Möglichkeit auf die Schnelle einen Eingeborenen im Lokal mit den goldenen Schwingen zu verzehren.

Wieder auf Bahnsteig 11 schaute ich Sicherheitshalber erneut auf den Abfahrtsplan. Ok, gerade Stunden auf der 11, Ungerade auf der 6. Eine Viertelstunde noch, ist ja kein Problem. Abfahrtsbereich D-E. Hm, da stand nichts von Flensburg, sondern Sylt. Wäre zwar erstmal dieselbe Richtung, aber nicht ganz dasselbe. Ich sprach ein paar Passanten an, die mir auch nur sagen konnten "Der fährt nach Sylt!" (Ach was?) Nachdem zwei Bahnbeamte, ebenso einfältig wie einsilbig, dieselbe Auskunft gaben war dieser Zug dann schließlich auch weg. War aber eh nicht der Richtige, hatte Ähnliches ja schon auf der Hinfahrt erlebt. Kein Bedarf an Wiederholungen! Also nochmals rüber zur 11. In besagtem Bereich stand ein Zug nach Nydam oder so ähnlich. Aus Erfahrung wusste ich, dass mein richtiger Zug in Neumünster getrennt und dann in zwei verschiedene Zielgebiete fahren würde, nämlich Kiel und Flensburg. Also befragte ich mit dieser Information erneut einen Bahnbeamten. Mit den Worten "Hier wird gar nichts getrennt." lies mich dieser Heini stehen, um mit einem anderen Bahnfritzen ein Schwätzchen zu halten...

Inkompetenz in Vollendung!

*grummel

Schließlich fand ich dann doch noch eine Angestellte der Dänischen Bahn, die super freundlich und kompetent in nahezu perfektem Deutsch antwortete: Der Zug würde zwar durch Flensburg durchfahren, aber dort nicht halten. Mit meinem Ticket könnte ich leider nicht mitfahren. Der reguläre Zug nach Flensburg würde wegen Bauarbeiten derzeit gar nicht vom Hamburger Hauptbahnhof abfahren, sondern nur von Hamburg Altona. Die S-Bahn führe auf Gleis 2, außerhalb des Bahnhofs, dort drüben, die könne ich problemlos mit meinem Ticket nutzen. In Altona sollte ich am besten noch einmal nachfragen, wo mein Zug dann tatsächlich abführe!

Warum kriegen unsere Bahnmitarbeiter sowas nicht hin??? Kein Hinweis, kein Schild, keine Durchsage... Nichts! Somit hatte ich schließlich den Eine-Stunde-Vorsprung andreamäßig gekonnt in eine Zwei-Stunden-Verspätung umgewandelt.

Da iss'er ja, der gesuchte Haken!!!

Während meiner Rückreise erhielt ich dann diese Nachricht von meinem Sohn und war sehr irritiert... Er hatte geputzt! Ist er irgendwie krank?



Der Rest der Fahrt verlief dann ohne nennenswerte Zwischenfälle. Ach ja, ich sah noch einen LKW mit der Aufschrift "Making Logistics sexy again"... *prust



Eeeeeendlich zu Hause!

Nach ziemlich genau 12 Stunden (in Worten: zwölf Stunden) Fahrt war ich dann eeendlich zu Hause, wo nun noch einige unbedeutende postalische Katastrophe meiner Ankunft harrten. Nichts überwältigendes, nur das übliche Kontingent an Fiaskos. Eine Heiz- und Nebenkosten Abrechnung, welche vor drei Wochen hätte bezahlt werden müssen; ein Anschreiben des neuen Hauseigentümers nebst neuer Kontoverbindung, welche ebenfalls bereits vor drei Wochen hätte aktiviert werden sollen; eine daraus resultierende Mietmahnung und last but not least eine Kontopfändung durch die GEZ...

Peanuts!

Willkommen in meinem Leben!

Den Telefon-Marathon, bezüglich der hier angehäuften Katastrophen postalischer Natur, würde ich morgen absolvieren...

Marathon...
(Schon wieder Sport...)

Am Abend kippte ich so tot ins Bett, ich hatte tatsächlich sieben Stunden Schlaf am Stück! Maximal drei Stunden Schlaf sind bei mir Standard, dann ruft der Nachtpott! Ich bin ewig nicht so alle gewesen! Scheiß auf Auspowern beim Sport, braucht kein Mensch und macht auch nicht glücklich! Eine Reha ist absolut ausreichend!

Epilog:

Als ich die erste Version über meine Erlebnisse in der Reha-Klinik via WhatsApp an einige Freunde schickte, meinten zwei von ihnen sofort, ich solle ein Buch darüber schreiben. Seither stelle ich mir beim Schreiben und dem anschließenden Durchlesen vor, wie Thorsten Sträter das ganze vortragen würde! *kicher

Ich werde wohl wirklich unter die Schriftsteller gehen und einen Reisebericht herausbringen, auch wenn es wohl niemals von Herrn Sträter vorgetragen werden wird. Noch suche ich nach dem richtigen Titel. Vielleicht: "Andrea's abenteuerliche Reise in die Welt des Patienten-Alltags"... Oder so ☐ ☐

Und 'Ja', es hat mir wirklich etwas gebracht, in die Reha gegangen zu sein! Ob ich mein Problem komplett verarbeitet habe, möchte ich noch bezweifeln, aber der Anfang ist gemacht. Die Therapeuten dort waren Klasse! Naja, zumindest die Meisten, sonst wäre ich definitiv viel früher abgereist, spätestens als es hieß, die Stunden mit den Psychologen würden massiv gekürzt werden. Meine zuständige Tiefentante hatte offenbar den richtigen Riecher und hat den Punkt bei mir getroffen, an dem es hing. "Selbst wenn sie etwas (oder alles?) falsch gemacht hätten, können Sie sich das nicht verzeihen?" Genau das war wohl der Casus Knacksus...

Ok, erstmal hat sie mich brutal danach suchen lassen, ob an den Vorwürfen der entsprechenden, mir nahestehenden Personen, vielleicht doch was dran sein könnte, da mir wegen zu lang und in zu hoher Dosis verordneter Psychopharmaka, etwa sechs Jahre in meinen Erinnerungen fehlen. Dennoch war's schlussendlich offenbar der richtige Weg. Ich kann das Ganze jetzt entspannter sehen und weiß, dass diese Personen sich das alles selbst eingebrockt haben. Das Hamsterrad der Gedanken ist (zumindest vorläufig) zum Stillstand gekommen! Vielleicht ist auch nur der Hamster ☐ ☐ot umgefallen...

Es hat sich auch gezeigt, dass ich selbst immer versuche alles perfekt zu machen. Das mag in meiner Kunst in Ordnung sein, ich sollte das im restlichen Leben aber bei Seite schieben, sonst stellt das möglicherweise ein paar Hürden dar, über die ich bei meinem Gewicht nicht mehr zu klettern vermag! ☐ ☐

Fazit der Reha:

Auch wenn das Essen in der Klinik absolut ungenießbar, der Sport (*grusel) belastend, das Gros der Mitarbeiter anmaßend und arrogant war, umso hilfreicher war es mit kompetenten Therapeuten über mein Problem zu sprechen und gemeinsam Lösungs-Strategien zu entwickeln!

Und mit einem Quäntchen an Humor lässt sich jede Hürde überwinden!

Meine abenteuerliche Reise
ins
Reha-Wunderland

Reisebericht von
© Andrea Sader

Copyright by Andrea Sader, D-24939 Flensburg
Alle Rechte vorbehalten

Orte der Handlung: Bernkastel-Kues, Flensburg, Berlin
Deutschland