



## „Gemeinsam am Ball bleiben“

Mit Diabetes sich selbst und andere bewegen – Bewegungs- und Verantwortungsprojekt für junge Menschen mit Diabetes mellitus Typ 1 -

Projektleitung: Marlena Labuhn, Hanna Kleine-Klatte

Teamer: Ute Schümer, Christine Brinkmeyer

finanzielle Unterstützung: Sparkassenstiftung „Unser Herz schlägt hier“



Teilnehmer waren 8 Jugendliche und junge Erwachsene im Alter von 13 bis 21 Jahren und 12 Kinder, die sich zutrauen, eine Nacht ohne Eltern zu verbringen. Alle hatten Diabetes mellitus Typ 1. Der Workshop fand für die Jugendlichen vom Donnerstagnachmittag, den 25.04.2019 bis 28.04.2019 statt. Die Kinder kamen am Samstag, den 27.04.2019 bis Sonntag, den 28.04.2019 dazu.

Veranstaltungsort war das Jugendgästehaus des Kreises Herford in Rödinghausen, Am Nonnenstein 21 statt. <https://www.jgh-roedinghausen.de/>

Nachdem die Jugendlichen ihre Zimmer bezogen hatten, wurden Namens- und Kennenlernspiele gespielt. So konnte die Gruppe spielerisch miteinander in Kontakt treten, sich über Hobbys, Interessen und ihre Diabetestherapie austauschen und ein Gruppengefühl entwickeln. Nach dem Abendessen saß die gesamte Gruppe zusammen auf der Terrasse und spielte das Kommunikationsspiel „Werwolf“. Am Freitag machten sich die Jugendlichen darüber Gedanken, was sie wirklich gut können und inwiefern ihre Kompetenzen zum Gelingen des Verantwortungsprojekts beitragen können. Darüber hinaus setzten sich die Jugendlichen ausgiebig mit möglichen Ängsten, Wünschen und Erwartungen der Kinder auseinander, die am folgenden Tag anreisen würden. Im Laufe des Freitags entwickelten die Jugendlichen ein Konzept für den





anstehenden Bewegungstag. Schnell wurde dabei deutlich mit welcher Motivation und Hingabe die Teilnehmer\*innen ein Programm auf die Beine stellten. Am Abend wurde noch besprochen, inwiefern die Jugendlichen die Kinder im Umgang mit dem Diabetes unterstützen könnten. Jeder Jugendliche teilte sich einem Kind als speziellen Betreuer zu. So hatte jedes Kind einen bestimmten Ansprechpartner,

einen "Blutsbruder" oder eine "Blutsschwester".

Es war beeindruckend zu sehen, mit welchem Feingefühl die Jugendlichen die Kinder in Empfang nahmen, ihnen halfen Hemmungen abzubauen, Vertrauen zu fassen und sich zu öffnen. Ganz selbstverständlich kontrollierten die Kinder mit den Jugendlichen regelmäßig ihren Glukoseverlauf. Die Jugendlichen leiteten selbst Kennenlernspiele und Ballspiele in der Sporthalle an. Immer wieder bauten die Jugendlichen das Thema Diabetes spielerisch in ihr Programm ein. Nach den verschiedensten Ballspielen am Nachmittag wurde am Abend vor dem ins Bett gehen noch ein Film geschaut. Anschließend brachten die Jugendlichen die Kinder auf die Zimmer, erzählten Geschichten, trugen gemeinsam die



Blutzuckerwerte des Tages in ihre Diabetesmappen ein und brachten die Kinder ins Bett. In der anschließenden Teambesprechung mit den Jugendlichen wurde deutlich, dass das Verantwortungsprojekt gelungen war. Die Jugendlichen hatten alle ein Erfolgserlebnis. Das Anleiten der Spiele und das Begleiten der Kinder führte bei dem ein oder anderen zu einem Selbstbewusstseinsschub. Alle fühlten sich verantwortlich für ihre Blutsgeschwister und entschieden sich mit den Diabetesberaterinnen gemeinsam in der Nacht aufzustehen, um die

Werte der Kinder zu messen. Am kommenden Morgen halfen die Jugendlichen den Kindern ihre Sachen zu packen. Danach beklebten die Kinder kleine Schatztruhen mit Perlen und Glitzersteinchen. Gemeinsam mit ihren Blutsgeschwistern reflektierten die Kinder den Workshop. Auf kleine Zettelchen schrieben die Kinder auf, was sie von dem Workshop mitnehmen wollten, was sie gelernt hatten. Die Zettelchen verstaute sie in ihrer eigenen Schatzkiste, welche sie im Anschluss mit nach Hause





nahmen. "Einen OmniPod wechseln", "mit anderen Diabetikern zusammen sein", "ich habe gelernt das Diabetes auch Spaß machen kann", sind nur einige Beispiele ganz verschiedener durchweg positiver Rückmeldungen. Es war schön zu sehen, dass das Konzept der Blutsgeschwister aufging. Alle Teilnehmer\*innen würden gerne wiederkommen. Weitere Verantwortungsprojekte sind in Planung.



Herford, 05.04.16

erstellt von: Marlena Labuhn