



HELDENHEFT



Heft Nummer 9



Was heißt hier neu? Wie baut man eine Kinderklinik? Gibt es fliegende Teppiche?
Was tut eine Gebärmutter? Was ist ein Inkubator und wer ist Paul?
Wie macht man aus alt neu? Fragen und Antworten für neugierige Kinder und ihre Eltern.

JULIAN SCHUSTER ist ehemaliger Fußballspieler des VfB Stuttgart und des SC Freiburg. 2018 beendete er seine Spielerlaufbahn und startete als Verbindungstrainer der U19 und der U23 des SC Freiburg zu den Profis. Seit der Saison 2024/25 ist er Trainer des SC Freiburg.



DAS IST JULIAN

DAS IST LISA

DAS IST ENEA

DAS IST SILVAN

FÜR ALLE KLEINEN UND GROSSEN LESER:INNEN

Wenn in manchen Worten **DOPPELPUNKTE** stehen, ist das eine abgekürzte Form dafür, dass mit einem einzigen Wort immer die weibliche und gleichzeitig die männliche Form gemeint ist.

DER NEUE

Passend zum Titel dieses Heldenheftes könnt ihr statt des hier sonst üblichen Vorwortes diesmal ein Interview mit dem neuen Fußballtrainer des SC Freiburg, Julian Schuster, lesen. Das Interview fand Anfang November 2024 in der neuen Kinderklinik mit jungen Patientinnen und Patienten statt.

Silvan: Wollten Sie schon als Kind Fußballer werden, oder was war Ihr Traumberuf?

Natürlich hatte ich immer den Traum, auch Fußballer zu werden, also ... es war wirklich eher ein Traum und nie irgendwie der Gedanke, dass es wirklich passieren könnte ...

Enea: Wie wird man Fußballprofi, durch Glück oder Talent?

Eigentlich ist es Talent plus viel Arbeit, und natürlich braucht man auch ein Stück weit Glück ... Wenn mich jemand fragt, was muss man tun, um Profi zu werden, dann sag ich immer, dass man ganz arg viel kicken und Spaß haben muss und dann kann man gut werden ...

Silvan: Was war Ihr schönstes Gefühl der bisherigen Saison?

Gut, natürlich der Derbysieg gegen Stuttgart am ersten Spieltag [der aktuellen Saison], der hat sich schon besonders gut angefühlt ...

Lisa: Schauen Sie in Ihrer Freizeit Fußballspiele oder lieber andere Filme?

(lacht) Also es ist schon so, dass ich Fußball nicht als Arbeit betrachte, von daher schau ich mir sehr gerne Fußballspiele an ...

Silvan: Auf welches Spiel freuen Sie sich in dieser Saison besonders?

Gute Frage, also Stuttgart hatten wir schon, da hab ich mich schon drauf gefreut. Ich tu mich grad schwer, ... ein besonderes Spiel rauszupicken. Ich finde schon, dass unsere Heimspiele ... einfach besonders sind. Ich finde, wir haben eine ganz tolle Atmosphäre im Stadion und da ist es eigentlich wirklich egal, gegen wen wir spielen. Ich freue mich sehr auf unsere Heimspiele.

Lisa: Haben Sie schon einmal FIFA auf einer Konsole gespielt?

Ja, habe ich schon gespielt ...

Lisa: Haben Sie sich bei FIFA auch mal selbst als Spieler in der Mannschaft ausgesucht?

Das FIFA spielen war eher, bevor ich mit Anfang 20 selber Profispieler wurde ... ich bin ja auch schnell früh Papa geworden, weshalb ich dann auch nicht mehr die Zeit zum FIFA spielen hatte. Und damals gab es mich ja auch noch nicht im Spiel. (lacht)

Lisa: Wie viele Kinder haben Sie?

Ich habe vier Kinder, wir haben drei Jungs und dann haben wir zum Abschluss noch unser Mädels bekommen.

Lisa: Die Arme!

Wieso?

Lisa: Ich habe auch drei Brüder ...

Das ist doch schön, oder?

Lisa: Nein. Die können ganz schön nerven.

Aber ich glaub, es ist wurscht, ob man Schwestern oder Brüder hat. Aber sie können auch auf einen aufpassen, so ist es ja auch mit Geschwistern. Also ich glaub, sie hat drei große Beschützer, also so mal ich es mir auf jeden Fall aus.

Lisa: Und waren Sie als Kind schon mal im Krankenhaus?

Ich hatte das Glück, dass ich als Kind weniger im Krankenhaus war, beziehungsweise eigentlich gar nicht. Aber eins unserer Kinder hatte eben auch von Geburt an eine Krankheit und deshalb waren wir sehr, sehr viele Monate im Krankenhaus, als Papa war ich lange im Krankenhaus.

Lisa: Hier in der Kinderklinik?

Nee, ich oder wir kommen ja aus dem Stuttgarter Raum ... also wir haben eine gewisse Zeit gebraucht, bis dann gewisse Dinge auch in Ordnung waren, und deshalb kann ich es auch ein bisschen nachvollziehen, was ihr durchmacht und ich weiß, was es bedeutet, lange im Krankenhaus zu sein. Was ich damals schön fand, die Erinnerung habe ich echt noch, ich hab mich immer so tierisch gefreut, einfach am Tag nur einen Spaziergang im Krankenhaus zum Kiosk zu machen, um mir eine Zeitung zu kaufen ...

Vielen Dank Julian Schuster für das Gespräch!

Das Interview führten Lisa, Silvan und Enea

Frag den Roboter – ChatGPT erklärt NEU

Für dieses Heft haben wir etwas Neues ausprobiert. Eine neue Technologie. Sie heißt Künstliche Intelligenz, abgekürzt KI. Dazu haben wir ChatGPT gebeten, einen Einleitungstext zu unserem Heftthema #NEU zu schreiben.

ChatGPT ist ein Computerprogramm, das selbständig Textnachrichten mit einem Menschen austauschen kann. Dafür wurde es mit unzähligen Büchern, Briefen und Texten aus dem Internet gefüttert und darauf trainiert, Fragen zu beantworten.

Das Programm ist inzwischen so gut darin, dass es Texte herstellen kann, die so klingen, als hätte ein Mensch sie geschrieben. Das kann uns einerseits helfen, weil Menschen damit viel Wissen viel schneller weitergeben können.

Andererseits aber kann niemand mehr überprüfen, wie wahr oder richtig die Antworten wirklich sind. Wie genau das Programm die Antworten nämlich errechnet, lässt sich nicht mehr nachvollziehen.

Zurzeit wird viel darüber gesprochen, was wir Menschen mit dieser neuen Technik tun oder nicht tun dürfen und wie wir damit umgehen können. Das ist neu und sehr spannend.

Hier kannst du lesen, was ChatGPT zum Thema „Neu“ für Kinder geschrieben hat.

Hallo Kinder!

Heute wollen wir über ein magisches Wort sprechen: „neu“! Hast du dich jemals gefragt, was dieses Wort bedeutet und warum es so aufregend ist? Nun, lass es uns zusammen herausfinden!

„Neu“ ist ein Wort, das etwas beschreibt, das gerade erst passiert ist oder gefunden wurde. Es ist wie ein Abenteuer, das darauf wartet, erkundet zu werden! Stell dir vor, du öffnest eine Schatzkiste und entdeckst etwas, das du noch nie zuvor gesehen hast. Das ist neu!

Neues kann überall sein – in Büchern, in der Natur, in Spielen und sogar in unseren Gedanken! Es bedeutet, etwas zu lernen, das du noch nicht wusstest, oder etwas zu tun, das du noch nie zuvor gemacht hast. Es ist wie eine Reise in eine aufregende neue Welt voller Überraschungen.

Manchmal kann das Neue ein bisschen gruselig sein, weil es ungewohnt ist. Aber weißt du was? Es ist auch super cool! Neue Freunde zu finden, neue Spiele zu spielen oder neue Orte zu besuchen kann so viel Spaß machen! Es ist wie ein buntes Abenteuer, das darauf wartet, von dir entdeckt zu werden.

Das Beste am Neuen ist, dass es uns dazu bringt, zu wachsen und zu lernen. Jedes Mal, wenn wir etwas Neues entdecken, werden wir klüger und stärker. Wir lernen, mutig zu sein und Herausforderungen zu meistern. Und das ist wirklich magisch!

Also, Kinder, lasst uns gemeinsam die Welt des Neuen erkunden! Öffnet eure Augen, eure Herzen und eure Vorstellungskraft, und lasst uns zusammen Abenteuer erleben, die so aufregend sind wie das Wort „neu“ selbst!



JUHU, DIE NEUE KINDERKLINIK IST DA!



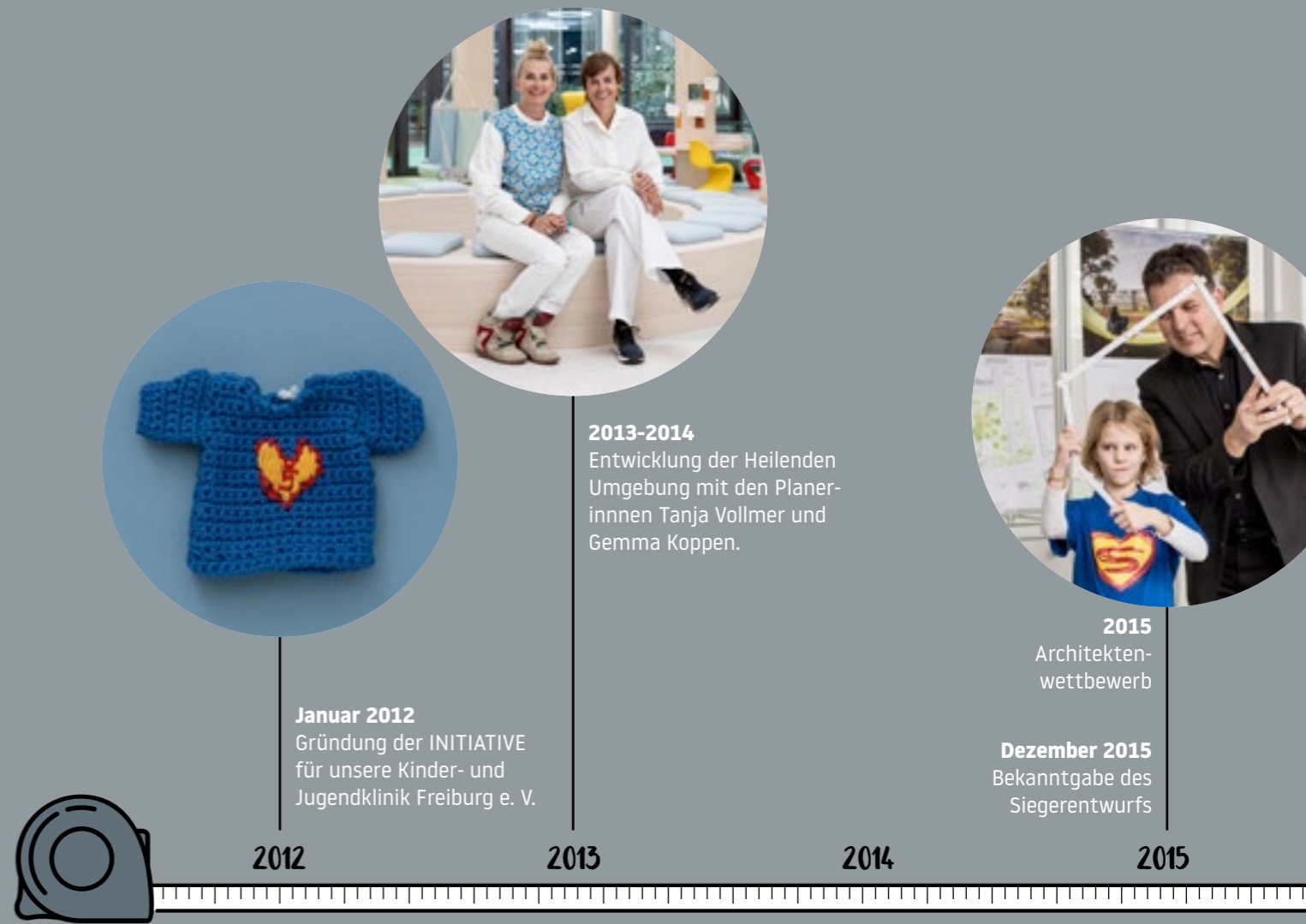
← **DAS IST ANNABELL**
 Sie bereitet das Notfallzentrum der Klinik für die Patientinnen und Patienten vor. Hier steckt sie den Stecker des Notfallwagens in die Steckdose. Immer auf Notfälle vorbereitet zu sein, ist besonders wichtig, weil es manchmal sehr schnell gehen muss.

WIE GEHT DAS EIGENTLICH GENAU?

Nicht ganz so schnell. Schon vor zwölf Jahren (da warst du vielleicht noch gar nicht geboren) war klar: Die Kinderklinik ist zu alt und viel zu klein geworden. Also wurde entschieden: Wir brauchen dringend eine neue. Größer, heller, besser – für die Kranken, die Eltern und Familien und auch für die Mitarbeitenden. Im Jahr 2012 startete das Projekt Neue Kinderklinik.

Dafür haben sich eine Menge Mediziner:innen, Pfleger:innen, Psycholog:innen, Architekt:innen, Planer:innen und Baufachleute zusammengesetzt und erst einmal gründlich nachgedacht, wie eine moderne Kinderklinik eigentlich aussehen muss. Sie haben sich Krankenhäuser in der ganzen Welt angesehen und sich dort gute Ideen abgeguckt. Vor allem aber haben sie auch die Kinder, Jugendlichen und Eltern gefragt, wie sie sich eine neue Klinik wünschen.

Und dann haben sie viele Ideen und kleine Pläne zu einem großen Plan zusammengefügt, der zeigte, wie die Klinik einmal aussehen und funktionieren sollte. Diesen Plan zu entwerfen, hat viel, viel länger gedauert als die Klinik zu bauen. Aber das ist bei solchen schwierigen Aufgaben auch richtig so.



DIE IDEE MIT DEM BAUM

Die neue Klinik sollte mehr sein als nur ein Haus für Kranke. Darum steckt in den Planungen neben vielen anderen auch eine Baumidee. In der Eingangshalle siehst du schmale hohe Wandverkleidungen, die an Baumstämme erinnern. Die beiden oberen Etagen sind von außen mit einem Muster versehen, das wie eine Baumkrone aussieht. Hier liegen die Zimmer der Patientinnen und Patienten wie in einem großen Baumhaus. Das ist doch eine schöne Vorstellung für einen Ort zum Gesundwerden.



Hier wurde im Rohbau mal ein richtiges Fenster ausprobiert.

Wenn man genau hinschaut, kann man das Blättermuster ganz gut erkennen.



Und das sieht aus wie der Baumstamm.



EINE KLINIK FÜR KINDER UND ELTERN

Im neuen Haus gibt es die modernste medizinische Ausstattung und vieles, das extra für die Bedürfnisse von Kindern und Eltern geplant wurde. Große Zimmer mit Sofas für die Eltern oder zum Chillen. Die **OASE**, die nicht nach Krankenhaus aussieht, in der auch etwas normaler Alltag stattfinden kann: Gemeinsam kochen, essen, lernen, andere treffen, spielen oder ausruhen ist hier möglich. Es gibt Terrassen und Balkone zum Luftschnappen oder Winken.

Oder ein Warteraum, in dem sich warten nicht wie warten anfühlt. Hier kannst du Dinge entdecken, malen, Geschichten hören oder dich bewegen. Es gibt kleine Innenhöfe zum Durchatmen und einen Klinikgarten mit einem Spielplatz, auf dem du auch schaukeln kannst, wenn du in einem Rollstuhl sitzt. Solche Extras gehören aber leider nicht zum Standard in Krankenhäusern. Damit die neue Klinik Kindern auch etwas von dem geben kann, was außer Medizin zum Gesundwerden wichtig ist, haben viele Menschen Geld dafür gespendet.



2016-2017:
Mit den Architekten werden die Pläne gemacht, gezeichnet und diskutiert.

2016

2017

2018:
Alle Genehmigungen sind da. Wir dürfen endlich bauen.

2018

OKTOBER 2018:
Spatenstich bei strahlendem Sonnenschein

NACH PLANEN KOMMT BAUEN

Genug gedacht. Dann ging es los. Ein Baugrundstück wurde abgesteckt zwischen der Frauenklinik und dem neuen Elternhaus, damit die Wege von dort möglichst kurz sind. Dann haben wichtige Leute zusammen mit vielen Gästen die Bauarbeiten nach sechs Jahren Planung im Jahr 2018 mit einem Spatenstich in die Erde feierlich gestartet.

Dann kamen die Bagger, Kräne, Baumaschinen und Bauarbeiter*innen und haben gegraben, Beton gemischt, Wände gemauert, Treppen gebaut und einen Rohbau mit Dach hingezaubert. Der war dann 2020 fertig.

Es gab ein Richtfest, so heißt die Feier, wenn der Rohbau steht. An diesem Tag wurde auch eine Zeitkapsel im Boden der Eingangshalle versenkt. Das ist ein Metallbehälter mit Sachen drin, die vielleicht irgendwann von Menschen weit in der Zukunft wieder ausgegraben werden. Die Dinge können dann etwas über die Zeit und Menschen erzählen, wenn die neue Klinik alt geworden ist. Was genau da drin ist, siehst du auf einem der Fotos.

Der Behälter in der Mitte ist die Zeitkapsel. Diese Sachen liegen jetzt in ihr drin, vergraben unter der Eingangshalle.

Wollt ihr mal durch die Baustelle fliegen? Los gehts!



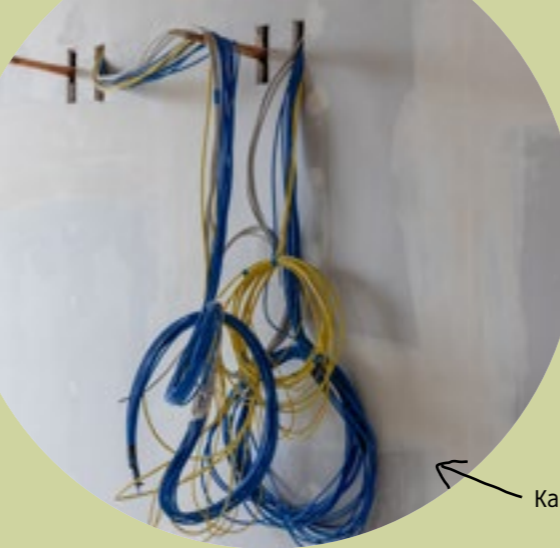
Da fliegt eine Treppe ...

Man muss auch auf der Baustelle zum Klo.

Hier kann man die Klinik im Zeitraffer wachsen sehen.

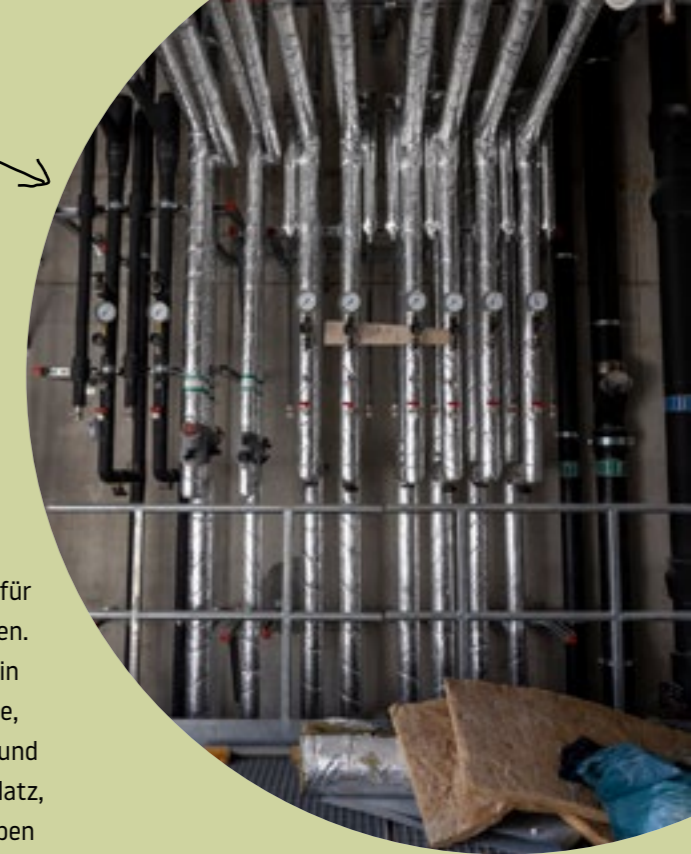
Der Bau wird überprüft. Alles muss funktionieren und sicher sein.

Das Gebäude ist fast fertig. Jetzt muss es eingerichtet werden.



Kabelsalat

Gar nicht so einfach, da den Durchblick zu behalten ...



Danach rückten die Installateure an. Kilometerlange Kabel und Leitungen für Strom, Wasser und Sauerstoff mussten verlegt und angeschlossen werden. Die Technik wurde eingebaut: Lüftungen, Heizungen, die Rohrpost und ein Warentransportsystem. Die Leute für den Innenausbau haben Fahrstühle, Fenster, Türen und Lampen eingebaut, Wände verkleidet, Böden verlegt und Decken gestrichen. Die Gartenbauer*innen haben die Zufahrten, den Vorplatz, den Park und den Spielplatz angelegt. Menschen aus vielen Nationen haben als fleißige Arbeiterinnen und Arbeiter an der neuen Klinik mitgebaut. Und dann nach sechs Jahren und auch einigem Pech und Pannen – die passieren einfach bei so viel Arbeit – war es endlich so weit.

Beton wird aus Bausand, Zement und Wasser zusammengemischt. Meistens kommt er in großen Betonmischern angefahren und wird mit einem langen Rüssel auf der Baustelle verteilt. Mit Sand vom Strand geht das übrigens nicht. Der wird nicht richtig fest. Bausand wird deshalb auf der Erde immer knapper und wertvoller.

EINZUG!!
Die Patientinnen und Patienten kommen.

An der Helmfarbe der Bauleute kannst du erkennen, wer ein Chef auf der Baustelle ist. Die tragen immer weiße.



SEPTEMBER 2020:
Richtfest und Zeitkapsel

JULI 2020:
Als es im Sommer sehr heiß wurde, gab es für die Arbeiter:innen Eis auf der Baustelle.

Es wird weiter gehämmert, geschraubt, gekabelt, geschweißt, geklebt und gesteckt.

DEZEMBER 2023:
Oops, da ist ja ganz viel Wasser! Nach dem Aufwischen musste ein undichtes Rohr repariert werden.

SEPTEMBER 2024:
Tag der offenen Tür. Tausende Menschen freuen sich, dass sie die Klinik endlich besichtigen können.



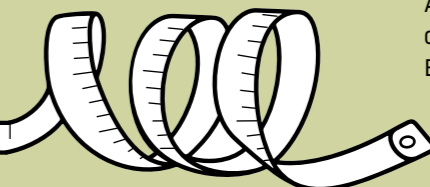
2020

2021

2022

2023

2024





Erkennst du den Raum auf dem Bild? Du bist mit Sicherheit schon drin gewesen oder durchgelaufen. Mach dich doch mal auf die Suche. Er sieht jetzt aber ein bisschen anders aus.

29.378
QUADRATMETER

So groß ist der Platz im Neubau, Technikeller und Dachgeschoss mit eingerechnet. Das ist verteilt auf sechs Etagen eine Gesamtfläche von mehr als vier Fußballfeldern.

232 BETTEN


Dazu gehören Spezialbetten für Frühchen, Säuglinge und Krabblers, auch Wärmebetten und ganz normale Krankbetten. Hintereinander gehängt ergäbe das einen Zug von fast 400 Metern Länge.

134 SOFAS

Sie stehen in fast jedem Krankenzimmer und können zu einem Bett ausgeklappt werden, damit Papa oder Mama auch über Nacht bleiben können.

1.458 MENSCHEN

arbeiten in unserer neuen Klinik. Dazu gehören alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die Auszubildenden, die Studierenden und alle Helfenden im Ehrenamt.

 **169** KLOS

383 Menschen können sich gleichzeitig die Hände waschen, 169 können gleichzeitig zur Toilette gehen und 103 Leute können gleichzeitig duschen – alleine natürlich.

487 COMPUTER
UND **536**
NOTEBOOKS

Das ergibt über tausend Bildschirm-Arbeitsplätze.



AUSZUG, UMZUG, ALLES AUF NEUANFANG EINZUG

Wenn du schon einmal einen Umzug mit deiner Familie an einen anderen Ort gemacht hast, weißt du vielleicht, was der so mit sich bringt. Sachen müssen verpackt und beschriftet werden, damit du sie danach wiederfindest. Es gibt einen Haufen Dinge, die bedacht werden müssen. Erst recht dann, wenn ein ganzes Krankenhaus mit all seinen Patientinnen und Patienten umziehen will. Dafür braucht es Köpfchen, gute Vorbereitung und sehr viel Geduld. Alles das hat Enis Yusufov.

Er hat den Klinikumzug geplant, vorbereitet und zusammen mit vielen Helferinnen und Helfern organisiert. Das geht nicht ohne Plan. Der wird vorher ganz genau ausgetüftelt und hilft, bei all dem Zeug, das abgebaut, transportiert, aufgebaut und wieder angeschlossen werden muss, die Übersicht zu behalten.



- STROM
- STIFT
- PASSWORT
- LASTWAGEN
- REGEN-SCHIRME
- SCHLÜSSEL
- LISTEN
- PAPIER
- PATIENTEN-TRAGE
- BREZELN
- KAFFEE
- UHR
- BABY-FLASCHEN
- WECKER STELLEN
- KRANKEN-WAGEN
- ROLL-STÜHLE
- KAKAO
- PFLASTER
- GETRÄNKE
- CHEFARZT
- TELEFON
- NOTFALL-KOFFER
- POLIZEI
- LAPTOP
- TESAFILM
- WINDELN
- HYGIENE
- BABY-FLASCHEN
- NOTFALL-SÜSSIGKEITEN
- KARTONS, KARTONS, KARTONS

ALLE WICHTIGEN
SCHLÜSSEL
DER KLINIK

OH, WAS IST DENN DAS?

Die Klinik hat Künstlerinnen und Künstler beauftragt, Kunstwerke für das neue Haus zu schaffen. Wir finden, Kunst ist wichtig und schön – für alle Menschen. Herausgekommen sind ein paar tolle Objekte für draußen und drinnen, die nicht nur besonders aussehen. Einige davon kannst du auch benutzen und darauf sitzen, liegen oder spielen. Es war uns sehr wichtig, dass die Kunstwerke bespielt werden können oder gemeinsam mit Ideen von Kindern entstanden sind. Die Entwürfe der Künstlerinnen für die Fliegenden Teppiche auf dem Vorplatz und den Traumfänger im Innenhof wurden in einem Wettbewerb von einer Jury ausgewählt.

Diese beiden Zeichnungen findet man auch auf den Fliegenden Teppichen. Geh mal auf die Suche!



MACH DOCH SELBER AUCH MAL KUNST!



DREI FLIEGENDE TEPPICHE

IRIS ANDRASCHECK



Die Künstlerin Iris Andrascheck aus Wien nennt ihre Objekte die magische Wunscherfüllung. Sie hat sich Skulpturen für den Klinikvorplatz ausgedacht, die wie scheinbar schwebende Teppiche aussehen. Sie starten oder landen vor dem Eingang der Klinik. Du kannst darauf liegen, in den Himmel sehen und träumen oder dir die Muster darauf ansehen.

Viele Einzelheiten in den Mustern kommen von Patientinnen und Patienten. Sie haben in einem Workshop in der Klinik gemeinsam mit Iris tolle farbige Motive gezeichnet und gemalt. Nach den Zeichnungen und Entwürfen wurden dann von Kunsthandwerker:innen in einer Werkstatt in Italien Tausende winzige, farbige Mosaiksteinchen auf Flächen aus gegossenem Beton verklebt.



Der Künstler Paul Schwer wurde mitten im Schwarzwald geboren und lebt und arbeitet heute in Düsseldorf. Er interessiert sich für Lichtkunst und in Räume gebaute Kunstwerke genauso wie für Skulpturen. Das von innen beleuchtete Deckenbild für die Eingangshalle ist ähnlich wie ein Puzzle aus fast hundert einzelnen Teilen zusammengesetzt.



BLICK IN DEN HIMMEL

PAUL SCHWER



Wenn du in der Eingangshalle nach oben schaust, blickst du durch das Gras in den Wolkenhimmel. Paul Schwer hat Fotos von der Natur im Schwarzwald, von Wolken, Blättern und Gräsern gesammelt. Die hat er mit Kinderzeichnungen kombiniert und teilweise digital bearbeitet. Diese Bilder überlagern sich mit Mustern und Farbflächen zu einer fantasievollen leuchtenden Collage, die deine Gedanken fliegen lässt.



TRAUMFÄNGER

JUSTYNA KOEKE

Die Künstlerin Justyna Koeke hat einen 12 Meter großen Traumfänger gebaut. Er besteht aus verschiedenen kreisförmigen Symbolen, die aus Seil gefertigt und aneinander geknüpft sind. Damit er ringsherum von allen Seiten zu sehen ist, hängt er in einem der Klinik-Innenhöfe.

Bei den amerikanischen Ureinwohnern Nordamerikas besteht ein Traumfänger aus Weidenringen, Federn und Perlen und wird oft am Schlafplatz aufgehängt. Sie glauben daran, dass dadurch Alpträume eingefangen werden und nur die guten und schönen Träume zu den Schlafenden kommen. In der Klinik soll der Traumfänger für gute Wünsche und Hoffnung für alle im Haus stehen, auch für die Mitarbeiter:innen, die Angehörigen und Freund:innen der Kranken. Darum sind die zu erkennenden Bilder Symbole für das Leben und die Hoffnung. Was erkennst du in dem traumhaften Hängekunstwerk?



SITZ-TURN-RUTSCH-SPIEL-BÄNKE

JEPPE HEIN

Der dänische Künstler Jeppe Hein hat sich Bänke als Mix aus Wartemöbel und Kunstwerk ausgedacht. Sie sollen dich zum Ausprobieren auffordern. Auf den knallroten kurvigen Objekten findest du immer wieder neue Sitzpositionen und andere Blicke auf die Menschen und die Welt um dich herum. Die Bänke sind wie eine Art Parcours oder Strecke aufgestellt, die du bespielen kannst. Jeppe möchte damit Plätze schaffen, die alle Menschen miteinander teilen können.

Portrait: Jan Strömigel Photography



MAL DOCH MAL



BILDER IM TUNNEL FREDERIK MERKT UND DANIEL SCHMIEDER

Wir fanden, dass die Wände eines ziemlich langen unterirdischen Verbindungsgangs zwischen der Klinik und dem gegenüberliegenden Gebäude des Neurozentrums coole Graffiti-Bilder gebrauchen könnten. Also haben wir die Freiburger Grafikerdesigner und Straßen-Künstler Frederik Merkt (Fritz Boogie) und Daniel Schmieder (SMY) gefragt. Die beiden machten Entwürfe, packten ihre Dosen ein und sprühten los. Jetzt ist der Gang, der für Patient:innen-transporte und Gehtests benutzt wird, nicht nur ein Tunnel, sondern eine Entdeckungstour mit großen farbigen Figuren und Texten.



VERRÜCKTE WELT

JACK BROEDERS

Statt irgendwelcher Dschungeltiere und Comicfiguren an der Wand, waren Bilder von Freiburg und der Landschaft drumherum unser Wunsch. Deshalb haben wir den Grafikerdesigner Jack Broeders aus den Niederlanden gefragt, ob er mit seinem Blick auf die Welt etwas Lustiges zeichnet. Jack ist nach Freiburg gekommen, hat sich auf ein Fahrrad gesetzt und ist einige Wochen durchs Land geradelt. Auf dieser Reise hat er sich dann Notizen und Skizzen für Bildideen gemacht.



Im Wartebereich, in den Krankenzimmern und auf den Fluren kannst du immer wieder seine Zeichnungen entdecken. Er hat die Landschaft, die Natur und die Kultur rund um Freiburg in seinen Wandbildern merkwürdig und witzig durcheinander gemixt. Da werden schnell aus Kürbissen Traktorräder und aus Bäumen Köpfe mit Haaren im Wind. In seinen Wimmelbildern stecken viele verrückte Ideen. Geh doch mal auf die Suche.



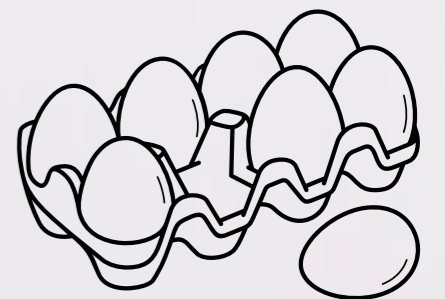
COOLE EIER- KARTON- KUNST

Gabs vor kurzem bei dir Pfannkuchen oder Rührei? Dann ist der Sechser- oder Zehner-Eierkarton vielleicht leer. Schnapp ihn dir und geh auf Basteltour. Tiere auf dem Land oder unter Wasser, Aliens oder Märchenwesen, lass deine Fantasie losgaloppieren. Du schneidest einfach aus dem Eierkarton die hütchenförmigen Teile aus und klebst sie auf ein Stück Pappe. Dann noch anmalen – fertig. Wenn du Lust hast, kannst du aus etwas Papier, Draht, Wolle oder Watte noch Extras wie eine Brille, Haare oder Hörner ankleben.

Du brauchst:

- > einen Eierkarton
- > eine gute Bastelschere
- > Malfarben
- > Kleber
- > Pappstücke als Hintergrund
- > eventuell Papier, Draht, Wolle, Garn, Watte
- > und wilde Ideen

Sei vorsichtig mit Schere, Draht und Kleber. Wenn du unsicher bist, lass dir von Erwachsenen helfen.



Die Patient:innenzimmer:
Schön, groß und hell sind die neuen
Zimmer für dich und deine Eltern.
Vieles ist bunt und fröhlich gestaltet.

Das Forum:
Hier kannst du Geschichten
hören, zaubern, lachen,
zusammen sein, aber auch
etwas lernen!

Das andere Warten:
Der Wartebereich der Ambulanz
hat viele neue Ideen zum Zeitvertreib.
So fühlt sich das Warten nicht so
langweilig an.

Der Therapiegarten:
Hier kannst du spielen, klettern und toben.
Die Spielgeräte kann man aber auch
nutzen, um wieder fit zu werden.

DIE NEUE KLINIK UNTER DER LUPE

ES GIBT EINE MENGE ZU ENTDECKEN



Diese und weitere wimmelige Klinikbilder mit vielen Figuren hat übrigens Lukas Hamilcaro per Hand gezeichnet und dann am Computer zusammengefügt. Der Architekt und Künstler lebt in der französischen Stadt Marseille und arbeitet in Frankreich, Deutschland und Brasilien. Er veranstaltet unter anderem viele Workshops mit Kindern und Jugendlichen zum Thema Lebensraum. lukashamilcaro@instagram.com

Der Haupteingang:
Mit viel Licht und Farbe
und lustigen roten Bänken.



Wenn ihr genau hinsieht,
hat das Gebäude die Form
von einem **Äskulapstab**.
Der ist weltweit auch ein
Symbol für Medizin.

Das Notfallzentrum:
Da kommen die Krankenwagen an.
Hier sind an jedem Tag des Jahres
rund um die Uhr Mitarbeitende da.

WOFÜR GIBT ES EIGENTLICH EINE GEBÄRMUTTER?



Was macht eigentlich ... ?



Die Gebärmutter ist ein besonderes Organ im weiblichen Körper. Sie hilft dabei, Babys wachsen zu lassen. Sie liegt im Bauch, ein bisschen versteckt und ist ungefähr so groß wie eine kleine Birne, wenn kein Baby darin ist. Aber wenn eine Frau schwanger wird, kann die Gebärmutter viel größer werden, um dem Baby Platz zu geben.

Wie sieht die Gebärmutter aus?

Die Gebärmutter sieht aus wie ein kleines Haus mit zwei „Armen“ oben dran. Diese Arme nennt man Eileiter. Sie führen zu den Eierstöcken, wo die Eizellen, also die weiblichen Samen, herkommen. Unten an der Gebärmutter gibt es eine Öffnung, die nennt man Gebärmutterhals. Der führt nach unten in die Vagina, den Geburtskanal.

Die Wände der Gebärmutter bestehen aus sehr starken, weichen und flexiblen Muskeln. Innen drin gibt es eine weiche Schicht, die Schleimhaut. Diese verändert sich regelmäßig, um ein Baby empfangen zu können. Wenn dann keine Schwangerschaft passiert, wird diese Schleimhaut abgebaut und kommt als Monatsblutung aus dem Körper.

Was macht die Gebärmutter?

Es ist ein kleines Wunder: Jeden Monat reist eine Eizelle von den Eierstöcken durch den Eileiter in die Gebärmutter. Wenn ein Samen vom Mann, also eine Spermienzelle, die Eizelle trifft, kann ein Baby entstehen. Das nennt man Befruchtung. Die befruchtete Eizelle setzt sich in der weichen Schleimhaut der Gebärmutter fest. Dort fängt sie an, sich zu teilen und zu wachsen, bis daraus ein Baby wird.

Dabei dehnt sich die Gebärmutter sehr aus, um dem Baby genug Platz zu bieten. Die Muskeln der Gebärmutter sorgen am Ende der Schwangerschaft dafür, dass das Baby durch die Vagina geboren werden kann.

Was passiert in der Gebärmutter, wenn ein Baby wächst?

Wenn ein Baby, auch Fötus genannt, in der Gebärmutter wächst, wird sie zu einem gemütlichen und sicheren Zuhause. Die Bedingungen in der Gebärmutter sind genau richtig, damit sich der Fötus entwickeln kann. Es ist schön warm. Das ist wichtig, damit die Zellen, aus denen der Körper des Babys entsteht, gut arbeiten können. Die Wärme kommt vom Blut der Mutter, das durch die Muskeln und die Schleimhaut der Gebärmutter fließt.

Die Fruchtblase und das Fruchtwasser

Um den Fötus herum bildet sich eine Art „Wasserballon“, die Fruchtblase. Sie ist gefüllt mit sogenanntem Fruchtwasser. Dieses Wasser hat mehrere Aufgaben. Es schützt den Fötus wie ein Polster vor Stößen. Es hält die Temperatur konstant, damit es nie zu heiß oder zu kalt wird. Es hilft dem Fötus, sich zu bewegen, damit sich seine Muskeln und Gelenke richtig entwickeln können. Außerdem sorgt der Gebärmutterhals dafür, dass keine Bakterien oder andere schädliche Dinge hineingelangen.

Nahrung und Sauerstoff

Zum Wachsen braucht der Fötus Nahrung und Sauerstoff. Beides bekommt er von der Mutter durch die Plazenta, die auch „Mutterkuchen“ genannt wird. Die Plazenta ist mit dem Baby über die Nabelschnur verbunden. Durch die Nabelschnur wandern Nährstoffe und Sauerstoff zum Baby.

Platz zum Wachsen

Während das Baby größer wird, dehnt sich die Gebärmutter immer weiter aus. Sie ist so elastisch, dass sie mit dem Baby mitwächst. Gegen Ende der Schwangerschaft kann sie so groß sein wie eine Wassermelone! Die Gebärmutter ist ein echtes Wunder der Natur. Sie ist das Organ, das das menschliche Leben überhaupt erst möglich macht.

Normalerweise wiegt die Gebärmutter zwischen 60 und 70 Gramm und ist etwa so groß wie eine Birne oder eine geballte Faust. Während der Schwangerschaft dehnt sie sich um rund das Hundertfache aus, sodass sie am Ende die Größe zweier Fußbälle hat und fast ein Kilo wiegt.



EIN ZUHAUSE FÜR BABYS, DIE NOCH WÄCHSEN MÜSSEN

Manchmal werden Babys schon geboren, obwohl sie eigentlich in der Gebärmutter der Mama noch besser aufgehoben wären. Ein Inkubator ist eine spezielle Maschine, die wie ein kleines, warmes Haus für zu früh geborene Babys funktioniert. Solche Babys nennt man Frühchen. Weil sie oft noch sehr klein und zart sind, ersetzt der Inkubator die Gebärmutter, bis die Babys stark genug sind, die Welt außerhalb zu entdecken.

Ein Inkubator ist ein durchsichtiger Kasten, der sich öffnen lässt. Man kann an den Seiten Klappen aufmachen oder den Deckel öffnen. Damit es nicht zu kalt wird, schaltet sich dann eine Extraheizung ein. Der Inkubator ist meistens aus klarem Plastik oder Glas, damit die Eltern, die Ärzt:innen und die Pfleger:innen das Baby gut sehen können, ohne es ständig herausnehmen zu müssen. So kann das Baby in Ruhe schlafen und wachsen.

Drinnen gibt es eine weiche Matratze, auf der das Baby liegt, und viele kleine Schläuche und Kabel, die dabei helfen, die Gesundheit des Babys zu überwachen. Oft sind an den Seiten kleine Öffnungen, durch die die Ärzt:innen und Pflegekräfte das Baby anfassen oder versorgen können, ohne den Deckel zu öffnen.

WAS MACHT EIN INKUBATOR?

WÄRME GEBEN

Frühchen können ihre Körpertemperatur noch nicht selbst regulieren, wenn es kalt wird. Der Inkubator hält drinnen immer genau die richtige Temperatur, ähnlich wie im Bauch der Mutter.

SAUERSTOFF UND LUFTFEUCHTIGKEIT REGELN

Manchmal können Frühchen nicht gut atmen, weil ihre Lungen noch nicht vollständig entwickelt sind. Der Inkubator kann Sauerstoff bereitstellen, damit das Baby leichter atmen kann. Außerdem hält er die Luft drinnen feucht, damit die Haut des Babys nicht austrocknet.

SCHUTZ BIETEN

Babys, die zu früh geboren werden, haben ein schwaches Immunsystem und können sich leicht mit Krankheiten anstecken. Der Inkubator schützt das Baby vor Bakterien, Staub und Lärm.

ÜBERWACHEN

Spezielle Geräte überprüfen ständig, wie es dem Baby geht. Sie messen den Herzschlag, die Atmung und die Temperatur. Wenn etwas nicht stimmt, können die Ärzt:innen und Pflegenden sofort eingreifen. Je stärker das Baby wird, desto weniger Zeit verbringt es im Inkubator. Irgendwann ist es so weit, dass es ohne ihn auskommt und in den Armen der Eltern oder in einem normalen Bettchen liegen kann.

Auf den Bildern siehst du kein echtes Baby, sondern eine sehr lebensecht nachgebildete Puppe. Mit solchen Puppen, die sogar Namen bekommen, lernen die Ärzt:innen und die Pfleger:innen auf der Frühchenstation mit den echten Babys und dem Inkubator richtig umzugehen.

Die Puppe auf den Bildern heißt Paul.

Die Klinik ist ja nicht nur ein Krankenhaus, in dem Menschen gesund werden sollen, sondern auch eine Schule für junge Ärztinnen und Ärzte und Menschen in Pflegeberufen.

Die Klinik ist ja nicht nur ein Krankenhaus, in dem Menschen gesund werden sollen, sondern auch eine Schule für junge Ärztinnen und Ärzte und Menschen in Pflegeberufen.

Paul hat eine Windel an, die nur ganz kleinen Babys passt.

Diese Aufkleber messen den Herzschlag und den Herzrhythmus. Über die farbigen Kabel sind sie mit einem Aufzeichnungsgerät (EKG) verbunden.

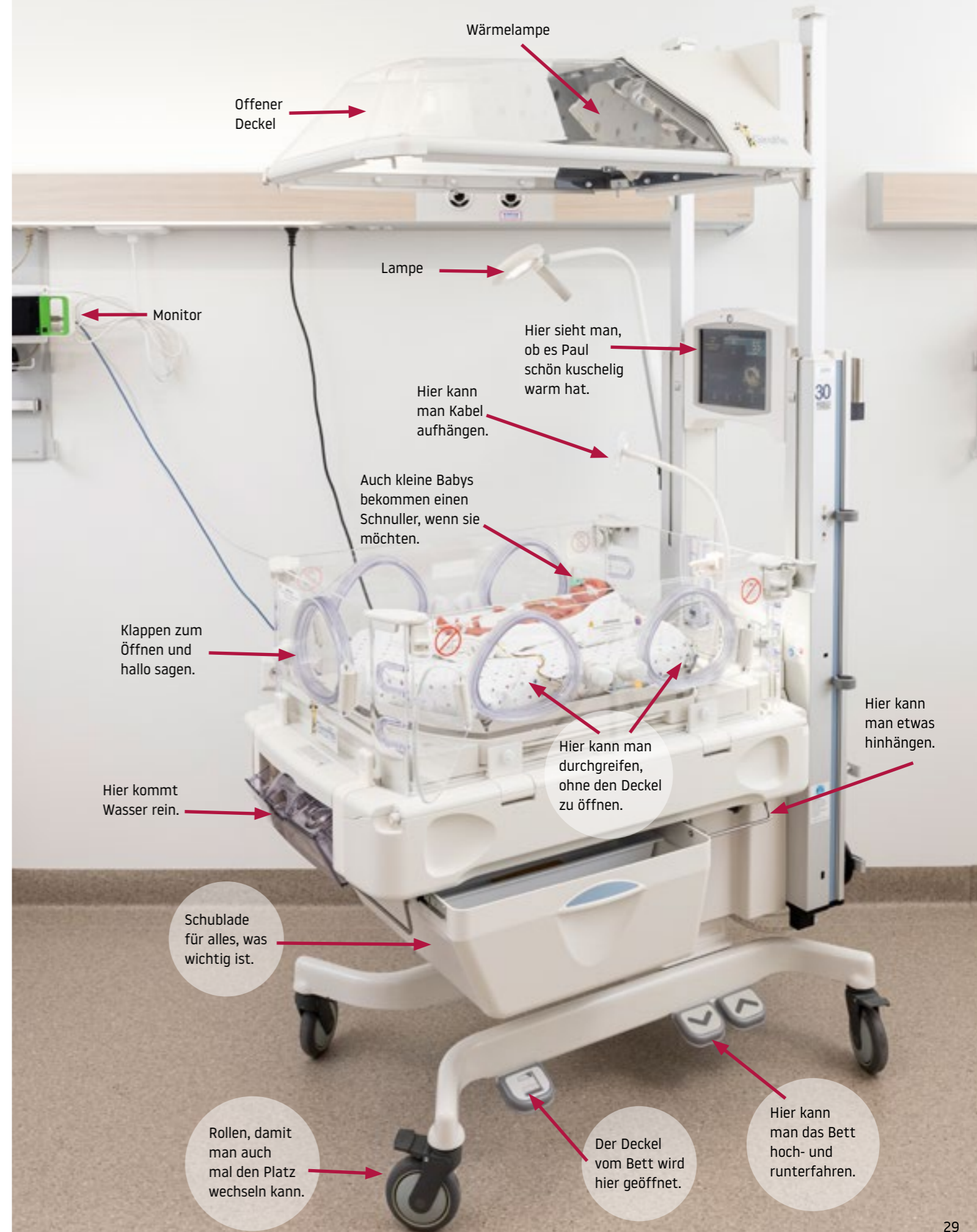
Diese Sonde geht durch die Nase bis in den Magen. Hierdurch bekommt Paul seine Nahrung.

Hier wird der Blutdruck gemessen.



Dieses Bändchen leuchtet rot und zeigt an, wie gut Paul atmet.

Dieses Kabel ist ein Thermometer, das die Temperatur misst.



Offener Deckel
Wärmelampe

Lampe

Monitor

Hier sieht man, ob es Paul schön kuschelig warm hat.

Hier kann man Kabel aufhängen.

Auch kleine Babys bekommen einen Schnuller, wenn sie möchten.

Klappen zum Öffnen und hallo sagen.

Hier kommt Wasser rein.

Hier kann man durchgreifen, ohne den Deckel zu öffnen.

Hier kann man etwas hinhängen.

Schublade für alles, was wichtig ist.

Rollen, damit man auch mal den Platz wechseln kann.

Der Deckel vom Bett wird hier geöffnet.

Hier kann man das Bett hoch- und runterfahren.

NEUES AUS DER MEDIZIN

#BLINATUMOMAB



Wie fast überall wird natürlich auch in der Medizin ständig geforscht und Neues erfunden. Es gibt immer wieder Entdeckungen, die für viele Menschen eine große Chance bei der Behandlung ihrer Erkrankung sein können. Oft fängt eine neue Therapie klein an und wird dann, wenn sie wirkt, zu etwas ganz Großem.

Es gibt Krankheiten, die einen Menschen plötzlich treffen und extrem gefährlich sind. Dazu gehören Leukämien, die in jedem Lebensalter auftreten können. Kinder, Jugendliche und Erwachsene können betroffen sein.

Was ist eine Leukämie?

Eine Leukämie entsteht im Knochenmark, wo alle Blutzellen gebildet werden. Gesunde Zellen können dabei durch Veränderungen zu kranken Zellen werden, die nicht in den Körper gehören. Leukämien werden auch als Blutkrebs bezeichnet.

Die akute lymphatische Leukämie, abgekürzt ALL, ist die häufigste Leukämie bei Kindern und Jugendlichen. Wenn man an einer Leukämie erkrankt, ist das immer ein Notfall. Es muss sehr schnell eine Diagnose gefunden und eine Therapie begonnen werden.

Seit Jahren werden Leukämien mit Chemotherapien behandelt. Dabei werden Medikamente gegeben, die giftig für die Leukämiezellen sind. Die Zellen reagieren besonders empfindlich darauf. Die Gifte wirken sich aber auch auf den gesamten Körper aus und haben starke Nebenwirkungen, zum Beispiel auf die normale Blutbildung oder die Schleimhäute. Den Erkrankten wird übel, oft fallen ihnen die Haare aus und sie haben Schmerzen.

Es gibt Medikamente und Methoden, die solche Nebenwirkungen erträglicher machen: Schmerzmittel, Mittel gegen Übelkeit oder eine künstliche Ernährung. Die Haare wachsen nach

Ende der „Chemo“ wieder. Die Therapien wurden im Laufe der Zeit immer besser und fast alle Patientinnen und Patienten können heute geheilt werden.

Inzwischen versucht die medizinische Forschung aber, genau so gute Heilungschancen mit weniger Therapie und weniger Nebenwirkungen zu erreichen und Langzeitfolgen zu verhindern.

DIE NEUE THERAPIE

Seit einiger Zeit gibt es eine wirksame Methode, eine akute lymphatische Leukämie mit einem neuartigen Antikörper zu behandeln, das Blinatumomab. Blinatumomab (Spitzname: Blina) erkennt bestimmte Eigenschaften auf der Oberfläche von Leukämiezellen. Blina verankert sich an den Zellen und markiert sie, sodass das Immunsystem sie als Leukämiezellen erkennen kann. Das Immunsystem wirkt dann so gegen die Leukämiezellen wie gegen Viren. Therapien mit Antikörpern nennt man deshalb auch Immuntherapien.

Was sind Antikörper?

Antikörper werden im Körper von vielen Lebewesen gebildet. Sie sind aber nicht immer da. Sie entstehen erst dann, wenn man krank ist. Die Antikörper helfen dabei, Krankheitserreger zu bekämpfen, sodass man wieder gesund wird. Diesen Vorgang nutzt man in der Medizin auch bei Impfungen, um uns vor Krankheiten zu schützen. Antikörper lassen sich aber auch im Labor herstellen und als Medikamente einsetzen. Blinatumomab ist so ein künstlicher Antikörper, der gegen Leukämien wirkt.

DAS IST KARL,
ER HAT DEN
BLINA-RUCKSACK
AUSPROBIERT.



Blina belastet die gesunden Zellen viel weniger als eine Chemotherapie und hat deutlich weniger Nebenwirkungen. So kann es längere Zeit im Körper bleiben und spürt selbst tief versteckte Leukämiezellen auf.

Antikörper gibt es schon länger in der Krebstherapie, aber noch nie gab es einen spezifischen gegen die häufigste Form der Leukämie bei Kindern. Ob eine Antikörpertherapie eingesetzt werden kann, hängt bei jedem Betroffenen von den Eigenschaften der kranken Zellen ab.

Ganz ohne Chemotherapie geht es im Kampf gegen Krebs leider noch nicht, aber jeder neue Schritt hilft. Mittlerweile gibt es durch das Beispiel von Blina noch mehr Ideen, wie man Krebserkrankungen mit Immuntherapien statt mit Chemotherapien bekämpfen kann.

In der Medizin gibt es in vielen verschiedenen Bereichen Immuntherapien und Antikörper sind ein wichtiger Teil davon. Auch Infektionen, Rheuma, Darmerkrankungen, Asthma oder Migräne können mit neuartigen spezifischen Antikörpern besser behandelt werden.

DER RUCKSACK

Wie schon beschrieben wirkt Blina besonders gut, wenn es sehr lange im Körper ist. Das geht am besten mit einer Gabe über die Vene direkt ins Blut als sogenannte Dauerinfusion, die Tag und Nacht läuft. Die Patient:innen tragen eine kleine Pumpe, die ständig eine geringe Menge über einen Katheter in das Blut drückt.

Wenn die Therapie beginnt und alles funktioniert, kann die Pumpe für etwa vier Wochen mit nach Hause genommen werden. Die Pumpe und die Infusion passen in einen kleinen Rucksack, den man immer mitnehmen kann. Das klingt erstmal doof: vier Wochen lang Infusion! Für die Patient:innen ist das aber ein Riesengewinn. Denn die Blina-Therapie kann einen ganzen Chemotherapie-Block ersetzen. Und der bedeutet normalerweise fast eine ganze Woche Krankenhaus. Und oft heißt es: noch mal wiederkommen, weil die Nebenwirkungen zu schlimm werden oder Fieber dazu kommt.

Mit Blina passiert das alles viel, viel weniger. Man ist zu Hause bei Mama und Papa, kann in seinem eigenen Bett schlafen und hat immer alle seine Spielzeuge und Bücher um sich. Der Rucksack ist auch viel praktischer als ein Infusionsständer: Laufen oder Radfahren geht wieder und überall.

Social Media

Wenn man nach #Blinatumomab auf Instagram sucht, findet man viele Videos von Kindern mit Leukämie, die sich über die Therapie und die Freiheit mit dem neuen Rucksack freuen.

Kinder haben die neuen Mitarbeitenden gefragt.

DU BIST NEU IN DER KLINIK, SAG MAL ...



Martin Dieterle
Assistenzarzt

Wie bist du auf die Idee gekommen, Arzt zu werden?
Ich fand Ärztinnen und Ärzte schon immer faszinierend. Immer, wenn ich selbst mal krank war, hat sich mein Kinderarzt sehr gut um mich gekümmert. In der Schule habe ich dann ein Praktikum bei einem gaaaanz alten Arzt gemacht, der so liebevoll und fürsorglich mit seinen Patientinnen und Patienten umgegangen ist, dass ich mir sofort dachte:
So will ich auch mal werden!

Hast du schon Freund:innen gefunden?
Na klar! Meine Kolleginnen und Kollegen sind total nett und ich bin mir ganz sicher, dass sich daraus auch Freundschaften entwickeln werden!



Erika Leithold
Psychologin

Hast du ein Haustier?
Ja, einen Hund. Ein Dalmatiner namens Sherlock.
Was ist dein Lieblingsessen?
Puh, fast die schwierigste Frage. Pizza steht auf jeden Fall ganz weit oben auf der Liste.
Und was spielst du am liebsten?
Krazy Wordz



Tobias Laue
Oberarzt

Wann musst du morgens aufstehen?
Schon um 6 Uhr.
Und wie machst du dich wach?
Die morgendliche Fahrt mit dem Fahrrad zur Kinderklinik macht fit für die Arbeit.
Was machst du eigentlich genau bei deiner Arbeit?
Ich behandle Kinder und Jugendliche mit Erkrankungen von Magen, Darm und Leber.



Karolin Maibach
Psychologin

Was machst du eigentlich genau bei deiner Arbeit?
Ich höre dir oder deinen Eltern zu und rede mit euch, vor allem wenn du traurig oder wütend bist oder Angst vor etwas hast. Dann versuche ich gemeinsam mit euch eine Möglichkeit zu finden, um wieder fröhlicher sein zu können oder mehr Kraft und Mut zu spüren.

Wenn Kinder krank sind, sind manchmal auch starke Gefühle mit dabei. Man ist vielleicht ganz traurig oder hat Angst und dann kann ich hier in der Klinik helfen und meistens auch selbst noch ganz viel dazu lernen.



Anne Kohrer
Assistenzärztin

Bist du aufgeregt?
Auf jeden Fall, es ist meine erste Arbeitsstelle als Ärztin.
Bist du extra hier hingezogen?
Ja, ich habe vorher 7 Jahre in Heidelberg gelebt und studiert und bin jetzt extra nach Freiburg gezogen. Hier soll oft die Sonne scheinen ... Außerdem liebe ich die Natur und Berge, da wird mir sicher nicht langweilig.

HILFE, DAS IST NEU FÜR MICH

Wenn wir Gewohntes verlassen und etwas Neues beginnen, kann uns das schon mal aus der Ruhe bringen. Manche sagen, das stresst uns. Selbst dann, wenn wir uns eigentlich auf die Veränderung freuen, weil wir sie uns selber ausgesucht haben. Du kommst zum Beispiel in die neue Schule oder fängst neu in einem Verein an, wo dich noch niemand kennt. Die neue Behandlung oder der Umzug in die neue Klinik, die sind etwas Gutes und machen trotzdem Stress. Noch viel größer ist natürlich der Alarm, wenn wir uns die Veränderung gar nicht gewünscht haben. Wenn andere dich bedrängen und ärgern. Der Umzug in eine neue Straße oder Stadt. Oder wenn in deiner Nähe gerade etwas wirklich Gefährliches passiert oder passieren kann.

WARUM IST DAS SO?

Unser Gehirn ist ein schlauer Fuchs und spart gerne Energie. Es liebt, wenn alles klar und vertraut ist. Wenn es genau weiß, wie etwas läuft und wo es langgeht. Das, was du schon kennst, ist beruhigend und fühlt sich deshalb gut an.

Wenn Ungewohntes auf dich zukommt, passiert etwas automatisch im Körper: Unser Gehirn schaltet auf erhöhte Aktions- und Alarmbereitschaft. Es läuft dann auf Hochtouren und der Körper verbraucht dabei viel Zucker und Sauerstoff.

Diese Alarmbereitschaft fühlt sich so ähnlich an wie Angst, weil sofort Adrenalin in unserem Körper produziert wird. So heißt das Hormon, das wir brauchen, um ganz schnell reagieren zu können. Die Muskeln sind in Hochspannung. Wir atmen schneller. Unser Herzschlag geht hoch. Wir sind ganz aufmerksam, aber auch angespannt. Das dauert so lange wir noch nicht so recht wissen, was auf uns zukommt und womit wir es zu tun haben.

Das geht nicht nur Kindern so, sondern allen – auch Erwachsenen. Und hier noch eine kleine 1. Hilfe-Kiste-Liste, damit es mit dem Neuanfang gut klappt:

1.

MUT-GEDANKE EINS

Erinnere dich: Innerer Stress-Alarm und die Aufregung vor Veränderung sind normal. Das hat jede und jeder mal.

2.

GUTE VORBEREITUNG ...

zum Beispiel auf den ersten Tag in der neuen Schule: Schau dir mit deinen Eltern vorher schon einmal den Schulweg an. Verabrede dich, falls möglich, mit einem Kumpel oder einer Freundin, die auch neu in die Schule kommen.

3.

KEINE HEKTIK

Plane morgens genug Zeit ein, damit du nicht hektisch wirst und dich nicht beeilen musst.

4.

TALISMAN

Trage einen kleinen Gegenstand oder eine Tierfigur bei dir, die dir Mut macht und dich daran erinnert, was du schon alles geschafft hast.

5.

AUFTANKEN

Nimm gesundes Essen und was zu trinken mit, vor allem dann, wenn du vielleicht morgens vor Aufregung nicht frühstücken konntest. Denk dran: Dein Gehirn braucht viel Energie.

6.

MUT-GEDANKE ZWEI

Es ist nicht schlimm, wenn manchmal etwas schiefgeht. Auch das passiert jedem mal. Du wirst eine Lösung finden.

7.

TIEF ATMEN

Atme zehn Mal langsam durch die Nase tief in den Bauch ein und aus. Leg dabei die Hand auf deinen Bauch und spüre, wie er größer und kleiner wird.

8.

KLEINES ERHOLUNGSPROGRAMM

Wenn du den Tag geschafft hast, tu etwas Angenehmes. Nimm dir Zeit, um dich auszutoben oder auszuruhen, je nachdem, wonach dir ist. Beides hilft, Spannung loszuwerden.

9.

DAS WICHTIGSTE ZUM SCHLUSS

Alles, was du jetzt neu lernst, schaffst und erlebst, ist Super-Training für dein Gehirn, dein Selbstvertrauen und die nächste neue Situation.

DU KANNST DIE GEDANKENMONSTER AUCH BUNT ANMALEN!

Ach, und noch was. Zum guten Neuanfang gehört auch ein guter Abschied von dem, was vorher war. Wir haben uns z. B. wirklich toll mit einem richtigen Fest von unserer „alten“ Kinderklinik verabschiedet. Weil wir dort alle viel erlebt und gearbeitet haben. Ein bisschen wehmütig (kennst du dieses besondere Abschiedsgefühl?) waren viele von uns dann schon. Und jetzt sind wir bereit für den Neuanfang in unserer neuen Klinik!

LAUTER LUSTIGE SOCKEN MONSTER

WAS TUN, WENN DIE WASCHMASCHINE MAL WIEDER DEINEN LIEBLINGSSOCKEN GEFRESSEN HAT, DER SOCKEN NICHT MEHR PASST ODER DIR EINFACH DIE FARBE NICHT MEHR GEFÄLLT?

WIR HABEN DA EINE IDEE



Sei vorsichtig mit Schere und Nadel.
Wenn du unsicher bist,
lass dir von Erwachsenen helfen.

Sockenmonster basteln macht richtig Spaß. Nimm dir eine Stoffschere und schneide die alten Socken in Stücke. Aus denen kannst du den Körper, die Arme und Beine oder auch Klamotten für die Monster machen. Aus einem Stück wird ein Rollkragenpulli, aus einem anderen eine Hose. Mit Watte stopfst du die Teile aus. Dann nimmst du etwas Garn und nähst die Teile zusammen. Aus ein paar Knöpfen werden schräge Augen, aus Filz ein paar Zähne und aus Wolle eine wilde Frisur.

Du brauchst:

- > alte Socken
- > eine Stoffschere
- > Garn
- > eine Nähnadel
- > Knöpfe
- > Filz



MONSTER UNTERM BETT

In der Nacht hört Lena manchmal komische Geräusche unter dem Bett. Die findet sie ganz schön unheimlich. Vor lauter Angst kriecht sie tief unter die Decke – bis sie irgendwann einschläft. Am Morgen, wenn es wieder hell ist, ist der ganze Spuk vorbei und Lena wundert sich über sich selbst, warum sie überhaupt Angst hatte. So kann's nicht weitergehen, findet sie und überlegt sich einen Plan. „Heute Abend schnappe ich mir meine neue Taschenlampe (ein Geburtstagsgeschenk von Tante Charlotte) und schau nach, was da unterm Bett los ist.“ Bisher hat sie sich das noch nicht getraut. Am nächsten Morgen liegt sie früh wach und denkt an die kommende Nacht. Vorsichtshalber holt sie sich die Wasserpistole von ihrem Zwillingbruder Ole. Das macht sie gleich noch mutiger.

Zur gleichen Zeit, während Lena sie sich ihren Plan ausdenkt, sitzen drei hungrige und etwas staubige Monster unter Lenas Bett beim Abendbrot. Das ist die Monsterfamilie Bammel. Vater und Mutter Bammel und ihr Sohn, der kleine Bammel. Sie freuen sich auf leckere Wollmäuse mit Feenstaub.

Es wird schon hell und nach dem Essen ist Bettzeit für das kleine Monsterkind, aber das Monsterkind mag nicht schlafen. Der kleine Bammel fürchtet sich nämlich vor den Geräuschen über dem Bett, wenn es hell wird. Dazu muss man wissen, Monster schlafen, wenn Menschen aufstehen und umgekehrt. „Hab keine Angst“, sagt Papa Bammel, „ein Bammel kennt keine Furcht.“ So wirklich hilft das dem kleinen Bammel nicht. Aber er traut sich nicht zu sagen, dass er sich trotzdem noch fürchtet vor dem Gequietsche und Geknarze über ihm. Er stellt sich vor, dass da oben vielleicht ein unheimlicher Riese wohnt – und das ist wirklich kein beruhigender Gedanke!



Am nächsten Abend ist es dann so weit. Lena hat Taschenlampe und Spritzpistole bereitlegt und horcht aufgeregt. Sie hört ein ganz leises Klappern und Rutschen. Auch ein Wispern und Tuscheln ist dabei. Lena nimmt all ihren Mut zusammen, knipst die Taschenlampe an und zögert noch einen Moment, bevor sie sich schnell zur Seite rollt und unter das Bett leuchtet.

Familie Bammel räumt gerade den Frühstückstisch ab, als plötzlich ein grelles Licht in die dunkle Küche strahlt. Lena sieht die drei kleinen Monster und schreit. Sie kann gar nicht fassen, was sie dort sieht. Die Bammels sind geblendet und schreien auch vor Schreck, weil zwei riesige Augen in ihre Küche glotzen. Alle schreien und Vater Bammel schreit am lautesten: „Hilfe, tu uns bitte nichts, wir fürchten uns maximal!“ Dann ist es einen Moment lang still. „Wer seid ihr denn?“, fragt Lena. „Wer bist du denn?“, rufen die drei Bammels im Chor zurück. „Ich bin Lena. Was macht ihr unter meinem Bett?“ „Wir sind Familie Bammel und wir wohnen hier“, antwortet Papa Bammel vorsichtig. Dann sagt der kleine Bammel: „Hast du etwa Angst, Papa?“ „Ach was, ich doch nicht“, schummelt Papa Bammel. „Ich hatte total Angst“, meint da Lena. „Aber wovor denn?“, fragt Mama Bammel. „Na vor euch. Ich wohne hier oben, aber wir sehen uns nie und ich hab immer Geräusche in der Nacht gehört“, entschuldigt sich Lena.

„Ich hatte auch Angst, weil ich immer Geräusche gehört hab“, ruft der kleine Bammel dazwischen – „und weil ich gar nicht wusste, was da über uns los ist!“ „Jetzt haben wir uns ja endlich mal getroffen“, meint Mama Bammel, „gerade hatten wir Frühstück. Möchtest du eine Wollmaus?“ „Ähm ... nein, vielen Dank, für mich ist es ja Abend und ich mag lieber schlafen.“ „Na dann“, meint Mutter Bammel, „klein Bammel muss jetzt auch schleunigst in die Monsterschule. Und wir passen gleich auf dich auf, wenn du schläfst, abgemacht?“ „Abgemacht, und ich pass auf, dass euch am Tag keiner die Wollmäuse wegsaugt“, meint Lena, legt sich hin und schläft bald tief und fest.



TATJANA ERZÄHLT

ALTE WEGE JEDEN TAG NEU

ODER: WIE ICH MIT NEUGIER DER PANIK BEGEGNE

Hallo, ich bin Tatjana, die Mutter von Karl. Und um es gleich vorwegzusagen: Was ich hier schreibe, ist vollkommen subjektiv, sehr persönlich und muss keinesfalls für alle gelten, die in ähnlichen Situationen sind.

In 3 Wochen wird Karl 5 Jahre alt. Ein großer Tag für ihn. Und für uns. Es gibt 1.000 Gründe, um zu feiern! Bis hierhin waren es: 1 Krebs-Erstdiagnose mit 9 Monaten, 1 Rezidiv-Diagnose mit 3 1/2 Jahren, 2 Chemo-Intensivtherapien (insg. 17 Monate), 2 anschließende Erhaltungstherapien, 9 Mal im OP, 7 Zentrale Venenkatheter, 28 Lumbalpunktionen, 6 Knochenmarkspunktionen, ca. 300 Tage und Nächte stationär in der Klinik, 226 ambulante Termine und an unserer Mutperlenkette hängen genau 100 orange-grüne Chemo-Tag-Perlen. So weit also nicht so gut.

Ich hatte beruflich oder familiär, im Freundes- oder Bekanntenkreis bisher keinerlei medizinische Berührungspunkte – im Gegenteil. Ich hatte immer Angst vor Ärzt:innen, und als junger Mensch war für mich die Vorstellung wahrscheinlicher, zum Mond zu fliegen, als Ärztin zu werden. Irgendwie war mir Medizin unheimlich. Ganz besonders schlimm war alles, was mit OPs zu tun hatte. Allein die Vorstellung von Narkosen, die sterilen, kalten Orte, Edelstahl, Skalpelle, Zangen und Klammern, all das versetzte mich in einen Zustand irrationaler Panik.

Und dann das: Noch ehe ich verstand, was uns geschah, stand ich im Vorraum des OP-Bereichs, friemelte mich in OP-Hose und -Hemd, schlüpfte in die Gummi-Schuhe, um mit einer Haube über dem Haar und einer Maske im Gesicht meinen 9 Monate alten Sohn, das größte Glück meines Lebens, den (gefühl) langen Gang zur Anästhesie-Schleuse zu tragen. Ich war mir sicher, dass ich jeden Moment ohnmächtig umfallen würde. So übermächtig war die Angst. Nur der Wunsch, bei Karl zu sein, war noch stärker. Und ich bin nicht umgefallen.

Zwei Dinge haben geholfen: Singen, für Karl, und ein mitteilbares Anästhesie-Team. Mir wurde ungefragt alles erklärt, was statt-

fand. Ich habe zwar kaum etwas verstanden, aber es hat meine Gedanken von der Katastrophe in meinem Kopf hin zu etwas Konkretem gelenkt. Wahrscheinlich lernt man das in der Anästhesie im 2. Semester: Man muss die Patient:innen, mit konkreten Dingen beschäftigen, sonst rasten sie aus oder fallen in Ohnmacht. Wie dem auch sei, mir hat es geholfen.

Und es hat mich auf eine Idee gebracht: Wenn du einer Sache nicht ausweichen oder sie verhindern kannst, versuche ihr mit Neugier und Interesse zu begegnen. Es war so, als würde ich mich zwingen, einfach das Gegenteil von dem zu tun, was ich eigentlich tun wollte, nämlich wegrennen. Das aber war ja keine Option. Also: stehen bleiben, hinschauen, lernen, verstehen, wissen, begreifen und nachfragen. Karl war mir dabei das beste Vorbild: Er verstand ja nicht, was mit ihm los war und ist damals fast allen Vorgängen und allen Menschen mit größtem Interesse und angstfreier Neugier begegnet.

Wikipedia sagt: „Neugier ist ein angeborenes Verhalten, das sich evolutionär durchgesetzt hat, weil es Vorteile für Überleben und Fortpflanzung hat. Es dient der Orientierung in der natürlichen wie sozialen Umgebung, um Ressourcen und Gefahren zu erkunden.“ Also habe ich irgendwann aufgehört zu weinen und angefangen Studien zu lesen, nichts wirklich verstanden, aber Ahnungen entwickelt, habe gelernt, wie man Laufraten berechnet, oder Dosierungen nach Körperoberflächen, warum Lumbalpunktionen so wichtig sind, und habe Vokabeln und Abkürzungen auswendig gelernt, fast wie in der Schule. Das hat mich vor allem nachts gut beschäftigt, wenn ich ohnehin wach neben Karl lag: Peg-Asparaginase flüssig auszusprechen, oder was bedeutet eigentlich PET-CT, BGA, KMP, ZVK, PVK, OB, CHP und was genau machen die berühmt-berüchtigten NEUtrophile – auf die wir in der Onkologie gerne so lange und mühselig warten? Warum

sind die Strukturen in einer Klinik, wie sie sind? Was steckt dahinter? Wie kann es sein, dass ich seit Monaten kaum schlafe, schlecht esse, umkomme vor Sorge und trotzdem halbwegs funktioniere? Wozu sind Menschen fähig? Ich habe trotz allem immer noch sehr viel geweint und mit unserem Schicksal gehandelt! Aber die Neugier und das kleine bisschen angesammelte Wissen haben geholfen, die Angst schrumpfen zu lassen und mich aus dem Gefühl der Ohnmacht und aus der Opferrolle zu befreien.

Vieles, nein alles, das ganze Leben hat sich vollständig verändert in den letzten vier Jahren. Neu ist zum Beispiel auch, worauf man alles verzichten kann ... Neu ist die Erkenntnis, mit wie wenig Schlaf man über lange Strecken durchkommt. Neu ist die Form der Dankbarkeit für einen einfachen, verspielten Tag. Neu ist (für mich), dass ich bestimmte Kleinlichkeiten z. B. im Beruf oder von den Nachbarn, nicht mehr ernst nehme. Neu sind auch die Spenden an die DKMS und den Verein für krebskranke Kinder.

Narkosen finde ich aber immer noch unheimlich, dafür Medizin unheimlich faszinierend. Mittlerweile würde ich eher Ärztin werden, als zum Mond zu fliegen. Auch das ist neu. Auf gute Weise neu. Ich bringe mich nun immer wieder dazu, die Dinge um mich herum mit Neugier anzuschauen, vor allem dann, wenn ich eigentlich weglaufen möchte. Es ist ein Ablenkungsmanöver, ein Trick, mein Trick, Ablenkung durch genaues Hinsehen. Mir hat es mit der Angst geholfen und hier und da meine Sicht verändert, manchmal sogar die Sicht auf Karl erneuert.

Letztens mussten wir mit ihm am Sonntag wegen Fieber in die Notfallambulanz und natürlich brauchten sie ein großes Blut-



bild und mussten einen Zugang legen. An sich kennt Karl das Ganze gut und wir hatten sogar Betäubungspflaster auf die Hände geklebt. Als dann aber der Stauschlauch und die Nadel kamen, bekam er plötzlich Angst und flüchtete aus. Ich habe versucht, ihn abzulenken. „Schau nicht hin! Schau in das Buch! Schau dir die Tiere an!“, wollte ich ihm helfen. „Nein Mama! Ich will auf die Nadel gucken!“, schrie er mich an. Da war dann immer noch viel Angst, aber eine, der man trotzig und vielleicht sogar etwas neugierig in die Augen schaut.

Das ist der Chor, der bei der feierlichen Klinikeröffnung gesungen hat.

ZUSAMMEN SIND WIR STARK!

Über Probleme zu sprechen und die Erfahrungen anderer zu nutzen, kann eine gute Hilfestellung in den schwierigen Phasen einer Erkrankung sein. Nehmen Sie Kontakt auf, denn zusammen sind wir stärker: „Eltern helfen Eltern“ ist der Zusammenschluss von Gruppen, die den betroffenen Familien mit einem chronisch kranken Kind einen Austausch und Unterstützung anbieten.

Hier finden Sie Kontaktadressen von Gruppen aus Freiburg und Umgebung:

AKIK - Aktionskomitee KIND IM KRANKENHAUS

Landesverband Baden-Württemberg e. V.
Sabrina Oppermann
Forchheimerstr. 9a, 79346 Endingen
Tel: 0157 / 30 70 87 07
Mail: sabrina.oppermann@akik.de
www.akik-lvw.de

Interessengemeinschaft Arthrogryposis (IGA) e. V.

Bianca und Markus Ulbrich
Kelterstr. 11/2, 71404 Korb-Kleinheppach
Tel. 0 71 51 / 20 69 20
Mail: baden-wuerttemberg@arthrogryposis.de
www.arthrogryposis.de

miteinander Menschen mit Down-Syndrom und ihre Freunde e. V.

Martina Neugebauer-Renner
Rotermelweg 13, 79114 Freiburg
Mail: info@miteinander-downsyndrom.de
www.miteinander-downsyndrom.de

Herzklopfen - Elterninitiative herzkranker Kinder Südbaden e. V.

Petra Huth
Lutherkirchstr. 1a, 79106 Freiburg im Breisgau
Tel. 07 61 / 47 746 444
Mail: petra.huth@herzklopfen-ev.de
www.herzklopfen-ev.de

PROimmun e. V. Verein zur Förde- rung der Erforschung und Behand- lung von Immunerkrankungen

Breisacher Str. 115, 79106 Freiburg
Tel. 0761 / 270 - 77695
Mail: julia.andris@uniklinik-freiburg.de
www.proimmun.eu

NOAH Albinismus Selbsthilfegruppe e. V.

Katharina Holthusen-Schmitz
Tel. 02202 / 8627388
Mail: info@albinismus.de
www.albinismus.de

Deutsche Hämophiliegesellschaft zur Bekämpfung von Blutungs- krankheiten e. V.

Stellv. Vertrauensmitglied BaWü Südwest
Jan Fässler
Im Häldele 30, 77971 Kippenheim
Tel. 0 78 25 / 86 95 58
Mail: jan.faessler@dhg.de
www.dhg.de

Frühchenverein Freiburg e. V.

Postfach in der Kinder- und Jugendklinik
Breisacher Str. 62, 79106 Freiburg
Andrea Müllerleile
Tel. 0 78 26 / 966 25 35
Mail: info@fruehchen-freiburg.de
www.fruehchen-freiburg.de

EHK Elterninitiative HIV betroffener Kinder e. V.

Postfach 8133, 50344 Hürth
Tel. 02233 / 20 69 46
Mail: info@ehk-kids.de
www.ehk-kids.de

FortSchritt Freiburg e. V.

Elternverein zur Verbreitung der
Konduktiven Förderung/Petö-Therapie
für **IPC-Kinder**

Regina Huber
Matthias-Grünewald-Str. 13, 79100 Freiburg
Tel. 07 61 / 40 85 20
Mail: fortschritt-freiburg@web.de
www.fortschritt-freiburg.de

SoMA e. V. Initiative für Menschen mit Anorektal-Fehlbildungen, Morbus Hirschsprung und Kloakenektrophie

Sylvia Mättler
Vorstandsmitglied, Projektleitung Schwerpunkt-
reha, Koordinatorin regionaler Treffen
Mail: s.maettler@soma-ev.de

CHARGE Syndrom e. V. Elternkreis betroffener Kinder

Claudia Junghans
Borbath 29, 91448 Emskirchen
Tel. 09104 / 826345
Mail: info@charge-syndrom.de
www.charge-syndrom.de

KiDS-22q11 Verein zur Förderung der Belange von Menschen mit genetischen Veränderungen in der chromosomalen Region 22q11 e. V.

Thomas Franken
Albert-Einstein-Straße 5, 87437 Kempten
Tel. 0831 / 520 898 00
Mail: info@KiDS-22q11.de
www.KiDS-22q11.de

dsai / Deutsche Selbsthilfe Angeborene Immundefekte e. V.

Hochschätzen 5, 83530 Schnaitsee
Tel. 0 80 74 / 81 64
Fax: 0 80 74 / 97 34
Mail: info@dsai.de
www.dsai.de

Landesverband Kleinwüchsige Menschen und ihre Familien Baden-Württemberg e. V.

Saskia Bronner
Breitmatte 48, 79244 Münstertal
Tel. 07636 / 787 53 43
Mail: saskia.bronner@bkmf.de
www.lkmf-bw.de

Marfan Hilfe (Deutschland) e. V. Regionalgruppe Südbaden/Schwarz- wald

Diane Henschel
Mobil: 01515 / 5922086
Mail: suedbaden@marfanhilfe.de
www.marfan.de

Deutsche Gesellschaft für Muskelranke e. V.

Joachim Sproß
Im Moos 4, 79112 Freiburg
Tel. 076 65 / 94 49 - 0
Mail: info@dgm.org
www.dgm.org

Hilfe für nierenkranke Kinder und Jugendliche e. V.

Breisacher Str. 62, 79106 Freiburg
Tel. 07 61 / 270 - 43 455
Mail: info@nierenkranke-kinder.de
www.nierenkranke-kinder.de

SPATZ Selbsthilfe für Kinder mit chronischer Stoffwechsel-, Hormon- oder Zuckererkrankung e. V.

SPATZ-Infobüro - Sandra Kircheis
Breisacher Str. 62, 79106 Freiburg
Tel. 07 61/270 - 44 821
Mail: info@spatz-ev.de
www.spatz-ev.de

Förderverein für krebskranke Kinder e. V. Freiburg i. Br.

Breisacher Straße 60
79106 Freiburg
Geschäftsstelle 0761 / 21 11 79 14
Mail: info@helfen-hilft.de
www.helfen-hilft.de

Gesellschaft für Mukopolysaccharidosen e. V.

Marita Kindler
Gartenstr. 6, 79346 Endingen-Königschaffhausen
Tel. 076 42 / 88 11
Mail: lilliput105@web.de
www.mps-ev.de

Bundesverband Neurofibromatose e. V. Selbsthilfegruppe Freiburg

Anita Gehring
Finkenweg 7, 79206 Breisach
Tel. 0 76 64 / 37 12
Mail: gehring@neurofibromatose.de
www.bv-nf.de/Selbsthilfe/Freiburg

Rheuma-Liga Baden-Württemberg e. V. Rheumakranke Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene

Kathrin Ivenz (Sozialfachkraft)
Bergerstr. 2 (AOK), 79312 Emmendingen
Tel. 0 72 51/ 91 62 24
Mail: k.ivenz@rheuma-liga-bw.de
www.rheuma-liga-bw.de

KEKS e. V. Patienten- und Selbst- hilfeorganisation für Kinder und Erwachsene mit kranker Speiseröhre

Medizin-Hotline (gebührenfrei):
Tel. 0800 / 03 10 584 oder 0711 / 400 99 40
Mail: medizin@keks.org
www.keks.org

Elterninitiative für Lippen-Kiefer-Gaumenspalten

Anke Haida
Georg-Elser-Str. 3, 79100 Freiburg
Tel. 07 61 / 40 19 197
Mail: hawaii@web.de

Mukoviszidose e. V. Regionalgruppe Ortenau

Willi Kohler
Eisensprung 2, 77736 Zell a.H.
Tel. 078 35 / 88 56
Mail: willi.kohler@mukobw.de
www.mukoviszidose-ortenau.de

Förderverein Neurokinder Uniklinik Freiburg e. V.

Michaela Oeschger
Hauptstraße 35, 77781 Biberach
Mail: neurokinder.freiburg@t-online.de
neurokinder.freiburg@gmx.de

Arbeitsgemeinschaft Spina bifida und Hydrocephalus e. V. (ASBH)

Philipp Hensel (Spina bifida)
Stühlinger Str. 17, 79106 Freiburg
Tel. 01 76 / 31 37 02 07
Mail: hensel@asbh-freiburg.de
Fam. Kopp (Hydrocephalus)
Zollernstr. 49, 78056 VS-Schwenningen
Tel. 0 77 20 / 994 80 98
Mail: jkopp@asbh-freiburg.de
www.asbh-freiburg.de

KINDER, WIE DIE ZEIT VERGEHT!

SPIELETIPP



ONKO-LAND

Wie Lou im Krankenhaus eine geheime Welt entdeckt.
Ein Hörspiel für die Zeit im Krankenhaus.

Als Lou schwer erkrankt und in ein Krankenhaus muss, ist nichts mehr, wie es war. Die Tage auf Station sind zäh und zehrend, bis eine gelb leuchtende Linie am Boden erscheint, die zu einer geheimnisvollen Tür führt. Dahinter: ein Gang mit unzähligen weiteren Türen, die Portale zu magischen Orten sind. Gemeinsam mit dem zum Leben erwachten Infusionsständer und einem Stimmungs-Oktopus begibt sich Lou auf eine Reise, bei der die drei fantastische Welten voller Wunder und mysteriöser Wesen erkunden – und den Zugang zu den eigenen Gefühlen entdecken.

DIE STORY-KARTEN: REINHÖREN UND ABTAUCHEN

Außer Anfang und Ende kannst du die Reihenfolge des Hörspiels über die Story-Karten frei wählen. Mit einem QR-Code, der auf jeder Karte mit dem Smartphone oder Tablet eingescannt wird, kommst du zu den einzelnen Storys. Zu jeder Story gibt es außerdem eine Aktions-Karte mit Challenges und Anregungen zu eigenen Aktivitäten oder Gedanken.

MIT DEN ZUFLUCHTS-KARTEN AUF TRAUMREISE

Die Zufluchts-Karten laden dich zur Traumreise auf eine sichere Insel oder in den Wald der Ruhe ein. Sie bieten die Möglichkeit, den Akku in der Mut-Ladestation aufzuladen und sich an alles zu erinnern, was dich ausmacht. Um diese Hörspiel-Episoden hören zu können, musst du jeweils Rätsel lösen.

IMMER MIT DABEI: DIE BUDDY-KARTEN UND DER STIMMUNGS-OKTOPUS

Mit den Buddy-Karten begleiten dich die Hauptfiguren auch über das Hörspiel hinaus im Alltag. Für dich wichtige Karten kannst du in deiner Nähe auf einem Holzaufsteller parken. Die Karte mit dem Stimmungs-Oktopus zum Beispiel hat zwei Seiten, die anzeigen, ob deine Laune gut oder schlecht ist.



Das Abenteuer kann sofort beginnen
– hier in das erste Kapitel Reinhören!

www.onko-land.de

MONSTER MALEN



Für mindestens zwei Personen ab sieben Jahren

Die Mitspieler:innen einigen sich auf ein Thema, zum Beispiel Monster. Kind 1 beginnt mit dem Kopf, knickt das Gemalte um und Kind 2 malt den Oberkörper. Kind 1 macht mit den Beinen weiter und Kind 2 beendet das Kunstwerk mit den Schuhen. Man kann auch mehr Knicke machen und den Körper in mehr Abschnitte aufteilen, dann wird es noch lustiger ...

BERUF, SPIEL, LIEBLINGSESSEN

Für mindestens zwei Personen ab sieben Jahren

Das Papier wird in Spalten unterteilt, jede Spalte wird mit einem Begriff versehen. Früher waren das Stadt, Land und Fluss. Man kann sich aber auch Kategorien nach Lust und Laune überlegen. Name, Pflanze, Tier, Beruf, was schmeckt, Spiel, Filmtitel, Musiker, Schimpfwort, Krankheit, Haushaltsgegenstand, Buchtitel, Markenname und, und, und. Nun wird ein Anfangsbuchstabe festgelegt. Dann überlegen alle für sich zu jeder Kategorie ein Wort mit diesem Buchstaben und schreiben es auf. Wer als erster fertig ist, sagt „Stopp“ und dann wird verglichen. Man kann Punkte vergeben, auch für besonders fantasievolle Wörter.

KÄSEKÄSTCHEN

Für zwei Personen mit zwei verschiedenen Stiften

Jede:r von euch hat eine eigene Spielfarbe zum Markieren. Man muss möglichst viele Kästchen schließen, um das Spielfeld zu erobern. Abwechselnd zieht ihr mit einem Strich hoch oder quer die Länge eines Kästchens nach. Wer ein Kästchen schließen kann, hat dieses Kästchen erobert, darf es mit seiner Spielfarbe ausmalen und ist weiter am Zug – solange, bis kein Kästchen mehr geschlossen werden kann. Erst dann darf die Spielepartnerin oder der Spielepartner weitermachen. Das Spiel endet, wenn keine Striche mehr gezogen werden können und jedes Kästchen im Spielfeld farblich markiert ist.

Tipps

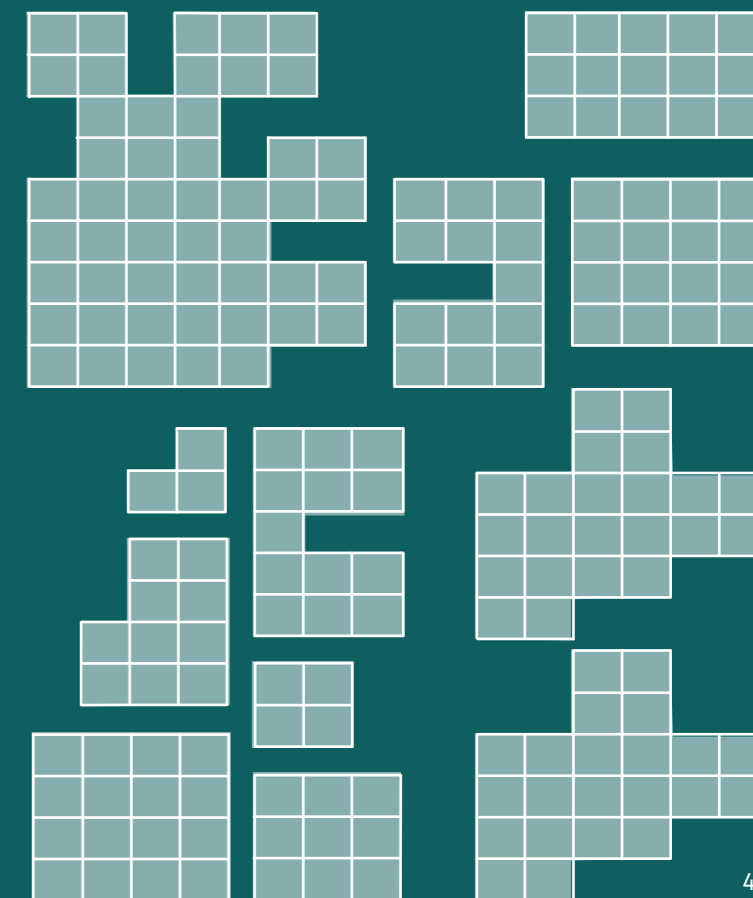
VIER SPIELE, FÜR DIE MAN NUR PAPIER, STIFT UND KÖPFCHEN BRAUCHT

ABENTEUERGESCHICHTE



Für mindestens zwei Personen ab zehn Jahren

Man beginnt, den Anfang einer Geschichte aufzuschreiben. Es dürfen vier bis fünf Sätze geschrieben werden, der letzte Satz sollte in einer neuen Zeile beginnen, die dann umgeknickt wird. Damit ist nur der letzte Satz sichtbar – und der muss nun von der nächsten Spieler:in fortgesetzt werden. Am Schluss wird die ganze (garantiert lustige) Geschichte vorgelesen. Am besten überlegt ihr euch vorher ein Thema, zum Beispiel Dschungel, Zirkus, auf einer einsamen Insel, im Wald ... sonst wird das Ganze zu wüst ...



DER ULTIMATIVE WITZ

Auf der Suche nach dem Monsterwitz, bei dem sich die Menschheit vor Lachen kringelt, hat der megaböse Dr. Flachwitz sich diesmal selbst übertrumpft. Von seiner nigelnagelneuen künstlichen Witzintelligenz KI-WITZ hat er im Nullkommanix die flachsten Witze der Welt herstellen lassen.

Tim zerdeppert in der Wohnung seiner Oma eine große Vase. Oma ruft schockiert: „Die Vase war aus dem 17. Jahrhundert!“ Darauf sagt Tim erleichtert: „Oh, zum Glück, ich dachte schon, sie sei neu.“

Was ist grün, glücklich und hüpfert übers Gras?

Eine Freuschrecke

Wie nennt man einen schlafenden Kuchen?

Fennecake

Warum leben Haie in Salzwasser?

Weil sie in Pfefferwasser niesen müssen

Wo leben die Hamster?

In Hamsterdarm

Was machen Schafe, die Streit miteinander haben?

Sie kriegen sich in die Wolle

Treffen sich zwei Wellen in der Nordsee. Sagt die eine: „Ich glaub, ich muss gleich brechen.“

Peter: „Ich will aber nicht zur Schule!“ Mutter: „Du musst aber!“ Peter: „Nenne mir zwei Gründe!“ Mutter: „Du bist 45 Jahre alt und der Schuldirektor!“

Was ist süß und läuft durch die Wüste?

Ein Karamell

Geht ein Mann in ein Geschäft und sagt: „Guten Tag, ich bräuchte bitte eine neue Brille.“ Darauf antwortet die Frau: „Ja, stimmt. Sie sind hier beim Bäcker.“

Was ist grün und fliegt durch den Garten?

Die Birne Maya

Ein Opa zeigt dem Busfahrer seine Fahrkarte. „Aber das ist ja eine Kinderfahrkarte!“, stellt der Busfahrer fest. Sagt der Opa: „Da können Sie mal sehen, wie lange ich auf diesen Bus gewartet habe!“

Im Zoo: „Mama, ich mag es nicht, wie der Gorilla da hinter der Scheibe mich anguckt.“ „Nicht so laut, das ist erst das Kassenhäuschen.“

In welchen Zug passt nur eine Person?

In den Schlarfanzug

Wonach riecht es in der Villa Kunterbunt?

Nach Pippi

Kommt eine Katze ins Fitness Studio und sagt: „Ich habe gehört, hier gibt's Muskelkater.“

In der U-Bahn-Station hängt ein Schild. Auf diesem steht: Auf der Rolltreppe müssen Hunde getragen werden. Sagt Toni: „Wo bekomme ich jetzt so schnell einen Hund her?“

Was haben eine Unterhose und ein Flugzeug gemeinsam?

Im Notfall müssen beide runter

Wo ist der Mathelehrer, wenn es kalt ist?

In der Ecke, da sind es 90 Grad



Der witzigste Schulhofwitz kommt von Moritz, Sophie und Lena. Die drei haben ihn auf dem Pausenhof der Loretto-Grundschule in Freiburg aufgeschnappt und erzählen ihn dir. Einfach scannen und mitlachen.



Das sind die Superheld:innen des Klinikumzugs: 5 Krankewagen, 120 Mal hin-und-hergefahren, 70 Patient:innen transportiert und noch so viel mehr.

Riesendank dafür an die Helferinnen und Helfer vom Deutschen Roten Kreuz und dem Technischen Hilfswerk!

IMPRESSUM

HIER STEHT, WER ALLES AN DIESEM HEFT MITGEARBEITET HAT...

GEFÄLLT EUCH DAS HEFT? HABT IHR WAS ZU ERZÄHLEN? HABT IHR GUTE IDEEN?

SCHREIBT UNS DOCH MAL!

HELDENHAEFT@INITIATIVE-KINDERKLINIK.DE

Gedruckt auf FSC-zertifiziertem Papier.



Mit freundlicher Unterstützung von: Hofmann Druck

Universitätsklinikum Freiburg



Heldenh(a)eft

Ausgabe 9 | Auflage 3.000 Exemplare

Herausgeberin

INITIATIVE für unsere Kinder- und Jugendklinik Freiburg e. V. Prof. Dr. Charlotte Niemeyer, Vorsitzende

In Zusammenarbeit mit dem Universitätsklinikum Freiburg, KJK Kinder- und Jugendklinik

Verantwortlich

Dr. Eckhard Olschewski, Dr. med. Thomas Vraetz

Redaktionsteam

Julia Benning, Tatjana Beyer, PD Dr. Roland Elling, Isolde Krug, Guido Meyer, Dr. Eckhard Olschewski, Britt Schilling, Dr. med. Thomas Vraetz

Redaktionsadresse

INITIATIVE für unsere Kinder- und Jugendklinik Freiburg e.V., Breisacher Str. 62, 79106 Freiburg, heldenhaeft@initiative-kinderklinik.de

Konzeption, Gestaltung und Produktion

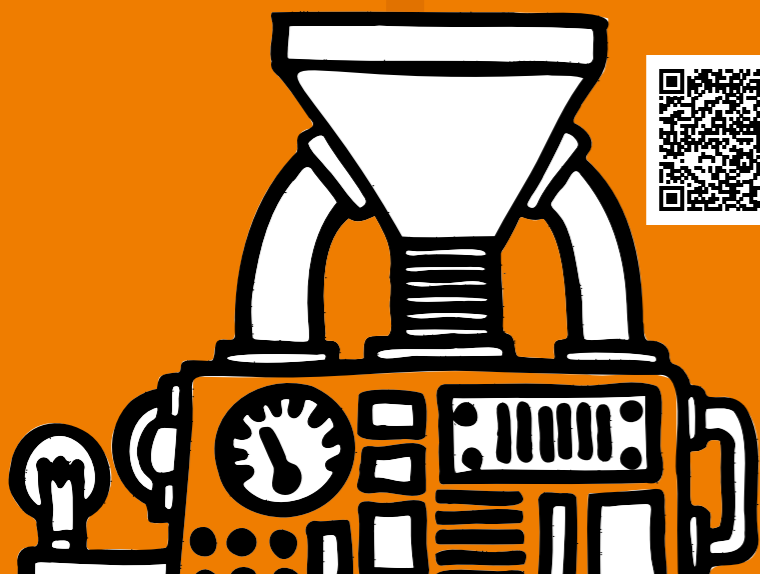
Julia Benning (zieleundzeichen.de)

Konzeption und Fotografie

Britt Schilling (brittschilling.de)

Druck

Hofmann Druck, Emmendingen





FREUT EUCH
AUF DAS NÄCHSTE HEFT
ZUM THEMA

#GROSS UND KLEIN

Sie wollen helfen?

Werden auch Sie Förderin oder Förderer dieses einzigartigen, zukunftsorientierten Konzepts der Heilenden Umgebung in unserer Kinder- und Jugendklinik Freiburg!

SPENDEN SIE AN:

INITIATIVE für unsere Kinder- und Jugendklinik Freiburg e. V.

Spendenkonto DE56 6805 0101 0013 1625 19

Prof. Dr. Charlotte Niemeyer, 1. Vorsitzende der INITIATIVE

SIE MÖCHTEN MEHR ERFAHREN?

Rufen Sie uns an: 0761 270-48 888

oder schreiben Sie uns: info@initiative-kinderklinik.de

