



Ein Sommer im ADDler-Camp

Einer für alle – alle für einen!

Auf den ersten Blick scheint es alles andere als eine gute Idee zu sein, eine Horde von Kindern und Jugendlichen mit ADHS oder ADS, dem Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom, in ein Team zu stecken und sie zusammen 10 Tage in der Natur verbringen zu lassen. Lauter Zappelphilippe – machen die sich nicht gegenseitig völlig kitzig? Ganz im Gegenteil. Endlich einmal haben diese Kinder nicht das Gefühl, Außenseiter zu sein. Im alltäglichen Leben steht meist das „Anecken“ auf der Tagesordnung. Sie fallen auf, sind immer etwas anders als die anderen und stoßen dabei nur allzu häufig auf Unverständnis. Ohne entsprechende Medikamente wie Ritalin, Medikinet, Strattera, Concerta etc. ist es oft kaum möglich, den Ansprüchen der Umwelt zu genügen. Die Lehrer in der Schule, die Trainer im Sportverein, die Eltern der anderen Kinder machen es den „Zappelphilippen“ nicht eben einfach. „Du musst einfach mal ruhiger werden und dich konzentrieren!“ – dieser Satz begegnet ihnen tagtäglich.

Im ADDler-Camp – dem Feriencamp der DRÄGER & HANSE BKK für Kinder mit ADHS – sind sie endlich mal ganz richtig. „Diesmal fahren wir in die Hanseburg nach Süderplagum. Das Selbstversorgerhaus liegt inmitten von Heide und Wald, etwa fünf Kilometer

von der Grenze zu Dänemark entfernt, und hat mehrere Tausend Quadratmeter Eigenland. Ein Paradies zum Bogenschießen, Klettern, Baden und andere Abenteuer“, schwärmt Maud Zimmermann vom Verein „Menschen in Bewegung e.V.“. Unter ihrer Regie veranstaltet die DRÄGER & HANSE BKK mittlerweile schon das elfte Camp dieser besonderen Art. Und die Beliebtheit wurde mit den Jahren immer größer. „Wir müssen leider immer wieder einigen Kindern absagen. Die Nachfrage ist einfach größer als unsere Kapazitäten!“ Maud Zimmermann bedauert das sehr und wenn es nach ihr ginge, würde sie auch gern mehr Mädchen dabei haben – oder vielleicht sogar ein reines Mädchen-Camp auf die Beine stellen. Denn jedes Jahr zeigt sich, dass die Damen den Herren in einigen Belangen einfach überlegen sind. „Unsere Mädchen sind meist dreimal besser in Turnen und Akrobatik – da können die Jungs oft nur staunen.“

Für das Team von „Menschen in Bewegung“ ist es besonders wichtig, den Kindern zu vermitteln, dass sie, so wie sie sind, absolut in Ordnung sind. Und so hat es sich in den Jahren bewährt, dass einige ehemalige Campkinder erwachsene Betreuer von heute sind. Nur zu oft wird den Kleinen im alltäglichen Leben vermittelt, dass sie eigentlich ein hoff-

nungsloser Fall seien. Ein Camp-Junge bringt es auf den Punkt: „Ich habe hinterher gar nicht mehr so einen Hass auf die Normalen – ich weiß jetzt, dass die mich halt nur einfach nicht verstehen!“

Und auch für die Eltern hat das ADDler-Camp weit mehr zu bieten als eine zehntägige Ferienbetreuung. Vor und nach dem Camp gibt es ausführliche Treffs mit den Eltern. Und selbstverständlich haben wir Zeit für Einzelgespräche“, betont Maud Zimmermann.

Drei ganz feste Regeln sind im Camp allerdings zu beachten:

- keine Computer oder Nintendo DS,
- keine Handys,
- keine Süßigkeiten

Dieser Dreiklang ist den Machern ganz besonders wichtig, denn gerade diese Dinge sind es, die für die Kinder noch mehr Stresspotenzial bedeuten und verhindern, dass die Kinder sich wirklich entspannen und zu sich selbst kommen können.

Das ADDler-Camp ist ein Feriencamp für Kinder mit ADHS im Alter zwischen sieben und zwölf Jahren. Zehn Tage lang werden sie vom Verein „Menschen in Bewegung e.V.“ inmitten der Natur betreut. Schwerpunkte sind

Ernährung, Bewegung, Suchtprävention und natürlich Spiel und Spaß. Während dieser Zeit sollen die Kinder ihre Medikamente zu Hause lassen – hier lernen sie, dass es auch ohne geht. Und vor allem, dass sie auch ohne diese Medizin den Alltag bewältigen können.

Das Camp ermöglicht den teilnehmenden Kindern für kurze Zeit, ihrem üblichen Umfeld zu entfliehen, um vorhandenen Stress abzubauen und einfach zehn tolle Tage im Sinne der Gesundheit zu verbringen. Kochen, Wandern, Gespräche über Ernährung, Bewegung und Stress sind einige der vielfältigen Aktivitäten im ADDler-Camp. Die Betreuer freuen sich auf die gemeinsame Zeit mit Ihrem Kind!

Teilnehmer:

15 Kinder im Alter zwischen 8 und 12 Jahren (die Pubertät darf noch nicht begonnen haben) Indikation: ADS mit und ohne Hyperaktivität

Termin: 21. Juli bis 30. Juli 2011

Veranstaltungsort

Suderbügum
nahe der dänischen Grenze im
Kreis Nordfriesland
25923 Suderbügum,
Ochsenweg 27
Tel: (04663) 232
www.Haidburg.de

Kosten

Wir beteiligen uns mit 300,- Euro an den Kosten!

Fragen

Menschen in Bewegung e.V.
Maud Zimmermann
Nelkenstraße 5-7
23558 Lübeck
Tel. (0451) 40 77 801
addlercamp@Menschen-in-Bewegung.de

Kleiner Tipp

Ergänzt wird das Programm des Vereins „Menschen in Bewegung e.V.“ durch eine spezielle Elternschulung. Diese wird im Rahmen unserer FeelFit-Kurse angeboten und beinhaltet schwerpunktmäßig die Präventionsbereiche Suchtvorbeugung und Stressminderung.

500

Wenn Sie dieses Angebot nutzen, erhalten Sie 500 Punkte für Ihr Bonusheft. Weitere Infos dazu gibt es unter unserer ServiceLine.

