

## „Maximal motiviert“

**Das Leben nach einem Schlaganfall wird anders, aber es geht weiter. Darin bestärkten sich die Teilnehmer eines bundesweiten Workshops.**

Erstmals richtete die Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe den „Workshop 55+“ aus, und knapp 60 Schlaganfall-Betroffene und einige Partner aus ganz Deutschland folgten der Einladung nach Duisburg.

Drei Tage lang ging es um das Selbstwertgefühl nach einem Schlaganfall, um Bewältigungsstrategien, Widerstandskraft, Selbstfürsorge und die Frage, wie sich die Erkrankung auf eine Partnerschaft auswirkt. Eingerahmt war die inhaltliche Arbeit von ergänzenden Angeboten wie Bewegung/Gymnastik, Informationen zur Nutzung sozialer Medien und einem geselligen Abend mit Livemusik und Tanz – trotz Halbseitenlähmung.

Der Austausch mit den Referenten und untereinander, so die einhellige Meinung, war unersetzlich. Dementsprechend überwältigend fiel das Echo der Teilnehmer in der Abschlussrunde aus.

„Ich habe mich hier so wohl gefühlt! Es war eine tolle Gemeinschaft.“, „Wir gehen alle maximal motiviert aus diesem Workshop und nehmen viel mit.“ und „Ein großes Dankeschön an jeden Einzelnen im Team!“ waren nur drei von vielen Rückmeldungen. Unüberhörbar war der Tenor: „Unbedingt wiederholen!“









Zuletzt aktualisiert: 15.02.2023