

«Das betrifft viele von uns»

Prävention Die Menschen im Kanton sollen sich gesund ernähren, Essstörungen früh erkennen und verhindern können: im Rahmen eines kantonalen Programms finden Schulbesuche dazu statt. Das Beispiel aus Olten.

VON NOËLLE KARPF (TEXT)
UND BRUNO KISSLING (FOTOS)

Damals schwankte ihr Gewicht zwischen 38 und 80 Kilo. Heute ist Heidi Schenker immer noch schlank, aber gesund. Damals, das war, als die heute 40-Jährige eine Essstörung hatte, rund zehn Jahre lang kämpfte sie zuerst mit Anorexie, dann mit Bulimie, dann mit Essattacken. Heute ist sie Mutter und arbeitet als Coach in der eigenen Praxis, spezialisiert auf Essstörungen. Heute redet sie ganz offen über ihre Geschichte. An diesem Tag tut dies die Oberdörferin an der Kantonsschule Olten. Wie die Lehrerin steht Schenker vor der Klasse - es ist aber überhaupt nicht wie normaler Unterricht. 14 Schüler sitzen an den zu einem U aufgestellten Pulten, es ist mucksmäuschenstill. Alle Blicke sind auf Schenker gerichtet, die erzählt, von den zehn Jahren mit Essstörung.

Sie spricht von Klinikaufenthalten, Ergänzungs-nahrung, einer abgebrochenen Ausbildung zur Krankenschwester, in welcher sie all das Wissen um Gesundheit gar nicht auf sich selbst anwenden konnte. Und davon, dass erst einige Jahre Psychotherapie und einige Zeit im Ausland dem Ganzen ein Ende bereiteten. 2008 kommt Schenker zurück in die Schweiz. 2010 wird sie Mutter. Nochmals einige Jahre arbeitet sie als Therapeutin mit Betroffenen. Darüber zu reden, das ist ihr ein grosses Anliegen.

Kantonales Aktionsprogramm

Das will der Kanton mit einem Präventionsprogramm ermöglichen. Vorurteile sollen abgebaut werden, Störungen früh erkannt und verhindert werden. Bis 2020 läuft das kantonale «Aktionsprogramm Ernährung, Bewegung und psychische Gesundheit» in Zusammenarbeit mit der Gesundheitsförderung Schweiz. Die Vision des Kantons: «Die Solothurner Bevölkerung ernährt sich ausgewogen und gesund, bewegt sich regelmässig, ist über die wichtigsten und häufigsten psychischen Erkrankungen informiert und weiss, wo sie entsprechend Hilfe erhält.»

Es gibt verschiedene Programme für verschiedene Altersgruppen. Eines davon: Die Schulbesuche zum Thema Ess-



Auch in der Pause des Schulbesuchs tauscht sich Heidi Schenker mit den Schülerinnen aus.



«Ich finde es wichtig, dass wir auch in der Schule über das Thema reden. Man spricht zwar von «einer Essstörung» – das bedeutet aber für jeden etwas anderes.»

Noa Rohner 17 Jahre alt



«Es ist spannend – so nahe am Thema ist man anderswo wohl nicht dran. Ich finde es sehr stark, dass eine ehemals Betroffene so offen darüber redet.»

Melanie Walser 18 Jahre alt



«Ich finde es schön, dass eine Betroffene hier über ihre Erfahrungen spricht und dass sie uns mitgibt, wie wir selbst mit Betroffenen umgehen können.»

Lea Rippstein 19 Jahre alt

störung. Trialogische Schulbesuche - das heisst, drei Personen führen gemeinsam vier Unterrichtslektionen durch; eine angehörige Person, eine Fachperson, eine ehemalige oder nach wie vor Betroffene. 54 dieser Schulbesuche gab es in diesem Jahr schweizweit, 4 im Kanton Solothurn mit Heidi Schenker als ehemals Betroffene. Darüber zu reden, das sei das Wichtigste, sagt Schenker.

Mehr als Theorie

Dazu gehört, dass während der vier Lektionen nicht nur jemand vor der Tafel steht und Theorie herunterterratiert. Sondern die Schüler ein Stück weit mit ihren Fragen selbstbestimmen, was in der Stunde besprochen wird. Immer wieder strecken die Jugendlichen der 14-köpfigen Klasse die Hände in die Luft und stellen Fragen - teils sehr persönlich. Was sie sich damals gewünscht hätte, im Umgang mit anderen. Schenker geht zwischen den Pulten umher, überlegt kurz, redet dann weiter. Damals hätte sie sich gewünscht, dass man sie - als «Knöchengerüst» - aus dem Fitnessstudio geschmissen hätte, wo sie regelmässig rudern ging, dass man ihr gesagt hätte, sie brauche Hilfe und kein Fitness-training. Man dürfe sich von niemandem distanzieren, wenn die Krankheit auftauche. «Der Mensch ist immer ein Mensch, nicht nur sein Krankheitsbild.» Weitere Fragen: Wie das in der Schwangerschaft gewesen sei, was sie als Mutter dazu sage, dass man Störungen auch weitergeben könne, wie die Beziehung der jungen Heidi Schenker zu den Eltern war. Manche siezen sie, andere fragen: «Wie war das für Dich?» Schenker beantwortet alles.

«Das ist mal etwas anderes als Unterricht», sagen drei Schülerinnen in der Pause. Die 17-jährige Noa Rohner erzählt, es sei spannend, verschiedene Blickwinkel auf das Thema zu erhalten. Auch sie kenne Leute - vor allem «von früher» - die mit einer Essstörung kämpften. Auch Klassenkameradin Melanie Walser, 18, findet es wichtig, nicht nur die Theorie des Themas zu kennen, sondern wirkliche Erfahrungen mitzukriegen. Auch sie kenne jemanden, der von einer Essstörung betroffen sei. «Es betrifft Viele», schliesst sich die 19-jährige Lea Rippstein an. Sie kenne die Sichtweise einer Angehörigen - einer Kollegin - die eine Schwester mit Essstörung habe. Deshalb, sind sich die drei einig, sei eines eben wichtig: Darüber zu reden.

Mehr Infos und die Module des Aktionsprogramms: www.so.ch -> Departement des Innern -> Amt für Soziale Sicherheit -> Gesundheitsförderung

Neuer Solodaris-Präsident

Ablösung Der Solodaris Stiftungsrat hat mit Reto Stampfli einen neuen Präsidenten gewählt. Er übernimmt das Amt von Kilian Bärtschi.

VON CHRISTOPH BENTZ

Der Wechsel im Stiftungsratspräsidium war gezielt aufgegleist worden: Reto Stampfli wurde im letzten Januar als designierter Präsident in den Solodaris Stiftungsrat gewählt. Während eines Jahres hat er Einblick in die Stiftung erhalten. Stampfli ist Konrektor an der Kantonsschule Solothurn, Philosoph und Theologe - «und für Solodaris der absolute Wunsch-Nachfolger», sagt der abtretende Präsident Kilian Bärtschi. Der Oltner amtierte während neun Jahren als Präsident. Dieser ist das oberste Organ der Stiftung und zuständig für die strategische Ausrichtung und die Wahl der operativen Leitung. «Es waren spannende Jahre in einem sich stets verän-



Stabübergabe: Reto Stampfli (l.) wird Nachfolger von Kilian Bärtschi. ZVG

dernden Umfeld», sagt Bärtschi. Der Suva-Leiter Solothurn bleibt dem Stiftungsrat noch bis zum Abschluss der internen Strategieentwicklung - voraussichtlich Mitte 2019 - erhalten.

«Ich trage gern dazu bei, Räume zu schaffen und diese mit Ideen und Taten zu füllen», freut sich der 49-jährige Stadtsolothurner Reto Stampfli.

Die Eingliederung im Fokus

Die Stiftung engagiert sich für die berufliche und soziale Eingliederung von psychisch behinderten Menschen. Sie orientiert sich bei ihren Wohn- und Arbeitsangeboten an den Möglichkeiten und Fähigkeiten der Betroffenen. Ziel ist die Förderung einer grösstmöglichen selbstständigen Lebensführung. Die Stiftung will auch dazu beitragen, Vorurteile gegenüber Menschen mit einer psychischen Behinderung abzubauen. «Solodaris geniesst einen sehr guten Ruf. Das ist in erster Linie den rund 200 Mitarbeitenden zu verdanken, die sich tagtäglich engagieren», zeigt sich Stampfli überzeugt.

Bereits im Januar 2018 wurde der Stiftungsrat bis 2021 bestätigt. Dieser präsentiert sich nach dem Präsidentenwechsel wie folgt: Reto Stampfli (Präsident, Solothurn), Beat Nick (Vizepräsident, Oberdorf), Peter Brügger (Langendorf), Martin Hatzinger (Riehen), Eliane Hugi (Biberist), Dominik Fischer (Rickenbach), Thomas Knapp (Olten) und Domenika Senti (Solothurn).

Betrug im Schwarzbubenland

Rentnerin gibt mehr als 100 000 Franken an falschen Polizisten

Am vergangenen Wochenende ist in einer Gemeinde im Schwarzbubenland eine Seniorin Opfer einer perfiden Betrugsmasche geworden. Der Täter gab sich als Polizist aus und bot der Frau an, ihr Geld und ihre Wertsachen zum Schutz vor Einbrechern sicher aufzubewahren. Auf diese Weise erbeutete er weit über 100 000 Franken.

Der unbekannte Mann kontaktierte die Seniorin am Samstagabend, 15. Dezember telefonisch. Er gab sich als Kommissar der Kantonspolizei aus. Der Mann erklärte ihr, dass Diebesbanden unterwegs seien. Im Verlauf des Gesprächs konnte er die über 80-Jährige davon überzeugen, dass ihre Wertsachen und ihr Bargeld im Haus nicht mehr sicher seien und die Polizei diese an einem geschützten Ort aufbewahren könnte. Die Frau vertraute dem vermeintlichen Polizisten. Noch am selben Abend übergab sie in ihrem Haus einem unbekanntem Mann Schmuck und Geld im Wert von

weit über 100 000 Franken. Am Folgetag erkundigte sie sich dann bei der echten Polizei nach dem Polizisten und dem Verbleib ihrer Wertsachen. Erst jetzt flog der Betrug auf. Die Kantonspolizei hat entsprechende Ermittlungen aufgenommen.

Die Polizei warnt, vor dem so genannten «Polizeitrück», bei dem sich die Betrüger das Vertrauen meist älterer Bürgerinnen und Bürger erschleichen und so immer wieder an grosse Deliktsummen gelangen. Die Polizei rät, misstrauisch zu sein. «Die Polizei ruft Sie nicht mit der Telefonnummer 117 an und bietet Ihnen nie an, Geld oder Wertsachen aufzubewahren», schreibt die Kantonspolizei. Man solle «niemals Geld an fremde Personen übergeben, auch wenn diese noch so vertrauenswürdig klingen». Und: «Geben Sie am Telefon keine Details zu Ihren familiären oder finanziellen Verhältnissen bekannt. Lassen Sie sich nie unter Druck setzen und beenden Sie solche Telefonate sofort.» (PKS)