

HANDWERKERTIPP DER WOCHE

Blusen und Jacken
aufhübschen

NÄHEN Wie man Knöpfe richtig anbringt

Von Beate Damm

WIESBADEN. Nähen ist eine kreative Arbeit, die viel Spaß macht, und ich begrüße es sehr, dass „selber machen“ wieder im Trend ist. Da viele Menschen mit Nadel und Faden nicht mehr so vertraut sind, erkläre ich mal, wie Sie selbst einen Knopf annähen können. Es ist nicht schwierig.

Man braucht dazu Nadel, Schere, farblich passendes Nähgarn, Stecknadeln, eventuell ein Maßband und natürlich den Knopf.

Ein Ersatzknopf ist bei den meisten Kleidungsstücken dabei, etwa in der Seitennaht eingenäht. Gibt es keinen Ersatzknopf, ist es manchmal notwendig, alle Knöpfe auszutauschen. Meist ist die Stelle, an der der Knopf abgefallen ist, noch gut im Stoff zu erkennen. Falls nicht,

kann man den Abstand zwischen zwei verbliebenen Knöpfen ausmessen oder das Kleidungsstück schließen und eine Stecknadel durch das entsprechende Knopfloch stecken. Man schneidet einen 40 Zentimeter langen Faden ab, zieht ihn durchs Nadelöhr und verknötet die Enden. Ich benutze immer einen extra starken Faden. Das ist besonders bei Jacken und Mänteln zu empfehlen.

Von unten nach oben

Die Nähnaht setzt an der markierten Stelle von unten zur oberen Stoffseite durchstecken. Oben angekommen die Nadel durch eines der Knopflöcher führen und durch das andere zurück und durch den Stoff zur Unterseite. Dabei den Faden nicht fest anziehen. Das ist wichtig (vor allem bei dicken Stoffen), sonst „klemmt“ der Knopf beim Schließen. Man hält den Finger unter den Knopf, um einen kleinen Abstand zu schaffen. Man kann auch ein Streichholz zwischen Stoff und Knopf schieben. Das Durchnähen wiederholt man etwa dreimal und sticht dabei möglichst immer an der gleichen Stelle ein.

Zum Schluss umwickelt man den Fadensteg ein paarmal. Das ist der „Stil“, auf dem der Knopf auf der Knopfleiste sitzt. Den Faden vernäht man auf der Stoffunterseite oder schneidet ihn knapp hinter dem Nadelöhr ab und verknötet ihn zweimal. Fertig.

Noch ein Tipp: Mit verschiedenfarbigen Knöpfen kann man eine Bluse aufhübschen, die einem fade erscheint. Mit extravaganter Knöpfe wertet man die Jacke vom letzten Jahr wieder auf.

Beate Damm „Maßkleidung – Nähzubehör – Nähwerkstatt“, Rosengasse 15, 65343 Eltville. Telefon 06123-9349703, www.wunschkleider.de.



Beate Damm kennt sich mit Nadel und Faden aus. Foto: Damm

ZUR AUTORIN

► Beate Damm betreibt die Nähwerkstatt „Wunschkleider“, wo sie Tipps und Hilfe bei allen Fragen rund ums Nähen gibt. In ihrem Geschäft verkauft sie außerdem Stoffe, Schnittmuster und Nähzubehör. Wer kreativ ist, aber nicht selbst nähen möchte, der lässt sich von ihr sein Wunschkleid „auf den Leib schneiden“.



Ein Zeitungsmonster wird gesucht: Drittklässler der Justus-von-Liebig-Schule erkunden die Firma Baumstark.

Foto: RMB/Heiko Kubenka

Mit Kruschel in der Wanne

SPONSORING Theo Baumstark und Roland Gramenz finanzieren Kinderzeitung für Liebig-Schule

Von Lena Witte

WIESBADEN. Fliesenleger, Schreiner, Monteure und Maler – sie alle gehören, neben anderen, zur Firma Baumstark. Was genau die Handwerker machen und wie sich eine Badewanne aus Acryl anfühlt, dass es sogar Wannen aus Holz und Stahl gibt, das erfahren die Kinder der Klassen 3a mit Heike Kinder und die 3b mit Julia Kraus und Felizitas Wittmann, die zu Besuch in dem Unternehmen in der Wandersmannstraße waren. Geschäftsführer Theo Baumstark hatte die Schüler der Justus-von-Liebig-Schule eingeladen, da sie ein gan-



zes Schuljahr lang jede Woche mit der Kinderzeitung „Kruschel“ beliefert werden. Die Kosten dafür übernehmen Theo Baumstark und Roland Gramenz von der gleichnamigen Garten- und Landschaftsbau GmbH. Deren Ausbildungsleiter Volker Hahn war bei dem Besuch mit dabei, um sich ein Bild davon zu machen, wie die Kinderzeitung bei den Grundschulern ankommt.

„Ich habe mein ganzes Leben lang Zeitung gelesen“, erzählt Theo Baumstark den Drittklässlern zwischen Armatur-

ren und Waschbecken. „Und das Ziel ist, dass ihr auch später als Erwachsene die Tageszeitung lest.“ Dass die Kinderzeitung Wirkung zeigt, bestätigte Klassenleiterin Julia Kraus: „Die Kinder sind sehr motiviert dabei und warten immer schon ganz gespannt auf die neue Ausgabe.“ Auch Schüler, die vorher kaum gelesen haben, finden Gefallen an Kruschel, hat die Lehrerin beobachtet. Doch die Schüler bekommen die Zeitung nicht nur zum Vergnügen, sondern manchmal geben die Lehrer ihnen sogar Hausaufgaben darin auf. Dann gilt es zum Beispiel, Fragen zu einem Text zu beantworten oder zu erläutern, worum es genau geht.

Und weil die Kinder nicht nur

gerne lesen, sondern auch neugierig waren auf das, was bei Firma Baumstark passiert, hatten sie auf ihrem Rundgang mit Bad-Designerin Melanie Baumstark, mit Lagermeister Yasar Acar und Lea Baumstark jede Menge Fragen. Sie sahen, wie früher eine Toilette aussah, als man noch an einer Schnur ziehen musste, um die Spülung auszulösen. Sie hakten nach, was eine Kommission ist und wie Werkstatt und Lager organisiert sind. Sie staunten über eine ein mal drei Meter große Fliese und informierten sich darüber, wie ein Bad ausgestattet sein kann, wenn jemand beim Baden oder Duschen auf Hilfe angewiesen ist – bevor sie die Firmenräume wieder mit den Klassenzimmern tauschten.

Angehörige werden oft von Schuld und Scham geplagt

HOSPIZVEREIN Vortrag über „Das Leben nach Suizid“ bei Auxilium

Von Christina Oxfort

WIESBADEN. Wie damit umgehen, wenn sich der Ehemann, Partner, Sohn, Tochter oder ein Elternteil das Leben genommen hat? Und dies womöglich aus „heiterem Himmel“, ohne bekannte oder erkennbare psychische Erkrankung – scheinbar also ohne Grund? Wer sich von Dr. Udo Wortelboer, Chefarzt der Asklepios Klinik für Psychische Gesundheit in Langen, bei seinem Vortrag im Hospizverein Auxilium ein Patentrezept erwartet hatte, wurde enttäuscht: Es gibt keins. Gleichwohl verstand es der Mediziner, der über „Das Leben nach Suizid – Die Perspektive der Angehörigen“ im gut besuchten Vortragsraum des Vereins referierte, einfühlsam auf die Probleme seiner nicht selten von einem Suizid im engsten Familienkreis betroffenen Zuhörer einzugehen. Noch immer, so der Mediziner, sei der Suizid in der Gesellschaft tabuisiert. Angehörige haben Angst, offen über die Art des Todes zu sprechen, werden nicht selten von Schuld- und Schamgefühl geplagt.

Dass weltweit alle 40 Sekunden ein Suizid begangen wird – alle 60 Sekunden geschieht ein Mord, und alle 100 Sekunden

ist ein Kriegstoter zu beklagen – ist auch für einen erfahrenen Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie „erschreckend“. Anhand prominenter Persönlichkeiten wie dem Schauspieler Robin Williams oder Gunter Sachs, die sich das Leben nahmen, veranschaulichte Wortelboer die vielschichtigen Ursachen für einen Suizid, und sprach

» Je älter Männer werden, umso höher ist das Risiko, dass sie suizidieren. «

DR. UDO WORTELBOER, Arzt

te nicht mit Kritik am Umgang mit dem Thema in der öffentlichen Diskussion. So seien nach dem Suizid des Fußballers Robert Enke im Jahr 2009, der einen kurzzeitigen eklatanten Anstieg der Selbstmordrate zur Folge hatte, keine Psychiater, sondern allein fachfremde „Experten“ zu Wort gekommen.

Psychische Erkrankungen wie Depressionen, Sucht, Hoffnungslosigkeit, Panikzustände oder Halluzinationen erhöhen die Suizidgefahr, erklärte der Arzt. Aber auch Isolation, Vereinsamung im Alter oder Langzeit-Arbeitslosigkeit können

Auslöser für einen Freitod sein, der vor allem von Männern begangen wird: „Je älter Männer werden, umso höher ist das Risiko, dass sie suizidieren“, sagte Wortelboer mit Verweis auf die hohen Fallzahlen. Anhand eines anonymisierten Fallbeispiels aus der täglichen Praxis warb er dafür, den Übergang in die Rente, der für viele Menschen „ganz schwierig“ sei, gut vorzubereiten. Die Pensionierung sei nicht selten Auslöser einer Depression – jeder fünfte Deutsche übergibt das Risiko in sich, an einer Depression zu erkranken.

Bislang wurde die Frage nach einer speziellen Form der Trauer nach einem Suizid nicht wissenschaftlich untersucht, sagte der Mediziner. Unterschiede etwa zur Trauer nach einem Unfalltod seien augenfällig, da der eher einem Schicksalsschlag gleichgesetzt werde. „Es gibt keine spezielle Therapieform für die Trauer nach einem Suizid“, machte Wortelboer deutlich. Der Umgang mit einem Selbstmord, der auch als „tapfer“ heroisiert, als „feige“ stigmatisiert und viele Jahre mit religiösen Sanktionen belegt wurde, ist für Angehörige schwer und fordert ihnen ganz individuelle Trauerformen zur Bewältigung ihres Verlustes ab.

Preise für kreative Kalender gehen nach Wiesbaden

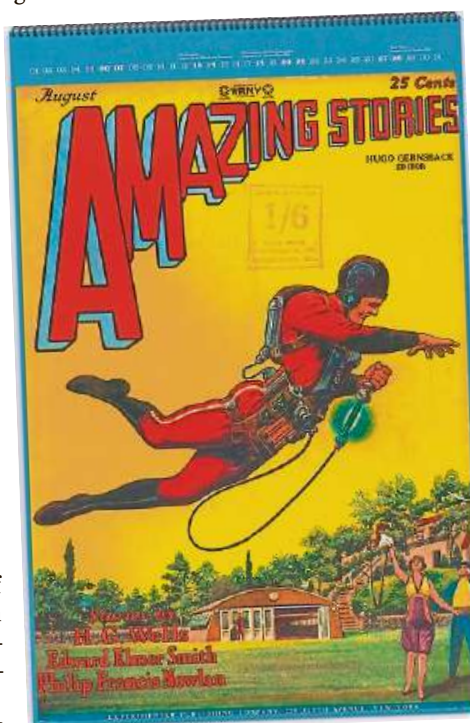
GESTALTUNG Agentur Q und Kommunikationsdesign-Professor ausgezeichnet

WIESBADEN (red). Die Wiesbadener Kreativagentur Q hat beim „gregor international calendar award 2016“, einem Wettbewerb für großformatige Druckerzeugnisse, gewonnen.

Aus 1026 Einsendungen aus aller Welt nominierte die Fachjury den Kalender „Bauen für Bewegung“ in die Finalrunde; er präsentiert Bauwerke, die Bewegung von Menschen und Verkehrsmitteln ermöglichen. Die Macher von der Agentur Q um die Designer Thilo von Debschitz und Laurenz Nielbock konnten sich außerdem über einen „Award of Excellence“ für den Kalender „Willkommen in der Zukunft!“ freuen.

Und schließlich wurde ein weiterer Wiesbadener auf die Bühne gerufen: Professor Gregor Krisztian und sein Team aus Kommunikationsdesign- und Umwelttechnikstudierenden der Hoch-

schule Rhein-Main gewannen „Bronze“ für ihr Kalenderprojekt „Unart“. Es präsentiert Treib- und Strandgut in musealen Arrangements.



Der Kalender „Willkommen in der Zukunft“ präsentiert die Zukunftsvisionen des Science-Fiction-Illustrators Frank R. Paul aus dem frühen 20. Jahrhundert. Er bekam einen „Award of Excellence“.



Kreative Köpfe: Laurenz Nielbock...



...und Thilo von Debschitz.

Foto: Agentur Q

KURZ NOTIERT

Herzpatienten
treffen sich

WIESBADEN (red). Die Selbsthilfegruppe Herzpatienten Wiesbaden lädt für Montag, 1. Februar, um 18 Uhr zu einem Erfahrungsaustausch im „Treffpunkt aktiv“ Adlerstraße, Adlerstraße 19. Anmeldung unter Telefon 0611-522583 oder per E-Mail an juergen.dotzel@t-online.de.

Thema
Bauchschmerzen

WIESBADEN (red). Im Rahmen der Reihe „Medizin Bürgernah“ ist am Dienstag, 2. Februar, im Bistro der Asklepios Paulinen Klinik (APK) von 18 bis 19 Uhr ein Patientenforum zum Thema „Akute Chronische Bauchschmerzen“. Karl-Heinrich Link, Direktor Chirurgisches Zentrum, APK, und der Wiesbadener Gastroenterologe Hanns Lohr informieren über Ursachen, Diagnose und Therapie von akuten und chronischen Bauchschmerzen. Zur „Therapie“ werden von den beiden Spezialisten neben konservativen auch operative Methoden vorgestellt. Der Eintritt ist frei. Näheres im Internet unter www.asklepios.com/Wiesbaden.

Michael Wilk
berichtet aus Syrien

WIESBADEN (red). Der Wiesbadener Arzt und Notfallmediziner Dr. Michael Wilk berichtet bei der Wiesbadener Casinogesellschaft, Friedrichstraße 22, am Dienstag, 2. Februar, 19.30 Uhr, über die Gesundheitsversorgung in Nordsyrien/Rojava. Der Eintritt ist frei.

Buchpräsentation
im Rathaus

WIESBADEN (red). Das Aktive Museum Spiegelgasse präsentiert am Dienstag, 2. Februar, um 18 Uhr im Stadtverordnetenitzungssaal des Rathauses das Buch „Noch ein Glück“. Trude Simonsohn liest aus ihren Erinnerungen.

Informationen
über Flüchtlinge

WIESBADEN (red). Bürgermeister Arno Goßmann und Ortsvorsteher Ulrich Weimer (Südos) laden am Donnerstag, 4. Februar, um 17 Uhr in die Cafeteria, Hans-Bredow-Straße 1, zu einer Informationsveranstaltung ein, bei der sich interessierte Bürger über die geplante Gemeinschaftsunterkunft für zugewiesene Flüchtlinge in der Hans-Bredow-Straße in Wiesbaden informieren können.

Babys erleben
früh Musik

WIESBADEN (red). Erste Berührungen mit Musik regen den Hörsinn, den Tastsinn, den Sehsinn an, und das Baby macht neue Körpererfahrungen. Im Kurs am Donnerstag, 4. Februar, um 9.30 Uhr noch freie Plätze. Kursort und Anmeldung: evangelische Familien-Bildungsstätte, Schlossplatz 4, Telefon 0611-524015, E-Mail info@familienbildung-wi.de.

Internetcafé
für Ältere

WIESBADEN (red). Die neuen Öffnungszeiten des städtischen Internetcafés für Ältere in der Adlerstraße 19 sind montags, dienstags und donnerstags von 10 bis 13 Uhr, mittwochs von 10 bis 19 Uhr, sowie freitags von 10 bis 16 Uhr. Jeden Donnerstag und Freitag gibt es Tablet-Workshops um 10 Uhr. Anmeldung unter www.seniorennet.de.