

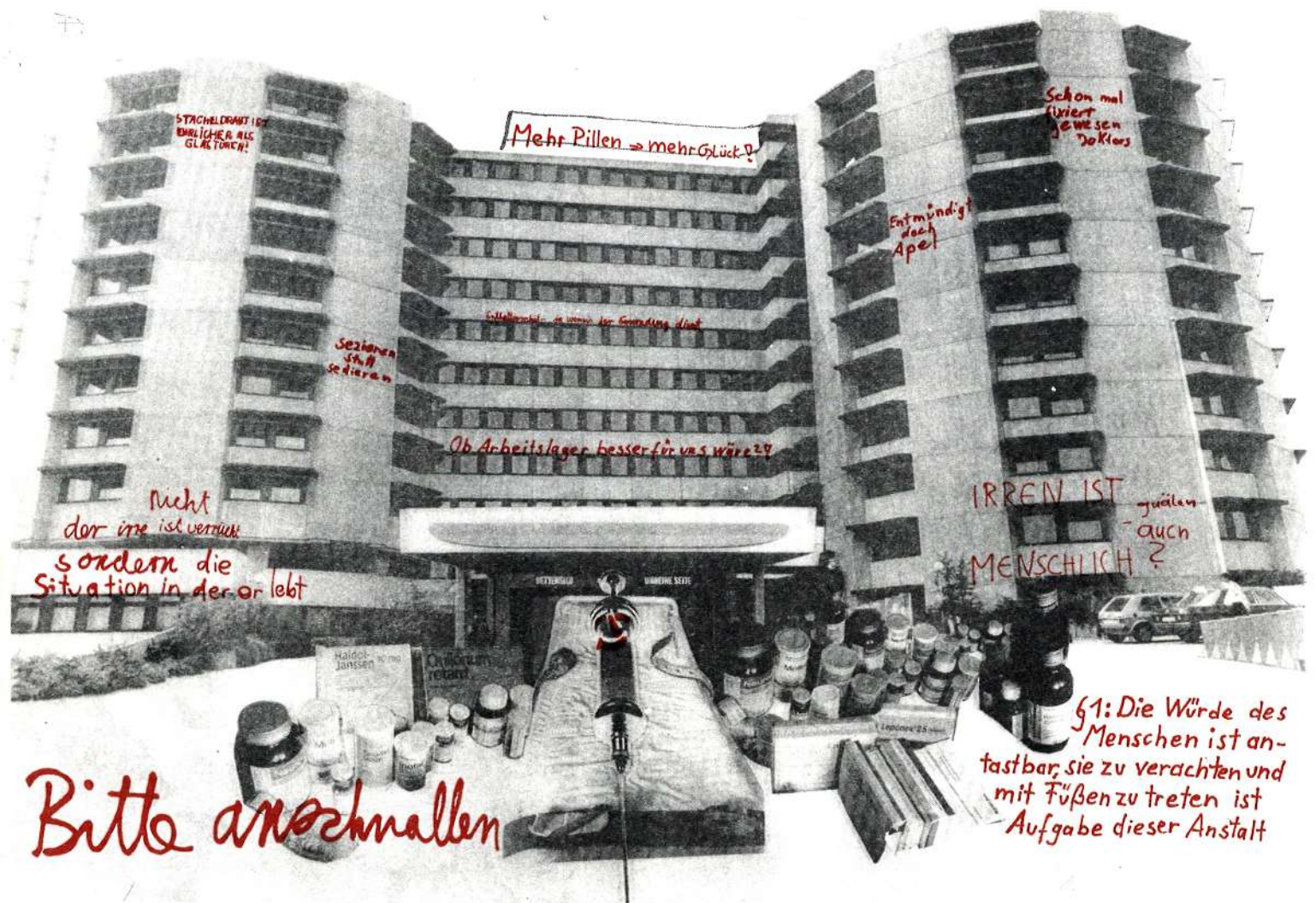
# DER ELLENER BOTE

Hal(1)o hier spricht Peridol  
Psychiatriezeitung für Bremen

Nr.1

3/82

Preis 1.--DM



AKTIONSTAG  
SEX IN OST  
INTERVIEW'S  
SCHAFT DIE KLAPSE AB  
SCHON MAL FIXIRT GEWESEN

# IMPRESSUM

## Redakteure:

Astrid Prause  
Folker Linde  
Michael Jelinek  
Jürgen Gah  
Michael Meyer  
Siegfried Radke  
Rene Talbot (v.i.S.d.P.)

## Freie Mitarbeiter:

Cornelia Krause  
Rudolf Helzel

## Kontaktadresse:

Ellener Bote  
z.Zt.  
Astrid Prause  
ZKH  
Bremen - Ost  
Züricher Str. 40  
2800 Bremen 44

1. Auflage 1000 Stück

Die mit Namen gekennzeichneten Bild- und Schrifttexte geben nicht in jedem Fall die Meinung der Redaktion wieder.

Wir freuen uns über jeden Leserbrief, müssen uns aber aus Platzgründen sinnngemäße Kürzungen vorbehalten.

Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Bilder usw. wird keine Haftung übernommen.

Verantwortlich für den Inhalt ist jeweils der erstgenannte Redakteur.

Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit vorheriger Genehmigung.

Spenden bitte auf das Konto

Abk. 70.325  
B.K.: 290.500.00 .....  
Bremer Landesbank.

(Patienten Konto -  
Stichwort: Ellener Bote)

## Wir über uns

Warum schreiben wir eine Zeitung?

Wir wollen deshalb an die Öffentlichkeit gehen, um damit denen "draußen" verstehen zu geben, daß wir auch Menschen Erster Klasse sind. Durch die Zeitung haben wir die Möglichkeit Vorurteile gegenüber psychisch Kranken abzubauen und gegen den Klinikalltag kämpfen. Wir stehen zu uns und lassen uns nicht durch Kritik anderer verunsichern. Es gibt genug Menschen die organische Krankheiten haben. Genauso wie diese sollen auch unsere Leiden akzeptiert werden.

P.S. Für alle Zuschriften und Leserbriefe sind wir dankbar.



## Bericht über den Aktionstag " Psychiatrie Bremen "

von Michael Jelinek und Folker Linde

Am 9. Dezember 1981 fand zum zweitenmale ein Aktionstag " Psychiatrie Bremen " im Zentralkrankenhaus Bremen-Ost, 2800 Bremen 44, Züricher Str.40 statt.

Das Plenum eröffnete den Aktionstag um 9.00 Uhr im Gesellschaftshaus 1 mit dem Lied - Die Gedanken sind frei-. Nach diesem Lied hielt Frau Wittke eine Begrüßungsrede, indem sie meinte, daß eine Gleichstellung zwischen Körperbehinderten und Psychisch Kranken hergestellt werden müßte, und daß man Psychisch Kranke nicht wie kleine Kinder behandeln sollte.

Hiernach fand ein Rollenspiel, zwischen Arzt und Patient statt, indem klar zu erkennen war, wie -human- doch die Psychiatrie heutzutage sei, früher gab es Wickeltische, heute gibt es die kleinen bunten Pillen.

Nach dem Rollenspiel fand die Diskussion " Osterholz, eine heile Welt? " statt, es berichteten Patienten über ihre Schicksale, auch wurden die beiden Stationen 14 und 15 angesprochen, die dem Gericht zum Teil unterstehen und somit stark aus dem Klinikablauf herausgetrennt werden.

Es wurde auch über die geschlossene Station 81 im Neubau gesprochen, u. a. sprach eine Ärztin wie man es ändern könne, daß man Patienten für gewisse Zeiträume auf der geschlossenen Station 81 einsperren bzw. sichern müsse ?

Auch sprach sich ein Arzt über die Medikation aus, und dieser meinte, da es zu wenig Fachpersonal in der Psychiatrie gebe, und um so mehr ein Arzt im Streß sei, kann es schon mal vorkommen, daß man mehr Medikamente ausgibt, er glaube nicht, daß die Medikamente immer so gegeben werden, wie es sinnvoll ist, es hängt auch davon ab, wie die Ärzte das aushalten können, und deshalb kriegen manche Patienten eben zu viel Medikamente und

würden weniger kriegen, wenn die Ärzte bessere Arbeitsbedingungen hätten, das muß man auch mal so sehen, meinte der Arzt, außerdem würden viele Ärzte in der Gefahr stehen, daß man für die Patienten denkt und das man so die Patienten unselbstständig macht und sie dann auch dafür hält.

Ferner wurde diskutiert, warum die Blankenburger-Gruppe nicht mit Masken und Bildern auf dem Aktionstag erscheinen durften, und was der Verwaltungsleiter vom Kloster Blankenburg wohl zu verheimlichen hätte?

Um 11.30 Uhr wurde die Diskussion beendet und bis 13.30 Uhr war Mittagspause. In dieser Zeit wurden im Gesellschaftshaus 2, Würstchen, Waffeln, Kuchen und Getränke verkauft, was von der Jugendpsychiatrie organisiert wurde. Nach der Mittagspause wurden verschiedene Arbeitsgruppen angeboten: eine Zeitung machen, Rollenspiele, Beratungsstelle - Entlassung, was dann?, Malen - Basteln - Gestalten, Selbsthilfegruppen, Tanz und Gymnastik. Diese Arbeitsgruppen gingen bis 15.30 Uhr. Gegen 16.00 Uhr fand dann ein Abschlußplenum im Gesellschaftshaus 1 statt, u. a. wurde eine Patientenzeitung gegründet, man stellte auch fest, daß Tanz und Gymnastik eine sinnvolle Auflockerungstherapie sei. Ferner wurde beschlossen, daß ein weiterer Aktionstag " Psychiatrie Bremen " im Frühjahr 1982 stattfinden soll. Um 17.30 Uhr war der Bremer Aktionstag zuende, es fand aber noch von 18.30 Uhr bis 21.00 Uhr ein Tanzabend im Gesellschaftshaus 1 statt, die Blankenburger waren leider nicht mehr dabei, - der weite Heimweg -, aber auch die beiden forensischen Abteilungen 14 und 15 waren wieder einmal nicht vertreten.

## Osterholz- eine heile Welt?

### Pressekonferenz zum Aktionstag in Bremen/Ost

-----  
Bärbel Rohner Berichtete

Bärbel war eine der Organisatorinnen und Mitgestalterin des zweiten Aktionstages in der Psychiatrischen Klinik des Zentralkrankenhauses Bremen/Ost, der am 9. Dezember 1981 stattfand. Auf der Pressekonferenz erstattete sie Bericht über ihre Erfahrungen und beantwortete den Reportern der Zeitung und von Radio Bremen anschließend einige Fragen. Bremen/Ost- eine heile Welt?



"Dies soll eine Art Bericht sein über Bremens Kliniken aus der Sicht einer Patientin. Dies zur Einführung. Sei es "Ost", "Links der Weser", "Diako" oder "St. Jürgen-Str.", das sind die einzigen, die ich bisher kennenlernte. Ich bin seit 17 Jahren Wahlbremerin, ansonsten aus Hannover.

Zurück zu "Osterholz": Die Probleme werden einem voll abgenommen. Man hat satt zu essen, reichlich und gut. Es sind für alle Probleme genug Ärzte, Schwestern, Pfleger, Sozialarbeiter da. Für jedes noch so geringe Problem ist jemand erreichbar oder ansprechbar.

In einem bestimmten Rhythmus, einem regelrechten Zyklus, trifft man alle Frauen und Männer, die je mit der Psychiatrie zu tun hatten, wieder, d.h. die, die hier behandelt wurden. Man erschrickt, wenn man sich selbst wiedererkennt, entweder im zerrissenen Zustand, überschäumend fröhlich, weinend, hektisch, hysterisch-eben problembeladen. Ach, es gibt so viele Arten und Unarten, die alle psychisch Kranken an sich haben, natürlich ungewollt. Krank, oftmals schwerkrank ist jeder, der hier in "Ost" behandelt wird. Es sind zum größten Teil Patienten, die vom behandelnden Hausarzt oder Nervenfacharzt eine Einweisung erhalten.



Bis es soweit ist- oder wieviel der Kranke schon durchgemacht hat- dazu gehört sehr viel Schweres, bis der Patient sich seelisch darauf eingestellt hat, freiwillig diesen Schritt zu tun, in die Klappsmühle zu gehen. Oh, es gibt so viele schöne Ausdrücke hierfür. Loch wie bedauernswert sind die Leute- oder peoples, egal wie man sie nennen möchte- die eine Einrichtung wie dieses Krankenhaus so betiteln. Welches Verbrechen begeht ein Hausarzt oder egal welcher behandelnde Arzt außerhalb der Klinik. Ich habe Frauen erlebt, die sich ihren Stoff- sprich Valium, Maldol, Lapotum-Spritzen, Imap usw., schwere Schlafmittel- so besorgten, indem sie von Arzt zu Arzt liefen und ihre Symptome schilderten. Dann soll jeder dankbar sein, der in dieser Klinik behandelt wird..."

Frage eines Reporters: Wie lange liegen Sie hier im Krankenhaus?

Bärb.: 7 1/2 Wochen.

## Aus der Zeitung zum Titelbild

die sprüche auf dem titel-  
bild sind ja ganz schön hart.  
sie wurden im sommer von un-  
bekannten auf dem gelände  
gesprüht, rene hat davon ei-  
ne dokumentarische kollage  
gemacht (siehe bericht "bil-  
der machen im ostblock"). was  
von den sprüchen zu halten ist,  
bleibt jedem selber überlassen;  
bei uns in der redaktion gab  
es dazu sehr unterschiedliche  
stimmen; um aber nicht alles  
vorzukauen, teilt eure meinung  
uns doch mit! wir rechnen mit  
leserbriefen! die redaktion

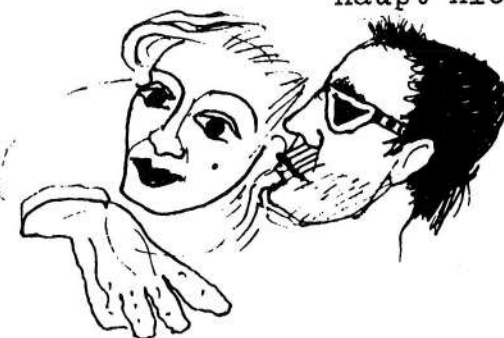
## Bilder machen im Ostblock

im sommer 81 wollte ich  
meinen freund rolf j. in  
bremen ost besuchen und  
konnte mich dabei über die  
vielen gesprühten sprüche  
dort freuen. sie regten  
mich dazu an, eine photo-  
kollage von der anstalt zu  
machen. deshalb holte ich  
mir von der klinikleitung  
die genehmigung, am nächsten  
tag auf der 81 innenaufnah-  
men zu machen und den "ge-  
rätepark" zu photographie-  
ren. als ich dies dann tun  
wollte, war der stations-  
pfleger von der neuen schicht  
nicht informiert, war aber  
dann auf einmal sehr hilfs-  
bereit, als der oberarzt  
die genehmigung telefonisch  
bestätigte. seine ganze ab-  
neigung gegenüber der photo-  
graphiererei kam dann aber  
schnell heraus, als ich,

wie am tag zuvor besprochen,  
die anschnallgurte, sprit-  
zen, tabletten und einen  
(abgedeckten) entmündigungs-  
beschluß aufnehmen wollte.

"das zeig ich nicht, das  
können sie nicht photogra-  
phieren, dann soll das der  
oberarzt selber zeigen".  
also den oberarzt holen.  
der mußte ja nun zu seinem  
wort stehen und die pein-  
liche situation entstand,  
daß die kliniksautorität  
als verbündeter des (ehe-  
maligen) patienten sich  
dem trotzigem pfleger  
stellte. "wir stehen doch  
zur gewalt in der psychia-  
trie, wir wissen doch, daß  
es zur zeit eben nicht an-  
ders geht", meinte der arzt;  
inzwischen wurden die nöti-  
gen aufnahmen gemacht und  
der stationspfleger saß  
schmollend in der ecke.  
"warum nehmt ihr nicht das  
aquarium auf, etwas fröh-  
liches und schönes hier,  
warum kommen sie an den  
ort dieser schlechten er-  
fahrung zurück, das ist ja  
krankhaft". daß sich hier  
der schrecklichste teil  
meiner geschichte ereignet  
hat und ich dies dokumen-  
tieren wollte, konnte über-  
haupt nicht einleuchten.

rene talbot



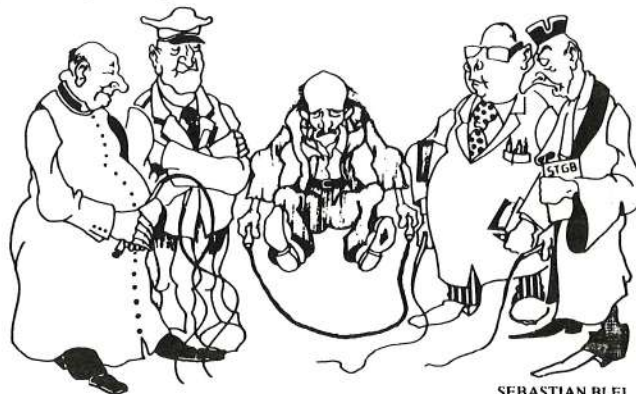


wie bist du verrückt geworden?  
 alle wollen es wissen.  
 vor allem die studierten, die ärzte.  
 wenn sie ganz progressiv sind, dann  
 sagen sie, sie seien auch verrückt,  
 aber trotzdem bist du nun amtlich  
 verrückt, eingewiesen, festge-  
 schnallt, vollgepumpt, entmündigt,  
 zusammengeschlagen.  
 und das ist entscheidend-  
 wie wir behandelt werden:

- aussonderung der entarteten-  
 wer auffällig ist wird abgeschoben.  
 die normalen haben keine probleme  
 mehr mit dir, sie zahlen halt dafür  
 über die krankenkasse, deshalb  
 sollte das auch alles nicht zu  
 teuer sein. deshalb heute die fort-  
 schrittliche medizinzwangsjacke,  
 deshalb alle möglichen therapiemo-  
 delledeshalb die suche nach den  
 gründen von verrücktheit. weil wir  
 ja 'geheilt' werden müssen, oder zu-  
 mindest billig untergebracht sein  
 sollen. denn die endlösung hatten  
 wir ja schon. alles drum rum scheint  
 mir weinerliches getue gepaart mit  
 gutem willen selbstlos zu "helfen".  
 aber festgeschnallt wirst du trotz-  
 dem, vollgepumpt, behütet und ver-  
 wahrt. von leuten mit denen du vor-

her nie etwas zu tun hattest. von  
 spezialisten, experten die ahnung  
 haben, die machen das ja jeden tag!  
 wird das anders durch bessere be-  
 ratung - überall psychater?  
 bestimmt nicht! denn solange es eine  
 psychiatrie gibt werden leute hin-  
 geschickt, eingewiesen, behandelt,  
 oder wollen selber hin, weil sie ja  
 alle verantwortung einem nimmt, da  
 du dich um nichts mehr kümmern mußt.

psychiatrie ist eine gesellschaftliche  
 erscheinung; vor 150 jahren gabs noch  
 keine, da mußten die menschen mit  
 ihren verrückten leben, sich mit ihnen  
 auseinandersetzen. so kann das erst  
 wieder werden, wenn alle klapsen end-  
 gültig abgeschafft sind. rené



SEBASTIAN BLEI

Das Leben in der Psychiatrie ist mitunter ein schreckliches Erlebniss für dich. Du bist wie allein gelassen, Warum könntest du dich auch irgendeiner Person anvertrauen du kennst doch noch niemand. Deine Verwandten haben dich wohlmöglich verlassen, deine Welt hat sich dir entfremdet, und dieser Natur findest du keinen Ausweg aus deiner mißlichen Lage. Du leidest unter schwerem seelischen Druck, den nur du kennst. Dein Leben ist plötzlich trist geworden, und das weißt du nur zu gut. Doch denke einmal nach, bist du wirklich so allein? Doch, wirst du antworten, und trotzdem will ich dir Glauben machen das es nicht so sei, den es gibt viele zehntausende, die ein gleiches Los erleiden, die deine Sorgen gut kennen, weil sie ebenso leiden wie du. Doch wie könntet ihr eure Situation verändern? Ihr habt eine ganz bestimmte und schwere Last zu tragen, wie könnt ihr euch Erleichterung verschaffen, wie könnt ihr euch davon befreien? Die meisten Bürger bedauern die Welle der sich steigernden Gewalt, die unter den Menschen herrscht, unter der die Menschheit zu leiden hat. Was ist denn das, wirst du dich fragen, wir sind doch keine Gewalttäter und wir Kranken sowieso nicht. Ist es denn gut, das wir kranken uns durch Terror und Gewalt Befreiung verschaffen, nein Gott bewahre. Trotzdem hat ein führender Psychiater einmal bedeutet, das Gewalt für uns gut sei, randalieren sei gesund und befreit von seelischem Druck. Die Gesellschaft muß ihren angestauten Agressionen Luft machen. Er machte weiter geltend, das in Belfast während der Tumulte, bei denen die Randalierenden überwogen, die Zahl der depressiven Krankheiten unter den Randalieren zurückging, wobei bei denen, die sich zurück hielten die Neurosen vermehrt auftraten. Als diese Auswüchse von der Regierung verboten wurden, meinte dieser Psychiater, das seine Regierung zweifelsohne psychiatrische Hilfe benötigte! Wenn dem Rat eines



Volkstied



Froh zu sein



bedarf es wenig



und wer froh ist



ist ein König



Psychiaters, eines Soziologen und Psychologen ebensoviel Bedeutung würde wie dem eines Mathematikers würden wir uns nicht enttäuschen lassen. Psychologie ist die Erkundung des seelischen Phatmas des Menschen. Hast du dich schon einmal gefragt: „Kenne ich mich wirklich wie ich selbst bin?“ „Weiß ich wirklich was in mir vorsichgeht, wenn ich krank bin?“ Warum, wirst du dich fragen, dazu sind doch die Ärzte da, die haben doch studiert. Eine große Hilfe wird es jedoch sein, wenn du dich selbst einmal erforschst, denn das würde eine Erleichterung der Arbeit des Psychiaters bedeuten. Die Psychologie ist die Lehre von der Erkundung der Seele des Menschen, ihr Verhältnis zum Körper und zur Umwelt, zur Deutung des menschlichen Verhaltens. Die Psychiatrie könnte zu einem Teil der Philosophie werden. Stelle dir vor, du gingst zu einem Philosoph anstatt zu einem Psychiater, bedenke das ein Psychiater ebenso ein kleiner Philosoph sein kann, störe dich nicht daran würdest du dich ihm dann trotzdem anvertrauen? Kannst du dich ganz und gar einem Psychiater anvertrauen, bestimmt doch! Sieh mal, ein Arzt hat über viele Semester studiert, um dir ganz allein helfen zu können. Vertraue dich deinem Arzt an nimm all deinen Mut zusammen, schildere ihm ausführlich dein Leid und mehr noch, zeige ihm, das du wieder ganz gesund werden willst. Arbeite im Vertrauen auf ihn mit ihm zusammen, habe auch etwas Vertrauen, wenn du deine Pillen nimmst. Sprich mit deinem Arzt über dich, versuch dein Handicapt darzustellen, das wird zweifels-ohne ein roter Faden für ihn sein. Schildere ihm dein Millieu, denn durch eine gute Zusammenarbeit mit deinem Doktor wirst du dir sogar selbst helfen, lege ihm immer dar, wie es dir geht. Und vielleicht hättest du draußen keine Möglichkeit mit jemand zu sprechen, denn du warst bestimmt draußen bis zu einem bestimmten Grad allein, warst isoliert. Wenn du Personen,

die dich ansprechen, weil die Einsamkeit auch in den Augen der anderen scheußlich, ebenso anspricht, kannst du die Grenzen deiner Einsamkeit durchbrechen, sprich sie also an, unterhalte dich mit ihnen, das kann dir helfen über dein seelisches Leid hinwegzukommen. Ich wünsche allen, das sie ihr Leid vergessen, und recht bald wieder gesund sind!

Michael Meier



Großes Haus und weiße Wände,  
viel Betrieb, Kein Werksgelände.

Pfleger, Ärzte und Patienten,  
Krankheit muß sich hier bewenden.

Bist du Klein und neu im Haus,  
Ärzte machen dir was draus.

Halodol nach Psychosen,  
Neurozil und andre Dosen.

Bunter Reigen vom Tabletten,  
kannst dich wirklich nicht mehr retten.

Gehts dir besser, au wie fein,  
wirst du bald zuhause sein.

Michael Meier

## interview mit herrn südmeier

Frage: Was sagen Sie zum Aktionstag? -  
Da ich Frühschicht hatte, habe ich nur vom "Hörensagen" etwas mitbekommen. Ich bin dafür, daß nochmal solch ein Tag gemacht wird, um die Psychiatrie real darzustellen.

Frage: Was halten Sie von unserer Patientenzeitung? -  
Ich finde es gut, daß die Patienten selbst die Initiative ergreifen zur Selbsthilfe; daß die Patienten die Öffentlichkeit informieren, daß die Psychiatrie nichts zu verbergen hat.



Frage: Würden Sie die Aktion unterstützen? -  
Ja, ich unterstütze die Aktion, weil das genauso Kranke sind wie andere auch und nicht daß man sie abschiebt in Anstalten.

Frage: Wie finden Sie unseren Titel? -  
Ich hätte einen anderen Titel gewählt, der sagt mir nicht zu.

BRAND UNTERM HUT des Stationspfleger auf der 73

# interview mit oberarzt dr. werner

Frage: Herr Dr. Werner, was halten Sie von unserer Zeitung? -

Ja, ich kenne Eure Zeitung noch nicht, ich kenne von anderen Kliniken Zeitungen, wie auch den "Ausblick" und ich hab große Hoffnung drauf, daß Ihr auch 'ne schöne Zeitung zuwege bringt

Antwort: Ja, das tun wir auch, wir sind schon fleissig dabei, jetzt treffen wir uns jeden Montag... und würden Sie das weiter fördern, unsere Zeitung? - Also, ganz bestimmt! Wobei ich nicht so genau weiß,

we man jetzt von meiner Seite aus fördern kann, aber ich find eine Zeitung hier im Krankenhaus, gemacht von den Patienten, eine ganz tolle Sache ... weil sie ein Stück Öffentlichkeit schafft für die Dinge, die's hier gibt, weil auch mal unbequeme

Kritik durchaus zu Worte kommt und weil es sicherlich ein Stückchen das Selbstbewußtsein und auch was wie Selbsthilfe unter den Patienten unterstützen und fördern kann.

Antwort: Ja, und genau das wollen wir ja auch erreichen, und wir haben 'nen Titel für unsere Zeitung langsam zusammenbekommen... Dr. Werner: Wie heißt'n der Titel, darf man den schon wissen, oder ist das geheim?

Antwort: Nein, das ist nicht geheim; der Ober-titel soll heißen "Der Ellener Bote" und als Untertitel "Halo hier spricht

Peridol".

Dr. Werner (lacht): gut!

Ja, dann bedanke ich mich und geh mal zum Nächsten!

# mehr Sex in Ost



wir sollten stufenweise reformieren:

1. 1mal pro woche wird die medizin abgesetzt und jeder darf dann mal mit sich oder dem wunschpartner.dafür wird dann eine sogenannte knutschzelle mit flauschiger musik,breitem bett,warmer beleuchtung,blick in den park eingerichtet.für autosexuelle gibt-s ne peepshow (abwechselnd männlich / weiblich) und haufenweise pornos.
2. die ausstattung wird verdoppelt und die '-darf zeitenhalbiert.also 2mal die woche.zusätzlich gibts das kontaktblatt bremen ost.auch die ärzte,pflegerund schwestern werden von ihren therapeutischen pflichten entbunden falls sie sich in schutzbefohlene verlieben.
3. bremen ost wird durch mehrere sicherheitsschleusen gesichert.denn in der letzten stufe werden alle hemmenden medikamente abgesetzt und dafür verhütungsmittel ausgegeben.jeder zweite raum wird zur knutschzelle oderknutsch-

wiese. Text und Layout René Talbot



# STIMMEN ZUM AKTIONEN

Frage: Was denken Sie an diesem Aktionstag heute?  
- Patient: Iuh? Daß das alles Murks ist! Ich werd da gleich mal wat zu sagen hier von wegen Osterholz "heile Welt"!

Frage: Wie finden Sie den heutigen Aktionstag?  
Patient: Sehr gut, weil dort Sachen zur Sprache kommen, die man sonst nicht auf die Tagesordnung setzt. Hier wird mal Fraktur geredet, hier geben auch Leute zu, was sie eigentlich sind, weshalb sie hier sind - und das ist doch im Grunde genommen sehr wichtig, daß man sich selbst erkennt und daß man nicht immer selbst auch Vorurteile aufbaut gegenüber anderen. Das halte ich für sehr wichtig, daß wir hier Vertrauen zueinander haben und auch merken und wissen können, daß wir uns eventuell selber einmal im Leben helfen können...  
Man sollte hier schonungslos seine Lage offen darlegen, denn nur so kann man sich selber helfen... es ist ja nichts Negatives. Diese Angst müßte man abbauen.

Frage: Wie finden Sie das Psychiatrie-Milieu?  
Patient: Bremen-Ost speziell ist sehr schön, ist gut, nur könnte man einiges wesentlich besser machen, z.B. das neue Klinikgebäude, das sollte man nicht grau belassen, das sollte man mit grellen Farben ruhig anstreichen, damit es etwas mehr Ruhe ausstrahlt, denn dieses Grau macht krank. Beton macht krank!

Frage: Wie finden Sie diesen Aktionstag hier?  
- Bernd Patient: Bis jetzt ganz gut. Ich finde es gut, daß überhaupt 'n Aktionstag gemacht wird; weil das Leben überall so eintönig ist, und das ist mal was anderes, da kommt man mal raus, da kann man mal reden, da kann man was machen. ... Ich bin dafür, daß die Leute viel mehr zusammenhalten und daß die Öffentlichkeit auch mit den psychischen Kranken zusammenarbeitet und - ja - zusammenlebt, richtig ganz normal.

Frage: Wären Sie der Meinung, daß man ab und zu ruhig das durch die Presse schreiben könnte?  
Herr Baumann: Ja, schön wäre es, wenn das gar nicht nötig wäre, die Presse einzuschalten, wenn das ganz natürlich wäre! Ich bin auch dafür, daß die Arbeit vielleicht besser wird, die Arbeit in der Psychiatrie. Mit der Beschäftigungstherapie, mit dem Basteln - das geht ja noch einigermaßen, aber die Arbeitstherapien - da müssen auch noch mehr Neuerungen gemacht werden!

Frage: Woran denken Sie heute am Aktionstag?  
Patient: Woran ich denke? Ich hör mir das erstmal an, ich will mich ein bißchen informieren, was hier überhaupt so los ist. Ich bin hier hin gekommen ohne bestimmte Vorstellung von dem Aktionstag. Ich hab das noch nie mitgemacht.  
Frage: Sind Sie der Meinung, daß man sowas ab und zu ruhig durch die Presse bringen kann?  
Patient: Ja, könnte ruhig, damit draußen ruhig mal erfahren wird, wie's uns hier geht!

Die Fragen stellte John Prigge während des Aktionstages

Frage: Was für'n Eindruck haben Sie heute am Aktions-tag?

Dr. Kruckenberg: Na, ich freu mich, daß so sehr viele Patienten hergekommen sind, ich glaube auch, daß ein paar Angehörige gekommen sind und einige auch, die gar nicht mehr im Krankenhaus sind. Und ich find es auch gut, daß die Blankenburger gekommen sind, wobei mich ein bißchen beunruhigt, daß die Schwierigkeiten hatten, ihre Arbeit hier offenbar so vorzubereiten, wie sie sich das vorgestellt haben. - Ich hoffe, daß wir es mit diesen Aktionstagen erreichen, daß die Patienten selbst die Öffentlichkeit informieren über ihre schwierige Situation und draußen 'n bißchen Bereitschaft erzielen, sich mehr für sie einzusetzen und Möglichkeiten zu schaffen, daß viele, die jetzt noch im Krankenhaus sind, in absehbarer Zeit draußen leben können. ... Ich hoffe, daß die Patienten vor allem es schaffen, diese Aktionstage in Zukunft draußen zu machen, so daß wir damit auch mehr Leute ansprechen.

Frage: Frau Doktor, wie finden Sie diesen Aktionstag?  
- Ganz toll! Ich find das unheimlich gut, daß das hauptsächlich von Patienten organisiert ist, und ich komm aus der Beratungsstelle und wir haben eigentlich gehört, daß wir eigentlich gar nichts da zu tun haben, daß wir vielleicht Informationen anbieten können, daß wir aber bei der Mitgestaltung gar nichts zu sagen haben - und das ist schon etwas, was neu ist hier in der Klinik, und das find ich unheimlich gut. (Frau Dr. Ermer-Externbrink)

Frage: Was für'n Eindruck hinterläßt Ihnen heute der Aktionstag?

Frau Konakiewicz, Laienhelferin: Ich bin jetzt vor kurzem erst gekommen, kann mich aber an den letzten Aktionstag erinnern - ich finde es sehr gut, dieses offene Vorstellen von Patienten, und daß sie ihre Ängste, Freuden, Abneigungen und dergleichen hier darstellen können. Ich freu mich, daß auch so viel Mut da ist bei den Patienten, sich vor einem so großen Gremium sich zu äußern - also ich selber hätte weniger den Mut, ich würde knallrot werden und heiße Hände kriegen. ... Wenn ich an den letzten Aktionstag denke, hat's mir sehr gut gefallen: ich hatte den Eindruck, daß vieles gesagt und getan wurde, was sonst nicht gesagt und getan wird.

Frage: Wie ist Ihre Meinung zum heutigen Aktionstag?

R. Dietrich, Sozialpädagoge: Ich halte diesen Aktionstag für sehr gut, bin der Meinung, daß die Beteiligung bisher ganz hervorragend ist und hoffe, daß am Nachmittag in den Arbeitsgruppen eine ähnlich gute Beteiligung stattfindet.

Frage: Sind Sie auch der Meinung, daß man sich an die Presse wenden sollte?

Herr Dietrich: Auf jeden Fall sollte man sich auch an die Presse wenden, damit die Öffentlichkeit auch ein bißchen mehr erfährt, wie das Leben in der Psychiatrie ist, welche Probleme die Patienten haben, welche Fortschritte bestehen und welche Probleme es vor allem gibt mit dem Wiedereinstieg in das Berufsleben, in das Alltagsleben draußen. (...)

## TAG

Psychiatrie:

# Zwischen „Traumland“ und „Knast“

Bremen, 17.12. (taz) - Aktionstag in der Psychiatrie des Zentralkrankenhaus Bremen-Ost (ZKO) im Stadtteil Osterholz. 450 Patienten wollen die „normale“ Öffentlichkeit über sich informieren, und zeigen, daß „wir auch Menschen erster Klasse sind und etwas auf die Beine stellen können“. Doch die Patienten blieben abgesehen von einigen Freunden und Angehörigen, weitgehend unter sich, was jedoch nicht bedeutet, daß die Patienten ihre Situation in der Klinik ähnlich erfahren. Die Beziehungen für diese Mammutinstitution reichen von „Knast“, bis „Traumland“.

Die Öffentlichkeit hatte offenbar Konfrontationsangst, bezeichnend dafür, daß die Einweisung in eine psychiatrische Klinik für den Patienten mit Isolation und Vereinsamung verbunden ist. Viele werden von Freunden und Verwandten gelassen. „Mein Mann hat meinen Kindern verboten, mich hier zu besuchen. Die sollen mich hier nicht sehen“, sagte eine 36-jährige Frau, für deren Erkrankung die Ärzte das Wort „Schwangerschaftsneurose“ fanden.

Mit Hilfe einiger Ärzte und Schwestern hatten die Patienten ein buntes Programm organisiert: Rollenspiele, Anfertigen einer Patientenzugung, Tanz und Diskussionen über das Leben in der Psychiatrie. Und die wurden dann auch sehr kontrovers ausgetragen. Viele Patienten, manche lehrreich, mußten große Ängste überwinden, als sie am Mikrophon über ihre Krankheit, ihre Ängste und Schweregezeiten berichteten. „Wir reagieren eben sehr empfindlich auf das, was wir draußen erleben. Eigentlich sind wir doch normal und die draußen krank. Was passiert, wenn wir in diese rasende Welt wieder zurückkommen? Wir werden wieder rückfällig“, so ein 30-jähriger Mann, der früher in einem Reclormhaus gearbeitet hat und freiwillig nach Osterholz gegangen ist.

Frau unterbrach: „Was laßt ihr euch vollkloppen mit Lachblut? Was soll die ganze Scheiße? Ich komme wieder hierher zurück. Ich will nach Hause, ich will hier sein.“

„...ein Schönmix aus Valium, Tavor und Halböl“

Klaus, Anfang 30, war früher in der Szene und ist schon häufiger in Osterholz gewesen. Er schildert seine Eindrücke und Erfahrungen: „Ich bin schon eine Weile vorher so runtergeklippt und bei den Leuten, mit denen ich zusammen war, irgendwie aufgefällt. Ich hab schon mit gekriegt, daß die anderen sich wegen meiner Unruhe geängstigt haben. Die haben dann in Bremen-Ost mal angerufen. Da hab ich sie angesprochen und gesagt, ja klar, könne wir hingehen. Ich will euch beweisen, daß ich normal bin. Der Psychiater soll mich für Normal erklären. Im Gegenteil, eher kommt man dem klammern, daß er verückt ist. Mit drei, vier Leuten sind wir dann am nächsten Tag da hingefahren zu L., ins Arbeitszimmer. Ich hab da was vorgelesen, was ich mitgebracht hatte, und hatte kaum was gelesen, da meinte der L., ja, ich wäre ein Fall für die Station. Das hat mich durchgefallen. Du bist stark, zeig Deine Patienten gezeigt. Und dann ist er auf den L. losgegangen und hat den an der Gurgel gepackt. Das wollte ich auch wieder nicht, und bin hin, hab den so gestreichelt und über den Kopf geführt, und irgendwie muß der Arzt schon auf dem Alarmknopf gedrückt haben. Jedenfalls kamen dann sieben Pfleger und haben den fast zusammengepackt, jedenfalls festgenommen. Wir haben uns dann nochmal losgerissen und gezappelt. Ja, und dann wirst du aufs Bett geschmitt. Dann war ich das erste Jahr,

also 78, fast zehn Wochen auf der 81 (akute Psychiatrie, Aufnahmeabteilung), die ist im achten Stock. Ich hab dann meine Zwangseinschließung gekriegt. Und wenn du dann festgeschmitt wirst und dilligst und kriegst dann die Spritze... Dann kriegst du so'n Schönmix aus Valium, Tavor und Halböl. Ich weiß nicht, was die am Anfang II. Stock draufhauen. Und mit der Geschlossene Tage bewußlos. Und mit der Geschlossene man gehalten, wie das Vieh. Da kommt dann auch eigentlich niemand hin. Du kannst nichts machen, dir wird das Essen hingestellt und wieder weggetragen. 79, als ich wieder hier war, da hab ich in der Zeit sieben bis zehn Kilo abgenommen. Ich bin dann immer wieder ausgerückt, weil ich kein Licht mehr gesehen hab. 78, da waren die voll drauf, da wollte mich der Oberarzt schon entmündigen. Aber meine Eltern haben nein gesagt. Die Schublade, die sie im ersten Jahr für mich hatten - ich hatte ja einen nichterlichen Einweisungsschluß - dieses Schizophrenie. Das Jahr darauf hab ich sie nur dann eine altpsychische Psychose bescheinigt. Bei den Medikamenten ist man extrem lahmgelegt, in seiner ganzen Körperlichkeit. Man sabbert, man ist völlig weggetrieben. Das siehst du den Leuten auch an.

Eine Psychiatrie darf es meiner Meinung nach nicht mehr geben. Nur dann kann man nicht mehr abgeschoben werden. Nur dann müssen sich die Leute, mit denen man zusammenlebt, auch mit einem auseinanderzusetzen. Wenn du in der Psychiatrie bist, wirst du abgefüllt, ist egal was du machst, alles egal. Du bist ausgehoben. Es ist für mich die einzige Alternative, daß die Institution Psychiatrie zerfällt. Es geht mir nicht darum, rauszukriegen, warum ist ein Verückt geworden, wie genau Verücktheit definiert wird. Es geht darum, wie man mit Verücktheit umgeht. Das ist das Entscheidende. Dies hier ist psychisch und physisch repressiv“



Januar 1978

der schnee knirschte unter meinen füßen, die bäume standen bizarr in der gegend. aus der ferne sah ich diesen zementkasten da stehen, fest verankert. keine meinung. links in der hand eine reisetasche, die schwer an mir hing. ein bleiernes gefühl. angst, zweifel und unsicherheit. der parkplatz voller blechkisten, keine lücke für ihre. verdammt, dann eben nicht. bekommen wir ein strafmandat. das macht auch nichts mehr. "also weißt du, sieht doch aus wie ein ferienzentrum", sagte sie. puh, auch eine meinung, die hat nerven. wie das wohl da drinnen aussieht, bestimmt mit swimmingpool, disco und portiere. ich drücke auf sieben, ein anderer blechkasten befördert uns nach oben. viele farben flimmern vor meinen augen, grün, grelles licht, bilder, weiße kittel, nummern auf durchsichtigen schildchen. ob ich jetzt auch wohl ne nummer werde. "guten abend, frau doktor, ja, meiner freundin gehts nicht gut. sie spricht nicht mehr, verweigert das essen, wäscht sich nicht die haare, macht gar nichts. helfen sie ihr, frau doktor, meiner freundin."

in einem zimmer vier betten, weiß gekleidete frauen, alle alt. oh gott, das sind ja leichen, nein, hier bleib ich nicht, freundin. das kannst du nicht mit mir machen. laß mich nicht allein. bitte bleibe bei mir. aber dann ging sie doch. ich stand da, umgeben von getünchten wänden, ein gestell, das sollte wohl das schlaf-lager sein. ruhe, unheimliche stille. die tasche stand da mit waschzeug und hemden. ich brauche das alles nicht, will zurück. aber nein, das ging nicht klopf, klopf, eine truppe von weißen gespenstern kam. weiß scheint hier die Lieblings-farbe zu sein. warum hatte ich keine farben, rot, gelb und blau. hätte ich doch schminke für die vögel gehabt. also dann ohren aufgesperrt. was wollen sie von mir wissen, frau doktor. nichts kriegen sie aus mir heraus, die gedanken sind doch frei, und so bleibt mir doch überlassen, was und



wie ich denke. lassen sie mich bloß in ruhe. nichts werden sie hören, gar nichts. es ist

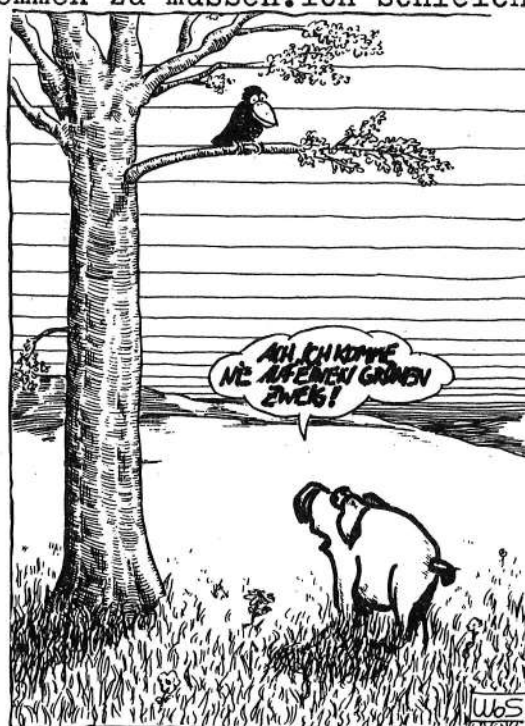
mir egal, was sie sagen, und meine haare wasch ich auch nicht, meine zähne sind von natur aus weiß, die putze ich auch nicht. das schreckgespenst klopft hier und da. kniesehnenreflex nennt man das wohl.



*„Wenn ihr Schluß habt vor der Freiheit, geht zurück in euren Stinkstall und laßt euch verurteilen.“*

anbeugen, ha, ha, ha, es zuckt. also, was wollen sie eigentlich, bin doch gar nicht krank. herz abklopfen und dieser ganze kram. was soll das. sie schließt die tür, gerade rausgetreten, kommt schon wieder so'n weißer flattermann angescheucht. pillen nehmen, puh, alle farben, ganz viele. "nehmen sie die mal, die werden ihnen gut tun." ich nehme die ganze dröhnung, ist doch nicht schlimm. und die tollen nebenwirkungen. am anderen tag. "flieg, vogel flieg zum himmel. nein, fliegen ist anders, ich schwebe ja. wohin nur, der

wolkenfesthalter hat dich gemacht. die pforten sind zu. also schwebe ich auf diesem planeten, den man wohl "erde" nennt. kugel über den flur und warte. die flimmerkiste schreit aus dem raum, die farben sind jetzt anders. musik zwei, drei, vier. ach ja, so ist das also. die tage vergehen mit pillenschlucken, fressen und penäen. also du, das gibts doch gar nicht, dick bin ich geworden, torkel durch die gegend und plumps, da fall ich hin. kurz mal ein gespräch mit frau doktor. "ist doch ganz schön bei uns nicht wahr." aber denkste, die zeit vergeht, und als souvenir dieses bunkers nehme ich speck mit. so war das also. sieben wochen station, kein feriententrum, schade. war wohl nichts. aber ihr werdet mich nicht mehr sehen. stürze mich in das graue alltagsgewimmel und baue schneemänner. bin abgesprungen und hoffe nichtemehr, hierher kommen zu müssen. ich schleiche



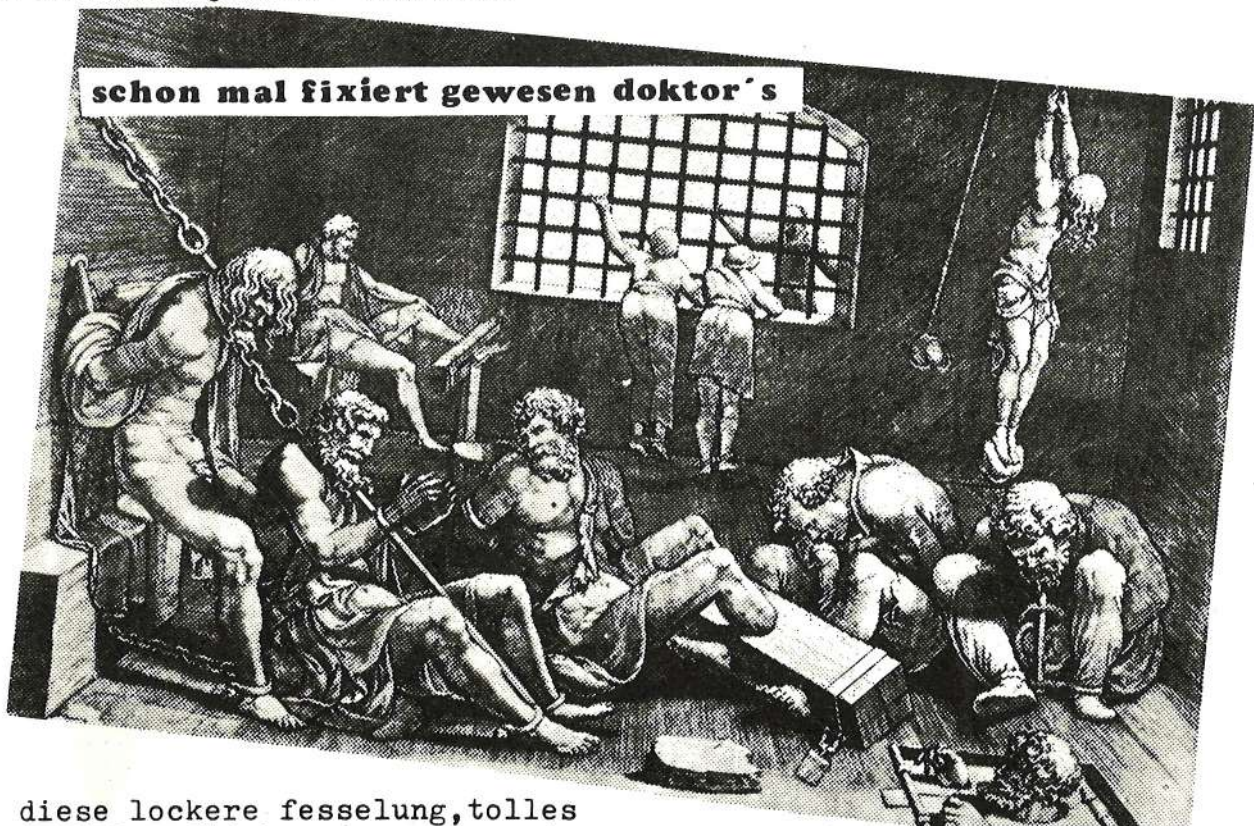
nicht mehr zu euch.draußen ist  
es doch viel besser.aber ich  
bin ein chaot,ein total chao-  
tischer mensch,lebe mit meinem  
naiven glauben an petrus.genau  
nach einem jahr alltagstrubel  
öffnet mir der pfortner wieder  
die türen."guten tag,bin wieder  
zurück".das muß wohl so sein.ich  
kann das alles nicht packen.  
schade,frau doktor.ich finde  
mich mit mir und der krankheit  
ab,aber jetzt mache ich richtig  
"therapie" mit,um wieder,nach  
ein paar wochen,zurück zu gehen,  
um kleine brötchen zu backen,  
obwohl mir sahnertorte viel  
besser schmeckt.aber die kann  
ich nicht herstellen,bei der  
glasur zittern mir die hände.  
ob ich mich jemals "anpacken"



kann,aber das weiß nur der da  
oben.heute hat er mir doch tat-  
sächlich ins ohr geflüstert:"du  
schaffst das eines tages.

bestimmt!"

astrid prause



diese lockere fesselung,tolles  
gefühl,endlich ganz entspannt  
flach daliegen,eine freundliche  
stimme fragt"wie gehts uns denn  
jetzt",die decke,dieses beruhig-  
ende weiß,endlich alleingelas-  
sen,blöde,daß sie gerade jetzt  
urinieren müssen,-macht nichts,  
laß laufen- schön warm und feu-

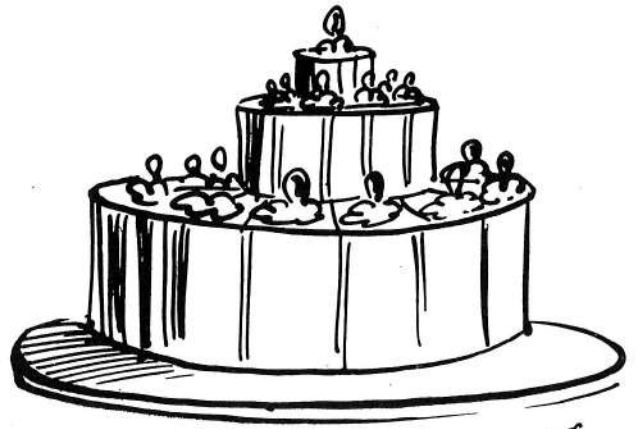
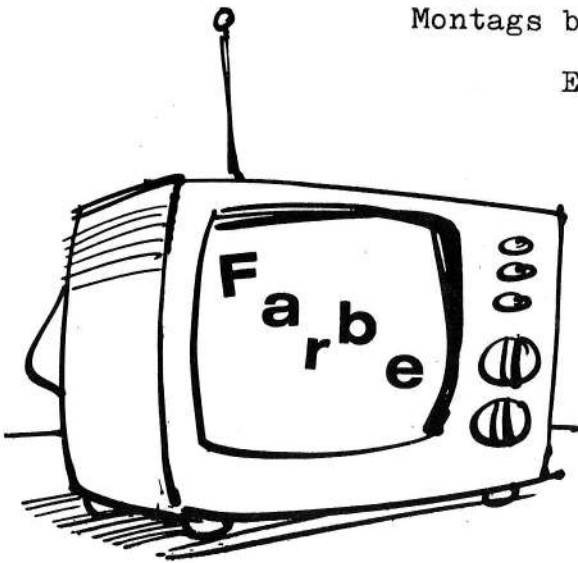
cht,es juckt-laß jucken kumpel,  
nun noch ein kleines spritzchen,  
ein toller cocktail,extra für  
sie zubereitet,bitte freimachen-  
wird schon für sie besorgt,sie  
sind ja krankheitseinsichtig,  
also geht das ganz einfach und  
nun RUHE IN FRIEDEN *Rene Talbot*

# INFORMATION

## Gesellschaftshaus 2

Montags bis Freitags von 14.00 Uhr bis 21.00 Uhr

Es gibt dort:



|              |             |               |
|--------------|-------------|---------------|
| Tischfußball | Poolbillard | Farbfernsehen |
| Kaffee       | Tischtennis | Musik         |
| Kuchen       | Coca Cola   | Flipper       |
|              | Dunkelbier  |               |

Die Bücherei im Neubau (3. Ebene) ist  
Dienstags und Donnerstags geöffnet  
von 10.00 Uhr bis 17.00 Uhr



### Schwimmen

Dienstags und Donnerstags  
in der Klinik Dr. Heines.  
Stationspfleger.

### Tanzabend

Jeden Mittwoch von 18.00 Uhr bis 21.00 Uhr  
im Gesellschaftshaus 1.

### Tischtennis

Mittwochs von 14.00 Uhr bis 16.00 Uhr  
im Gesellschaftshaus 1

### Fußball

Dienstags von 15.30 Uhr bis 18.00 Uhr  
im Areal. Trainer: W. Fleischer

## AUFRUF

Jeden Mittwoch um 16.00 Uhr findet im Beschäftigungs-  
raum der Station 63 unsere Redaktionssitzung statt.  
Wer bei uns mitmachen will, ist dazu herzlich einge-  
laden.

Büroraum für die Redaktion gesucht! Sofort melden

Rep.:Wielange sind Sie insgesamt in Behandlung?  
Bärb.: 11 1/2 Wochen.

Rep.: Wie alt sind Sie?  
Bärb.: 38 Jahre

Rep.:Verheiratet? Haben Sie Kinder?

Bärb.:Ich war dreimal verheiratet.Der erste ist schon tot mit Mann und Maus,mit Schwiegereltern und allen.Ler ist schon

erledigt.

Die anderen? Die beiden Väter, die leben noch.Die Kinder leben beim Vater, und die dürfen mich nicht besuchen, wenn ich in der Klappsmühle bin, weil se'n Schock kriegen könnten, wenn sie die eigene Mutter sehen, angeblich!

ICH MACH MIR SORGEN UM MEINEN JUNGEN!

ICH FRAGE MICH, WAS AUS IHM MAL WERDEN SOLL!



ER PETZT, LÜGT UND SCHMIERT SEINE KLASSENKAMERADEN AN

PSYCHIATER!



Wir danken dem „Ausblick“ für die freundliche Genehmigung zum Abdruck dieses Textes. die Redaktion

Patienten hielten Tagung ab.  
Aktionstag im ZKH-Bremen/Ost:  
Von Patienten organisiert.

Der zweite Aktionstag am 9. Dezember war eine Initiative für die ca. 400 Patienten in Bremen Ost ( Osterholz ) und die ca. 290 Patienten aus der Psychiatrischen Klinik im Kloster Blankenburg und ebenfalls für Angehörige, Personal und Außenwelt.

Er sollte in jedem Fall ein Anschluß an die Außenwelt sein und die Vorurteile der Leute draußen abbauen.

Das Programm des AT war anspruchsvoll und reichhaltig. Es kam zu der Definitionsfrage: „Wer ist überhaupt ein psychisch Kranker?“ Ein Patient äußerte, das die Leute draußen im Alltagsstreß eigentlich in eine psychiatrische Behandlung müßten. Erkennt man einen psychisch Kranken? Es sind viele, die nicht in die Psychiatrie gehören.

Es kam zu der Frage: „Wer ist überhaupt Psychisch krank?“



Den zweiten Aktionstag machten vorwiegend Patienten, damit sie beweisen konnten, das sie auch was schaffen. Patienten wollten beweisen, das sie nicht Menschen dritten Grades sind. Es wurde das progressive Modell der Italienischen Psychiatrie angesprochen ( Stichwort Großfamilien ). Der letzte Aktionstag war ein Erfolg. Die Direktion hatte den ersten AT organisiert, im Gegensatz dazu wurde der zweite von den Patienten organisiert. Er war für Besucher und Patienten gleichermaßen organisiert, für Angehörige und Andere. Psychisch Kranke wollen von der Außenwelt aufgenommen werden ( Stichpunkt Integration ). Eine Patientenzeitung, die sich an die Bremer Öffentlichkeit wendet, ist seit dem letzten AT im Entstehen. Ihr Name steht noch nicht fest.

Auf dem abschließenden Plenum wurde beschlossen, den 3 AT in der Klinik im Kloster Blankenburg im Frühjahr '82 durchzuführen.

Bernd Baumann

Red.: Wie erst später bekannt wurde, trägt die Patientenzeitung des ZKH-Hb/Ost den Namen: „Ellener Bote“, „Hallo hier spricht Peridol“

Wir danken dem „Ausblick“ für die freundliche Genehmigung zum Abdruck dieses Textes.

die Redaktion

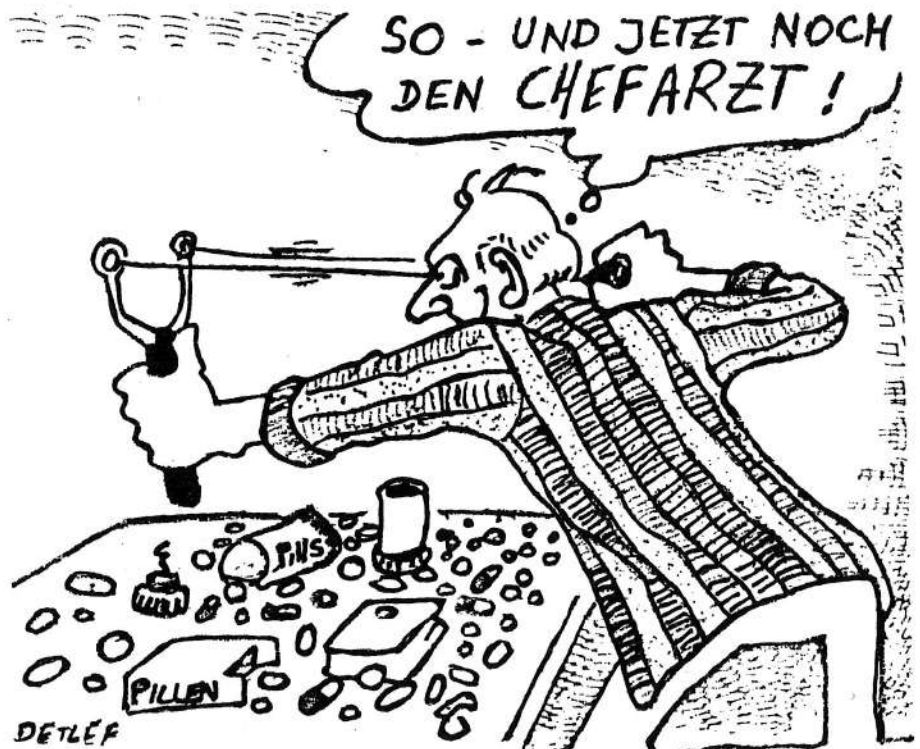


Anmerkung der Redaktion:  
-----

Als wir diesen Beitrag von Rene' gemeinsam besprachen, waren die Ansichten über den „Reformplan“ geteilt: die Meinungen gingen von „das ist zu direkt, damit schockieren wir die Leute“ bis „das ist witzig geschmissen und trifft genau ein wichtiges Problem vieler Patienten“. Wahrscheinlich gibt der Meinungsstreit überall der Redaktion auch die Bandweite an Stellungen unter den Lesern wieder...

Jedenfalls entschlossen wir uns zum Abdruck schon in dieser ersten-Nummer, weil wir deutlich machen wollen, daß der „Ellener Bote“ offen für freie Ansprache ist. Wie wäre es mit Leserbriefen zum Thema „Sex in der Psychiatrie“? Gehört sowas in unsere Zeitung?

Die Redaktion



Rauschmittel

Sehr bekannt und oft genannt,  
ist Bremen-Ost das Psycholand.

Viel Gequatsche und nichts los,  
darin ist die Klinik groß.

Will das Personal dann Stille,  
geben sie dir halt ne Pille.

Danach fühlst du dich dann so,  
als wärst du alle Tage froh.

Doch die Wirkung, Oh welch Schreck,  
ist nach ein paar Stunden weg.

was tun sprach Zeus, mal nachgedacht,  
was jetzt ne Pille nicht mehr schafft,  
wird dann ne Droge sicher tun.

So laßt uns dann in Frieden ruhn!

Und die Moral von der Geschicht,  
trau einem Arzt mit Pillen nicht!!

Vollmündig

-----  
Siegfried Radke



# RÄTSEL SPRÜCHE VERSE WITZE

Spruch an einen 30jährigen der eine Diskothek betreten wollte:  
"Na Opa, brennt das Altersheim?"

„Das verstehe ich nicht“, sagt der Arzt zu seinem Patienten, „dauernd lassen Sie sich starke Schlaf-tabletten verschreiben, und nun treffe ich Sie schon zum viertenmal in diesem Nachtclub!“ – „Das ist schon richtig. Die Schlaf-tabletten bekommt doch meine Frau.“

Ursula Löhr, Bidingen



„Sind das denn nun Nasentropfen oder Nasenlöchertropfen?“

Merke:  
Gute Kontakte schaden nur dem, der sie nicht hat!

← OPERATIONSSAAL



„Auch wenn die Operation ins Fernsehen kommt, Herr Kollege: Es wird trotzdem ein Kittel getragen!“

## Silbenrätsel der Psychiatrie

An-arzt-at-ce-de-dio-e-e-en-fer-ge-gramm-gramm-ir  
ir-ger-ka-kar-kli-ko-ko-la-län-lek-lek-lo-ma-nar-neu-neu-nik-pha-re-ren-ren-ro-ro-se-si-stalt-te  
ti-tro-tro-vi-zil

1. Beruhigungsmittel
2. EKG
3. Einzelvortrag
4. Arztbesuch beim Kranken
5. EEG
6. Narkosemittel
7. Tiefe Bewußtlosigkeit
8. Psychiater
9. Nervenkrankheit
10. Klapsmühle
11. Areal eines Krankenhauses

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

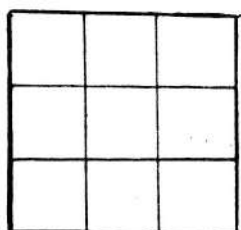
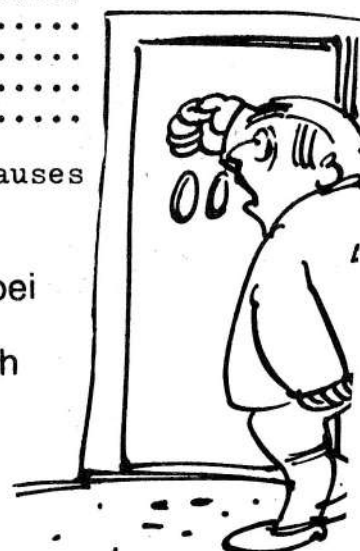
Namen

Die Anfangsbuchstaben ergeben den Namen eines Krankenhauses für Psychisch Kranke.

Welches sind die fünf verschiedenen Kußarten?

1. der runde Kuß, 2. der flache Kuß, 3. der Kuß, bei dem man sich etwas auszieht, 4. der Kuß bei dem man sich halb nackt auszieht und 5. der Kuß, durch den man ganz ausgezogen wird.

1. Zirkus, 2. Diskus, 3. Lokus, 4. Medikus und 5. Fiskus.



Die Zahlen 1-9 müssen so verteilt werden das sie immer 15 ergeben?  
Jede Zahl darf nur einmal benutzt werden.

Frägt der Arzt: „Trinkt Ihr Mann jeden Tag ein Gläschen, wie ich's ihm gesagt habe?“  
„Selbstverständlich, er hat sogar schon einen Vorsprung von drei Monaten!“

# Ihre starke Waffe

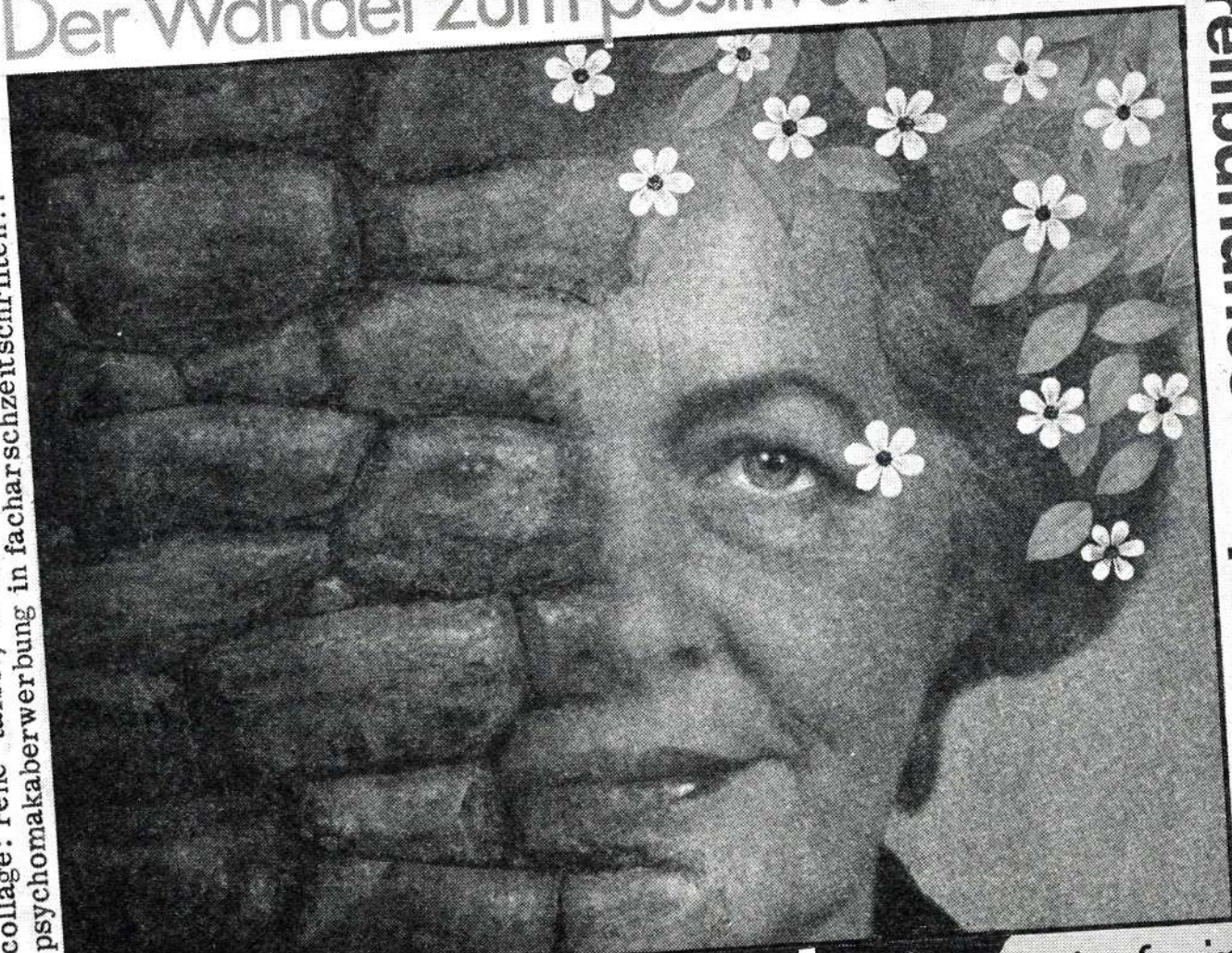
sicher, schnell  
und mit geringst-  
möglichem Risiko zum  
beherrschen.

# Valium® ROCHE

## Der Wandel zum positiven Erleben

**Nutzen Sie die Vorteile des  
Breitbandneuroleptikums\*...**

collage: rene talbot, zusammengeschnippelt nur aus  
psychomakabrerwerbung in facharschzeitschriften!!



## Psychoprotektiv rundum:

### Am Tag:

- Entspannung statt Anspannung
- Lebensfreude statt Angst
- Integration statt Isolation

### In der Nacht:

- Befreiende Ruhe statt Ein- und Durchschlafstörungen

Aufwind  
für die  
Psyche

Anxiolyse  
Entspannung

Stimmungsaufhellung  
Antriebsförderung

**verbessert die Kontaktfähigkeit**

- oral voll wirksam
- außergewöhnlich stoffwechselaktiv
- lange verfügbar im Organismus
- niedrige Therapiekosten

**Die logische Verbesserung  
für die Therapieführung:**

weniger Einzeldosen  
höhere Patienten-Akzeptanz  
leichtere Therapiekontrolle

**weniger Kosten**