

„Grätzel Public Talks“ zur Entwicklung unserer Online-Community in der Grätzelinitiative

Unser nächster "Grätzel Public Talk" ist ein Interview mit Ulli Hiltmann.

Olena Obukhivska: Liebe Ulli, du hast viele Ausbildungen. Du bist sehr aktiv und organisierst verschiedene Fortbildungen und Veranstaltungen.

Ulli Hiltmann: Ja, ich habe tatsächlich viele Ausbildungen. Ich hatte immer schon den Drang, wenn mich etwas interessiert, mir das genauer anzusehen. Ich finde nicht nur Wissensinhalte, sondern auch die Art, wie Wissen vermittelt wird, sehr spannend: Ein Studium ist ein anderes Setting als ein Studienlehrgang, ein Workshop, ein Diplomlehrgang, Präsenz- und Digitalveranstaltungen, hybride Veranstaltungen, ich finde es unheimlich toll, was da alles passiert.

Olena Obukhivska: Im Grätzelverein engagierst du dich für die Themen „Pflege“ und „Geschichten erzählen“, außerdem bist du im Grätzelradio. Warum machst du das?

Ulli Hiltmann: Das Grätzelradio finde ich einfach cool. Als ich die Sendung über Einsamkeit das erste Mal hörte, wusste ich sofort: das ist mein gesellschaftliches Thema, das brennt mir unter den Nägeln, da will ich unbedingt mitmachen. Und alle waren unheimlich freundlich und offen, obwohl ich keinerlei Ahnung von Radiomoderation hatte. Ich bin von unserem Team restlos begeistert. Jeder und jede hat eine ganz besondere Stärke, ob Moderation, Technik, Stimme, Ideen oder Know How.

Die Themen „Pflege in Partnerschaften“ und „Kleine und große Geschichten, die Mut machen“ sind meine Herzensanliegen.

Ich finde, dass alle Menschen, die in irgendeiner Art und Weise von Pflege in einer Partnerschaft betroffen sind, emotional so viel Unterstützung wie möglich erhalten sollen. Sie leisten für andere und für unsere Gesellschaft Unbezahlbares, wenn wir ehrlich sind.

Mir ist es wichtig, dass Menschen einander in herausfordernden Situationen stärken. Dazu gehört nicht nur die Pflege, sondern auch unser Zusammenhalt im Alltag. Daher haben wir einmal im Monat sowohl die Möglichkeit „Kleine und großen Geschichten, die Mut machen“ zu erzählen, als auch bei der Pflege eine(s)r Partner(s)in „Durchatmen“ Kraft zu schöpfen.

Olena Obukhivska: Was bekommen Menschen, die deine Veranstaltungen besuchen?

Ulli Hiltmann: Menschen, die zu „Durchatmen“ (Thema Pflege) kommen, sollen sich willkommen und verstanden fühlen. Tatsächlich möchte ich sie ein wenig verwöhnen und Dank und Wertschätzung zeigen. Ich besorge Blumen und Kerzen, etwas Gutes zum Knabbern oder einen Kuchen. Dazu gibt es Tipps, wie man in dieser Situation besser klarkommt. Ich kenne die Verzweiflung der Betroffenen sehr gut und weiß, dass man viel dafür tun kann, diese schwierige Situation zu erleichtern.

Menschen, die zu „Erzählen und Zuhören“ kommen, spüren die Kraft des Zusammenhaltes im Alltag. Schnell findet man in die Geschichte des anderen hinein und freut sich mit, was gelungen ist, was geschafft wurde, wie klug und mutig der

andere gehandelt hat. Dieses gemeinsame Staunen und Freuen verbindet und stärkt ungemein. Ich liebe die vielen Geschichten, die ich gehört habe. Wenn ich mich unsicher fühle, fällt mir so oft eine Erzählung von „Erzählen und Zuhören“ ein. Das macht mir gleich mal Mut.

Olena Obukhivska: Du arbeitest viel mit Menschen. Welche Beobachtungen machst du in Bezug auf unsere Gesellschaft?

Ulli Hiltmann: Einerseits bin ich begeistert, welche Fortschritte wir im medizinischen und technischen Bereich gemacht haben. Und ja, ich bin unendlich dankbar, dass ich tatsächlich einer Generation angehöre, die nie einen Krieg miterleben musste. Ich empfinde auch, dass wir als Einzelne auseinanderdriften, dass wir weniger miteinander verbunden sind. Wir müssen ganz bewusst viele Situationen schaffen, um Verbindungen herzustellen. Als ich ein Kind war, musste man sich nicht um regelmäßige Kontakte bemühen, man traf einander immer irgendwo, ob das die Warteschlange beim Kaufmann, bei der Post, beim Fleischhauer oder in der Bank war.

Ich habe Sorge, dass wir langsam innerlich erkalten, weil wir immer weniger miteinander zu tun haben, weil wir einander immer weniger kennen. Reden, Alltagsgeschichten erzählen, das Herz ausschütten, gemeinsam spielen, lachen, kochen, das alles ist unglaublich wichtig und nicht mehr selbstverständlich.

Olena Obukhivska: Was würdest du den Grätzelmitgliedern wünschen?

Ulli Hiltmann: Ich wünsche uns allen, dass neue Freundschaften entstehen, dass unterschiedliche Menschen miteinander ihre Leidenschaften teilen. Ich wünsche mir, dass wir zusammenwachsen. Claudia hat es geschafft, mit viel Energie und Durchhaltevermögen, etwas Großes zu beginnen. Das führt dazu, dass man hier ein **Stück Heimat findet, ja das Grätzel gibt uns allen ein Stück Heimat.**

Olena Obukhivska: Du bezeichnest dich als Gedankenschmiedin. Was bewirken Gedanken im Leben der Menschen?

Ulli Hiltmann: Mittlerweile weiß nahezu jeder Mensch, wie sehr unsere Gedanken unser Leben beeinflussen. Dennoch müllen wir uns täglich mit nutzlosem Wissen und schädlichen Gedanken zu. Das macht unzufrieden und seelisch krank. Jeder spürt das, jeder spricht von „guten Gedanken“ usw., aber wenige sehen die Notwendigkeit, sich in dieser Zeit nicht nur regelmäßig sportlich zu betätigen, sondern den eigenen Gedanken viel mehr Beachtung zu schenken und einen guten Umgang damit zu lernen. Das wird in Zukunft mindestens ebenso wichtig werden, wie regelmäßig Sport zu betreiben.