

4. Bodensee-Dreiländertreffen in Langenargen

vom 7. bis 9. Juni 2024

Ob „Hallo“, „Grüezi“, „Servus“ oder eine innige Umarmung – Die Wiedersehensfreude unter den vielen Teilnehmenden war gross. Nach Kartause Ittingen im September 2003 (CH) und Kloster Roggenburg im September 2006 + 2016 (DE) fand vom 7. – 9. Juni 2024 das 4. Bodensee-Dreiländertreffen in Langenargen (DE) am Bodensee statt.

Im Laufe des Freitagnachmittags trafen die Teilnehmenden bei schönstem Wetter aus allen Richtungen in Langenargen ein. Einige sind aber auch erst am Samstagmorgen angereist. Der längste Anreiseweg hatte ein Teilnehmer aus Bremen. Zwei Familien kamen vom Südtirol und ein Ehepaar kam via Fähre Romanshorn-Friedrichshafen per Velo zum Treffen. Das gab es sicher noch nie. Bei rund 100 Anmeldungen aber auch mit einigen Absagen dürfte die effektive Teilnehmerzahl inkl. Kinder bei etwa 80 Personen gelegen haben.

Nach einer kurzen Begrüssung um ca. 17 Uhr durch Siegmund Wunderlich sowie Christian Schepperle und durch die Geschäftsführerin vom Familienferiendorf lernten wir bei einem Rundgang das auto- und barrierefreie Feriendorf Langenargen mit 20 Häusern und 21 Ferienwohnungen kennen. Die familiäre Atmosphäre im Dorf liess uns den Alltag schnell vergessen und das kreative Küchenteam hat uns über die ganzen drei Tage aufs grösste verwöhnt. Den Kindern wurde am Samstag mit dem hauseigenen, abwechslungsreichen Programm viel geboten, um den Eltern den Besuch der diversen Workshops zu ermöglichen.

Gespannt waren wir alle am Freitagabend auf die im Programm aufgeführte „mitreissende, inspirierende Teamfindungsmassnahme“. Was ist das? Was erwartet uns? Was kommt auf uns zu? Die Lösung war dann schnell gefunden. Ein professioneller Musiker mit dutzenden von Schlaginstrumenten erweckte in uns mit viel Geduld rhythmische Gefühle. Er übte und übte, bis der richtige „Groove“ in uns allen angekommen ist. Das war ein wirklich gelungener Auftakt ins bevorstehende Wochenende.

Jeweils am Samstag- und Sonntagmorgen so um ca. 8 Uhr war Frühsport angesagt. Dank perfektem Wetter konnte alles im Freien unter Vogelgezitscher durchgeführt werden. Mit zwei Gruppen je nach Alter und Gelenkzustand und mit viel hämophilem Verständnis der beiden Physiotherapeutinnen waren Übungen für alle möglich. Das gab dann so richtig Appetit für das anschliessende reichhaltige Frühstücksbuffet.

Am Samstag standen am Vor- und Nachmittag die gleichen 4 Workshops im Zentrum des Programms. Das bot uns Gelegenheit, mehrere Vorträge zu besuchen und für die Organisatoren einen gewissen Ausgleich der Teilnehmerzahlen zu erreichen.

Die Themen waren:

„Spritzkurs für Jung + Alt + Partner“

„Neueste Entwicklung sowie Behandlungsoptionen in der Hämophilie“

„Hämophilie und Familiendynamik“

„Physiotherapie, Einzeltherapie, Tipps und Hinweise“

Diskussionen wurde von allen Teilnehmenden rege benutzt, eigene Erfahrungen weiter gegeben und offene Frage im Team und durch kompetente Referentinnen und Referenten besprochen.

Stürze im Alter können auch durch verschiedene Kopf- und Augentrainings vermindert werden. Dass unser gezieltes Augenmuskeltraining eine wirksame Sturzprophylaxe war, hat mich sehr beeindruckt. Auch im Stechkurs konnte ich, trotz hundertfacher Erfahrung, einige nützliche Tipps mit nach Hause nehmen. Man hat doch nie ausgelernt.

Das gemütliche Zusammensein am Samstagabend durfte natürlich auch nicht fehlen. Die Schweizer Delegation, vor allem Jean-Pierre mit seiner Gitarre, ermutigte alle Anwesenden aktiv mitzumachen. Die Aufmunterung zeigte Wirkung und es wurde kräftig mitgesungen und auch mächtig applaudiert.

Am Sonntagmorgen nach dem Frühstück trafen wir uns alle zur gemeinsamen Besprechung der durchgeführten Workshops. Die Grussworte der IGH und der ÖHG erfolgte dank modernster Kommunikationstechnik per Videobotschaft. Ich persönlich hatte das Vergnügen, die Grussworte der SHG und die Glückwünsche unseres Präsidenten und unserer Geschäftsführerin zu überbringen.

Das 4. Bodensee-Dreiländertreffen mit einem Erfahrungsaustausch über die Grenzen hinweg, mit perfekter Organisation dank IGH (Christian Schepperle und Siegmund Wunderlich), mit lehrreichen Workshops, mit tollen Begegnungen in einer perfekten Lokalität mit schöner Umgebung wird uns noch lange in Erinnerung bleiben.

Bruno Bollhalder

