

15.01.2012



von Clefferle (C) mit Günter (G)

Interview
35

Thema: Fortsetzung auch im Jahr 2012

- Das 4. Jahr Projekt
- "Die Seele hat Vorfahrt!" von Flensburg - Konstanz

Untertitel "LEBEN"

F C

Jahresanfang 2012 und **vier Jahre** „Die Seele hat Vorfahrt!“ von Flensburg - Konstanz. Du machst also auch im Jahr 2012 mit dem Projekt weiter?

A G

Das ist richtig! Das Projekt geht auch im Jahr 2012 weiter. Am 11.11.2011 habe ich den Entschluss dazu gefasst und auch den **Untertitel „Leben“** für das Projekt gefunden.

F C

Im vergangenen Jahr hattest Du persönlich ein schwieriges Jahr! Im Interview - Bilanz des Jahres 2011 - haben wir darüber gesprochen. Trotzdem willst Du mit dem Projekt weiter machen. Das **Projekt** ist ja schon immer viel **umfangreicher**, wie man es auf den ersten Blick annimmt.

A G

Beides stimmt. Das Jahr 2011 war schwierig und trotzdem mache ich weiter. Es ist auch richtig, dass hinter dem Projekt viel, viel mehr steckt.

F C

Erzähl mal! Warum weiter? Und, was ist alles geplant?

A G

Ich finde dass es sehr wichtig ist, weiterhin die Öffentlichkeit für die Krankheit **Depression** zu sensibilisieren. Ich habe dazu auch schon Einladungen für den Ostalbkreis und auch im Raum Stuttgart zu **Burnout**. Auch die Verbindung Jakobsweg zu Depression wird in einer Wanderung zum tragen kommen. Mir ist es weiterhin wichtig, in diesem Bereich einen Großteil meiner Zeit einzubringen.

F C

Das gehört jetzt alles zum Projekt selber?

A G

Ja! Die Unterprojekte sind separat. Es werden auch noch weitere Dinge dazu kommen. Aber alles ist heute noch nicht bekannt. Einiges wird auf mich zukommen. Einige Planungen sind schon vorhanden, aber heute noch nicht spruchreif.

F C

Was ist mit den geplanten Unterprojekten?

A G

Eines ist der **Jakobsweg** im Mai / Juni 2012. Ich denke es wird sich wieder eine Verbindung machen lassen. Das ist aber vom genauen Termin usw. noch offen.

F C

Dann der **Stuttgarter Zeitungslauf**? Du willst wieder anfangen auf einen Halbmarathon zu trainieren.

A G

Ich habe schon angefangen. Wir haben ja schon ein Interview darüber geführt. Mir ist es dabei wichtig, möglichst andere mitzuziehen. Möglichst viele Menschen zum **joggen** bzw. laufen zu animieren. Für mich selber ist es wichtig körperlich wieder in ein Training zu kommen und vor allem es konsequent durchzuziehen. Auf jeden Fall kann ich das selber beeinflussen.

F C

Das machst Du also auch zu einem Teil für Dich selber?

A G

Ja auf jeden Fall. Aber nicht nur.

F C

Dann ist ja noch das **Achtsamkeitstraining**?

A G

Das ist der Gegenpol. Auch sehr wichtig wenn jemand Stress hat oder auch bei Depressionen als Vorbeugung. Es wird wieder als fester Bestandteil in mein Leben eingeplant. Beides laufen und meditieren ist auf der Homepage zum Projekt nachzulesen.

F C

Dort steht glaube ich auch wieder wie es Dir selber so ergeht!?

A G

Stimmt, das behalte ich auch so weiter bei. Ich gehe davon aus, dass wieder Niederschläge kommen werden. Allerdings gehe ich nicht davon aus, dass das so wie im vergangenen Jahr sein wird. Mit manchen Menschen habe ich im Jahr 2012 nichts mehr zu tun bzw. will ich nichts mehr zu tun haben. Trotzdem ist es mir wichtig heute auch rückblickend zu sagen, dass es im Ergebnis für mich ein gutes Jahr war.

F C

Jetzt zu den weiteren Unterprojekten! Der **2. Benefiz-Murmellauf** steht für 2012 auch auf dem Plan?

A G

Oh ja! Das wird bestimmt toll. Wir sind jetzt früher mit den Planungen dran. Demnächst ist ein Treffen mit den weiteren Planern. Darauf freue ich mich schon sehr. Ich denke wir werden darüber noch einmal reden.

F C

Auf jeden Fall! Da möchte ich noch ein separates Interview führen. Auch das **Theaterstück Zeitenwende** und die **Benefiz-CD** ist ja noch im Jahr 2012 ein Teil. Was nimmst Du Dir selber so vor für das Jahr 2012?

A G

Ich werde mit vielen Freunden einiges machen. Für mich selber steht eine Ausbildung an. Da bin ich dabei mein Wissen über meine Krankheit zu erweitern und noch einiges darüber hinaus. Der Jakobweg im Mai / Juni und dann evtl. Ende des Jahres ein weiterer Traum. Steht auch schon auf der Homepage. **Südafrika** ist für mich ein Thema.

F C

Mein lieber Scholli! Da hast Du Dir ja einiges vorgenommen? Keine Angst vor Überlastung?

A G

Nein! Ich muss das alles ja nicht machen! Vermutlich wird es auch noch einige neue **Selbsthilfegruppen** geben. In dem Bereich bin ich ja auch noch sehr stark engagiert. Aber alles zu seiner Zeit.

C

Vielen Dank und bis demnächst!

A G

Ach ja. Alles steht auch auf der Homepage www.depri-jaweg.de! Schau doch mal rein.