

Interview mit Initiatorin Julie Fischer

Aus welchen Beweggründen kamst du zu der Idee andere Menschen in ihrer Selbstfindung unterstützen zu wollen?

◆ Nun ja, es gibt einige Gründe. Wenn ich so sagen darf, begann mein Bedürfnis mit meinem Job als Designerin, wo ich deutlich spürte, dass in diesem Fall Kunden durch meine individuelle Beratung und vor allem guten Zuhören sich positiver wahrgenommen fühlten. Hier bemerkte ich, dass es sich häufig nicht um Trends handelte, sondern um die Person selbst, so wie ihre körperliche Beschaffenheit, ihre Einschränkungen und ihre Hauptbedürfnisse „wie bin ich / wie möchte ich mich fühlen / wie möchte ich nach außen wirken“. Ein weiterer Grund liegt an meiner ganz persönlichen Erfahrung während einer depressiven Phase, als ich innerhalb von zwei Jahren drei Menschen, darunter meinen Mann, verlor. Im Laufe meiner Therapie spürte ich aufs Neue, dass ich Mitpatienten mit meinem Knowhow zu Looks und Outfits, und meiner Empathie dazu verhelfen konnte sich wohler, wahrgenommen und freudvoller zu fühlen. Heraus aus dem Schattendasein, ist ein Prozess bei dem ich unterstützen möchte.

Was bedeutet für dich das Thema Selbsthilfe?

◆ Für mich bedeutet dies jemandem Aufmerksamkeit, Selbstfürsorge und Selbstvertrauen wieder oder neu zu schenken. Ganz besonders in schweren Zeiten mit meinen Fähigkeiten, meiner eigenen Erfahrung und ehrenamtlich. Mir wurde geholfen und ich möchte einen Teil zurückgeben.

Wie darf man sich eine Session / Workshop mit dir vorstellen?

◆ Die Person, welche Interesse hat, darf die Zeit in meinem Me-Time Treff generell als Entlastung und ganz persönliche Auszeit vom vorhandenen Therapiealltag ansehen. Wir sprechen nicht über die Krankheit.

Wir nehmen uns 90 Minuten für:

- ◆ Deine innere und äußere Wahrnehmung
- ◆ Miteinander herausfinden, welche Looks deine Persönlichkeit (in Bezug auf deine Morphologie / Körperbau) unterstreichen und dich freier und wohler fühlen lassen
- ◆ Dein Auftreten, deine Einschränkungen und deine Neugierde / Spaß
- ◆ Tipps und Tricks rund um Style / Accessoires / Pflege und wenn gewünscht auch Make-up



Julie Fischer, Initiatorin des Selbsthilfeprojektes "Raus aus dem Schatten, rein ins Licht"

Ich unterstütze dich dabei einfache, praktische und oft spielerische Strategien im Umgang mit Kleidung und Looks zu entwickeln.

Bitte immer mitbringen:

- ◆ Lieblingsklamotten (drei Teile)
- ◆ Ein bis zwei Paar Schuhe
- ◆ Notizblock und Stift(e)

Wie oft möchtest du deine Me-Time Treffs für Inspiration anbieten?

◆ Angedacht sind zwei mal 90 Minuten im Monat. Jeweils am ersten und dritten Montag des Monats von 16:30 bis 18:00 Uhr.

Was wünschst du dir für die Menschen, welche neugierig auf dich und deine Idee für Hilfe zur Selbsthilfe sind?

◆ Ich wünsche mir, dass die interessierte Person spürt, wie sie durch Looks und Outfittery, welche ihre Persönlichkeit und ihre Wünsche unterstreichen, den Heilungsprozess positiv beeinflussen kann und wieder mehr Freude und Kraft schöpft.

Kannst du dir vorstellen zusammen mit anderen zu agieren, oder möchtest du deine Idee Hilfe zur Selbsthilfe Me-Time Treff alleine an den Start bringen?

◆ Ich möchte vorerst alleine beginnen.

Ich denke, dass es sich dann zeigen wird, inwieweit man zusammen mit anderen Interessierten interagieren kann.

Wie viele Personen gleichzeitig dürfen kommen?

◆ Ich denke, dass gerade die Inspirations-session ganz individuell Sinn macht. Eine einzelne Person steht im Mittelpunkt. Sie ist keinem Druck oder Vergleich mit anderen ausgesetzt. Man ist außerdem konzentriert bei der Sache.

Hast du schon einen Namen, sowie Tag und Zeit für dein wundervolles Projekt?

◆ Raus aus dem Schatten, rein ins Licht

Das Interview führte Susanne Freund, Selbsthilfebeauftragte am Bezirkskrankenhaus Bayreuth.

KONTAKT

Julie Fischer
Raus aus dem Schatten,
rein ins Licht

Telefon: 0176 31516596