

„Freiraum Gestalten“ planen Aktionstag zum Stadtjubiläum

Die „Freiraum Gestalten“ laden am zentralen Jubiläumswochenende 750 Jahre Menden zum Mitmachen und Mitgestalten in ihre Galerie ein.

Peter Benedickt

Menden. Es ist ein Jahrhundert-sommer. Niederschläge fehlen, viele Flüsse trocknen aus, Wälder brennen in ganz Deutschland, die Klimakatastrophe schickt ihre Boten auch in die gemäßigten Zonen der Welt. „Deshalb ist der ‚Aktionstag für Jeden‘ beim Stadtjubiläum 750 Jahre Menden am Samstag, 5. September der gegebene Anlass, vor und in der Galerie ‚Freiraum Gestalten‘ mit Aktionen dafür zu sorgen, dass wir als Gesellschaft von innen heraus wetterfest werden“, erklärt Fluthilfe-koordinatorin Claudia Michel vom Caritas-Verband Iserlohn, Menden, Balve, Hemer, der sich an diesem Konzept beteiligt.

„Krisen sind nicht allein zu bewältigen“

Die Aktion, an der außer der Künstlergruppe und der Caritas noch der Malteser Hilfsdienst sowie Elo's Musikschule Balve teilnehmen, steht unter dem Motto „Gestärkt für jede Klima-Lage mit Resilienz und Achtsamkeit“. „Wir können die äußeren Krisen nur bewältigen, wenn wir innerlich stabil bleiben. Da möchten wir mit unserem Angebot helfen, das Ziel zu erreichen“, ist aus dem Kreis der Initiatoren zu hören. Die Kooperation hat im vergangenen Jahr bereits eine ähnliche Veranstaltung zum Weltkindertag auf die Beine gestellt. Die starke Resonanz hat alle Beteiligten ermutigt, zum Stadtjubiläum wieder Jung und Alt einzuladen, damit das



Am Aktionstag für Jung und Alt beim Stadtjubiläum 750 Jahre Menden steht auch die Galerie der „Freiraum Gestalten“ im Fokus. Die Künstler und einige weitere Institutionen, Vereine und Einrichtungen laden zum Malen, Zeichnen, Musizieren und mehr ein.

Peter Benedickt

Erstaunlich, wie schnell das Prinzip verstanden wird und tatsächlich einige faszinierende Produkte entstehen.

Bruno Berheide
„Tonexperte“

Thema lebendig bleibt. Der multikulturelle und kreative Aktionstag von 10 bis 16 Uhr soll helfen, überlebenswichtige innere Werkzeuge für eine Welt im Wandel auf künstlerische Art zu vermitteln.

Claudia Michel: „Die Prognosen lösen bei vielen Menschen Zukunftsängste aus. Resilienz-Training hilft, diese Gefühle zu kanalisieren und emotionale Erschöpfung zu verhindern.“ Mit den einzelnen Programmpunkten sollen die psychische Widerstandskraft aufgebaut, die Verbindung zur Natur gestärkt, konkrete Wege zur Anpassung zur neuen Realität aufgezeigt und die Gemeinschaft gestärkt werden. „Krisen sind nicht allein zu bewältigen, starke Nachbarschaften fangen die Folgen von Extremwetter gemeinsam effektiver auf, gemeinsam kreativ tätig

sein fördert den Zusammenhalt“, wird vermittelt. Ein achtsamer Umgang mit dem eigenen Körper, etwa richtiges Verhalten bei Hitze, schützt die Gesundheit. lehrt den Wert der Ökosysteme besser zu schätzen und mental stabil zu bleiben, dies sind Faktoren, die bei Extremsituationen hilfreich sind.

Aber nur wer diese Punkte auch kennt und erkennt, kann sich auf das Kommende einstellen. „Deshalb ist unser Programm darauf aufgebaut, Erkenntnisse zu liefern, damit Widerstandskraft, Achtsamkeit, Anpassung und die Förderung der Solidarität in den Fokus rücken“, sind Prioritäten gesetzt.

Vier Wochen werden die Werke in der Galerie ausgestellt

Das Malen und Zeichnen ist unter dem Thema „Klima - Klimaschutz - Klimaanpassung“ zusammengefasst, die entstandenen Arbeiten werden vier Wochen in der Galerie „Freiraum Gestalten“ ausgestellt: „So haben auch Verwandte und Bekannte die Möglichkeit, sich die Werke anzuschauen.“ Bei der Erstellung der Bilder hilft die Handpuppe „Spirit“, die sicherlich den einen oder anderen Tipp für die Kunstschaffenden hat. „2025 waren die Kinder sehr

begeistert mit Papier und Farbe hantieren zu können und so manche Teilnehmerin und mancher Teilnehmer haben tatsächlich ihr verborgenes Talent oder ihre persönliche Stärke entdeckt“, ist die Erinnerung an der unerwartet starken Beteiligung noch frisch.

Bruno Berheide bietet das Töpfieren an, hieran haben sich in der Vergangenheit auch die Erwachsenen mit Begeisterung versucht. „Erstaunlich wie schnell das Prinzip verstanden wird und tatsächlich einige faszinierende Produkte entstehen“, ist der Experte überrascht. „Mit ein bisschen Nacharbeit war das Ergebnis schon fast perfekt.“

Schlagzeug und Katastrophenschutzfahrzeug

Wer sich lieber auf das Musizieren verlegen will, bekommt mit „Elo's Musikschule“ aus Balve die richtigen Partner. Verschiedenste Musikinstrumente werden vorgestellt, jeder kann ausprobieren, was er denn möchte, sich auch an verschiedenen Gerätschaften versuchen. „Das Schlagzeug war im letzten Jahr immer wieder im Mittelpunkt, der ehemalige Profi-Musiker Eligiusz Badura zeigt die richtigen Griffe und erklärt den passenden Rhythmus“, gibt es professionelle Unterstützung.

Extrem wichtig ist für Kinder und Erwachsene der zivile Selbstschutz im Extremfall. Der Malteser Hilfsdienst demonstriert deshalb entsprechende Erste-Hilfe Maßnahmen: „Hilfe zur Selbsthilfe werden auf diesem Weg in Zeiten der regionalen Krisen präventiv gestärkt.“ Natürlich stellen die MH-Mitglieder auch ein Katastrophenschutzfahrzeug vor, welches erfahrungsgemäß immer ein Highlight bei jungen Leuten ist. Auch wenn die Galerie „Freiraum Gestalten“ am Rand der Aktionstags-Fläche für das zentrale Jubiläumsfest 750 Jahre Menden liegt, lohnt sich ein Besuch am Samstag, 5. September, von 10 bis 16 Uhr in und an der Hauptstraße 17 garantiert. „Wenn wir die Besucherzahlen von 2025 erreichen, hat sich unsere Vorbereitung gelohnt“, meint der Veranstalterkreis.