

Drei Frauen und ihr ganz persönliches Happy End

„Gib deinen Traum niemals auf – dann wird er wahr!“

Und plötzlich ist alles anders: Oft macht das Leben uns einen Strich durch die Rechnung, in einem einzigen Moment, an einem einzigen Tag. Diese drei Frauen haben das erlebt. Und sind daran gewachsen

Drillinge flügge! „Nun starte ich mit eigener Firma durch“



Für Celina, Niclas und Vanessa blieb Susanne Niederbremer lange daheim – jetzt verkauft sie Popcorn (unten)

INFO

www.kates-popcorn.de

Ein Baby haben sich Susanne Niederbremer und ihr Mann Thomas von Herzen gewünscht – eines! „Ich war 33, wollte bald wieder in den Job zurück“, erzählt die ehemalige Stewardess. Aber dann sagt der Frauenarzt: „Da ist eine dritte rechte Hand!“
Von diesem Augenblick an ist nichts mehr wie es war: „Erst hieß es, wir kriegen Zwillinge. Dann: Es werden drei. In meinem Kopf drehte sich alles. Ich starrte auf das Ultraschall-Bild. Drillinge? Hilfe! Mir war klar: Das ist eine Risiko-Schwangerschaft! Ich hatte Angst, dass nicht alle Babys überleben würden. Mein Körper nicht mitmacht. Und was war mit meinen Job-Plänen? Ich durfte ab sofort nicht mehr fliegen. Alles vorbei – an einem Tag.“

Wegen Frühwehen und einer Infektion werden die Babys in der 29. Woche geholt: Es sind Frühchen, 980 Gramm winzig. „Unsere Erstgeborene musste sogar zweimal operiert werden – sie wog damals 1200 und 1400 Gramm! Wir standen Todesängste aus“, sagt die heute 52-Jährige. „Aber alles ging gut! Nur das mit der berufstätigen Mutter hatte sich erst mal erledigt.“
 Inzwischen sind Celina, Vanessa und Niclas volljährig. „Bis vor Kurzem war ich ‚nur‘ Mama und Hausfrau. Aber ich hab immer geplant, irgendwann wieder anzufangen. Ich kann mehr als kochen und Kinder erziehen, das wusste ich“, fährt Susanne fort. Und so dreht sich ihr Leben vor einem Jahr noch mal: Sie grün-

det einen Lieferservice für Popcorn. Sie selbst nennt es „ein Stück Freiheit, das ich mir zurückerobert habe“. Ihr Mann Thomas (53) kümmert sich um Büro und Kundenwerbung, sie selbst um die Herstellung: Oft zwölf Stunden täglich steht die Hamburgerin jetzt in ihrer kleinen Manufaktur am Herd, tüftelt Rezepte aus, tütet die Ware ein. Die Geschäfte laufen bestens. „Jetzt, wo die Kinder flügge werden, habe ich einfach die Kochtöpfe gewechselt und krieg sogar Anerkennung dafür“, sagt die Geschäftsführerin stolz.
 Ihre Selbstständigkeit sei ein wichtiger Abnabelungsprozess für die ganze Familie. „Auch für eine Mutter ist es gut, loszulassen“, sagt Susanne strahlend.



13 Jahre im Rollstuhl! „Jetzt kann ich wieder laufen“

Ein halbes Leben lang ist die Holländerin Monique van der Vorst (26) auf den Rollstuhl angewiesen. Dann hat sie einen Unfall, der ein Wunder auslöst: Die Lähmung ist weg!
 Rückblende: Monique ist 13, da treten bei einer OP am Knöchel schwere Komplikationen auf, die sie in den Rollstuhl zwingen. Aber sie lässt sich nicht unterkriegen, startet mit Leistungssport, gewinnt bei den Paralympics 2008 zwei Silbermedaillen, ist mehrfache Weltmeis-

terin im Handbike-Marathon. „Du darfst nie aufgeben“, sagt sie. „Konzentriere dich auf das, was du kannst!“ 2009 triumphiert sie als 1. Para-Triathletin beim Ironman auf Hawaii.
 Im Frühsommer des vergangenen Jahres prallt sie dann beim Training mit einem Radfahrer zusammen. „Ich bekam davon Spasmen in den Beinen“, erzählt sie, „musste sofort ins Krankenhaus.“ Mehrere Monate wird sie behandelt.
Dann kommt der Moment, der ihr Leben noch mal verändert:



Den Rollstuhl (rechts bei den Paralympics) braucht sie nicht mehr: Monique geht in ein neues Leben

„Plötzlich war da ein Kribbeln im linken Fuß. Nach 13 Jahren konnte ich zum ersten Mal wieder aufstehen – und gehen! Der Unfall hat eine Blockade in meinem Körper gelöst. Es war unbeschreiblich, als ich wieder auf eigenen Beinen stand. Dieses Gefühl, den Menschen auf Augenhöhe zu begegnen, überwältigend. Ich bekam ein völlig neues Leben geschenkt.“

Lächelnd erzählt sie weiter: „Meine Karriere als Behindertensportlerin war vorbei. Ich darf nicht mehr bei den Paralympics 2012 teilnehmen. 30 Stunden pro Woche hatte ich dafür trainiert.“ Die Sportstudentin lacht. „Na ja, muss ich halt was Neues finden.“

Zurzeit arbeitet sie in einer „harten Reha daran, fitter zu werden. Gehen reicht mir nicht – ich will wieder rennen können!“ Und sie schreibt an einem Buch. Ihre Sport-Karriere will sie fortsetzen. „Ohne Sport wäre ich nicht so stark geworden“, erklärt sie, und ihre Augen beginnen zu strahlen: „Ihr werdet schon sehen: Ich starte noch mal beim Ironman – bei den gesunden Sportlern!“

INFO

www.moniquevandervorst.com

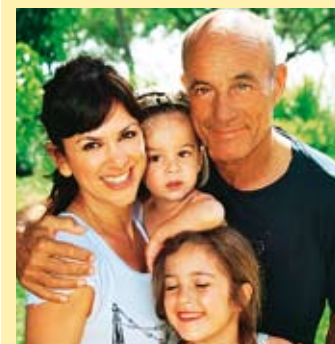


Ilka Essmüller Die Moderatorin (46, „RTL-Nachtjournal“) kriegte mit 45 ihr erstes Kind: Lasse (1). „Unser größtes Glück“, sagt sie

Auch diese Stars fingen noch mal von vorn an



Sylvie van der Vaart Brustkrebs mit 30! Die Moderatorin (32, „DSDS“) kämpft und ist erfolgreicher denn je



Heiner Lauterbach Alkohol, Herzprobleme, Klinik: Der Schauspieler (57) hört den Warnschuss, gründet eine Familie

Horst Janson Hohe Schulden zwingen den Star (75, „Bastian“) zu einem sparsamen Leben. Jetzt ist er schuldenfrei



Kündigung! Ich wurde Yoga-Lehrerin – und glücklich“

Vielen Dank für Ihre Treue. Aber jetzt brauchen wir Sie nicht mehr!“ Die Kündigung war für Monika Sladkowski, Schauwerbegestalterin bei einer Kaufhauskette, ein Schlag ins Gesicht. „Ich arbeitete schon 13 Jahre dort“, erzählt die Berliner. „Und jetzt noch mal neu anfangen, mit 43?“ Aber Monika ist auch nicht der Typ, der den Kopf in den Sand steckt.
 „Eine Krise als Chance zu sehen – das klingt furchtbar abgedroschen“, sagt sie. „Aber bei mir war es so.“ Ihr fällt ein, wie lange sie schon auf der Suche nach mehr Harmonie im Alltag ist. Dass sie sich im Grunde nach einer neuen Aufgabe sehnt. „Wir haben im Kaufhaus nur noch

das umgesetzt, was die Zentrale vorgab – für mich war alles oberflächlich geworden“, beschreibt die heute 48-Jährige. Monika wird klar: Sie braucht mehr Tiefe in ihrem Leben. Und einen Job, der sie ausfüllt.
Dann der Moment, der ihr die Augen öffnet, ihrem Leben eine ganz neue Richtung gibt: „Ich meldete mich in einem Yoga-Studio an! Schon in der ersten Stunde hatte ich diesen Wow-Effekt: So ist es also, wenn du ganz bei dir bist, wenn du nicht daran denkst, was du als nächstes machst, sondern einfach im Hier und Jetzt bleibst... Ich spürte sofort: Das ist es! Mein Weg, nach dem ich so lange gesucht habe. Seit diesem Tag ist Yoga

– neben meinem Mann – das Wichtigste in meinem Leben.“
 Monika krempelt ihr Leben völlig um, macht Yoga zu ihrem Job. Im Dezember 2006 eröffnet sie in Berlin-Charlottenburg ein Studio, unterrichtet dort Vijnana-Yoga, eine kraftbetonte Variante des Hatha-Yoga. Außerdem hat sie einen Laden, in dem sie Yoga-Bekleidung in Bio-Qualität, Zubehör wie Kissen und Klangschalen verkauft. „Ich bin bei mir angekommen“, sagt Monika. Sie lächelt: „Und glücklich wie nie zuvor!“

INFO

Infos: www.yoga108.de

Dank Yoga endlich entspannt und ausgeglichen: Monika Sladkowski

