

# Und plötzlich sieht man doppelt

**Stammtisch kümmert sich um Leid  
und Freud von Zwillingmüttern**



Und plötzlich alles in doppelter Ausführung: stillen, wickeln, baden, kuscheln, Liebe gerecht auf zwei kleine Lebewesen verteilen, die bereits im Bauch ihrer Mutter Seite an Seite heranwachsen und sich manchmal zum Verwechseln ähnlich sehen. Ausgebufft sind sie oft, die Zwillingmütter. Eine Auszeit, wenn beide Kinder schlafen? „Das tun sie aber nicht“, macht Sabine Schulz den Überlegungen, hier Zeit für sich herauszuholen, den Garaus. Erschöpft sinkt sie auf einem Stuhl in der Gaststätte „Haus Hollenbeck“ nieder und ist froh, hier von ihren kleinen und großen Schwierigkeiten erzählen zu können. Denn seit über einem Jahr treffen sich einmal im Monat Zwillingmütter, um zusammen zu essen, sich auszutauschen, einfach nicht mehr alleine zu sein mit den Herausforderungen, die zwei Kinder im selben Alter mit sich bringen.

Drei Jahre alt sind Dunja Moritz' quirlige Buben inzwischen; die Initiatorin der Gruppe weiß: „Die Anforderungen bleiben, sie werden mit den Jahren immer spezifischer.“ Als sie mit einer Annonce in der Zeitung Zwillingmütter zum regelmäßigen Austausch suchte, meldeten sich prompt zehn Frauen, denen sie mit ihrer Idee aus der Seele sprach. Die Schwierigkeiten, „die versteht nur, wer selbst Zwillinge hat“, meint Kathrin Weidmann. Zwei Kinder zu haben, sei dabei eine Sache, beide gleichzeitig zu bekommen und sie zu umsorgen, eine andere. „Einen Kurs Babyschwimmen zu buchen, ist nahezu unmöglich. Bis man die Kinder startklar hat, ist die Hälfte der Stunde vorbei“, beschreibt Iris Nadler die zeitintensive Vorbereitung und Sabine Schulz erinnert sich noch gut an die Zeit, als sie ihre „doppelten Lottchen“ nacheinander stillte und am Ende, mit allem drum und dran,

fast drei Stunden vergangen waren. „Ich kam zeitweise nicht aus meinen ‚Schlabbersachen‘ raus“, erklärt sie ihren Dauereinsatz für Sarina und Annika und Martina Eggers nickt zustimmend mit dem Kopf. „Für mich ist jeder Gruppenabend eine Auszeit“, fasst die Hertenerin das Treffen zusammen, das im Kreis Recklinghausen eine Rarität ist.

21 Mütter zählt die Gruppe inzwischen; einige steuern aus den umliegenden Städten die Gemeinschaft an. Wie Angela Sauer, die aus Oer-Erkenschwick den Zwillingstreff in Herten besucht. Auch Mütter, die kurz vor der Entbindung stehen, informieren sich bereits jetzt im „Haus Hollenbeck“ über die „Höhen und Tiefen“ bei der Zwillingserziehung. Dabei sorgt vielfach die Außenwelt für Tiefpunkte. „Der Kinderwagen ist doppelt so breit und, wenn dann ein Auto halb auf dem Gehweg parkt, wird's mehr als eng“, beschreibt Verena Rose den Spießrutenlauf. Der nimmt im Einkaufszentrum seinen Fortgang – nicht nur wegen der häufig zu schmalen Gänge. „Da wird man angemault, warum man zur Haupteinkaufszeit den Kinderwagen auch noch durch die Geschäfte schieben muss“, erzählt Silvia Habersang ein Erlebnis.

Die Zeit für die Kinder wird natürlich durch zwei geteilt. „Man kämpft immer ein bisschen gegen das schlechte Gewissen, weil man sich nicht mit der Intensität um beide kümmern kann, wie man es bei nur einem tun könnte“, so Martina Eggers, die den Unterschied direkt merkte; sie hatte bereits eine Tochter, bevor ihre Zwillinge geboren wurden. „Alles wird einfacher, wenn man sieht: Den anderen geht es genau so“, beschreibt Kathrin Weidmann die Erleichterung, die ihr der Austausch bringt.

**Stephanie Klinkenbuß**



## infotipps

### Selbsthilfegruppe „Zwillinge“

Jeden dritten Mittwoch im Monat ab 20 Uhr  
Gaststätte „Haus Hollenbeck“  
Kirchstraße 28, 45699 Herten  
[www.zwillingstreff.homepage24.de](http://www.zwillingstreff.homepage24.de)

**Doppelte Freude: Auf Zwillingse-  
ltern warten ganz besondere  
Herausforderungen. Einzigartige  
Tipps und Ratschläge gibt es in  
Herten von „Leidensgenossen“.**

The Right Cut  
Schnipp-Schnapp Barbershop



**Öffnungszeiten:**  
Mo. 9 - 18 Uhr  
Di. - Fr. 9 - 18.30 Uhr  
Sa. 9 - 13 Uhr

[www.schnippschnapp.net](http://www.schnippschnapp.net)

**Bahnhofstraße 138 · 45701 Herten**  
**Telefon: 02 09 / 35 79 12**



## Familien- und Betriebsfeiern

„Gute Stube“  
für etwa 40 Personen

Hofcafé  
für etwa 70 Personen

Partyscheune  
bis zu 200 Personen

### Bauer Südfeld – Hofcafé

Backumer Straße 416

45701 Herten

Tel.: 023 66 / 44 19

[www.bauer-suedfeld.de](http://www.bauer-suedfeld.de)