

## Begegnungen und Austausch beim Selbsthilfetag

INFORMATIONSVORANSTALTUNG Auch der Gesundheitsbereich war einbezogen / Es gab Vorträge von Fachleuten und Betroffenen



Hier informiert sich Uschi Behrmann (links) von der Frauenselbsthilfe nach Krebs bei Anita van der Laan (rechts) und Martha Otto (Mitte) über das Risiko, schon in jungen Jahren einen Schlaganfall zu erleiden. Die Schlaganfall-Selbsthilfegruppe „AIDA“ sitzt in Papenburg. Sie war eine von rund 40 Gruppen und Initiativen, die sich am Sonnabend vorstellte.

BILDER: FERTIG

Die Kontaktstelle beim Landkreis fördert das Zusammenwachsen der Selbsthilfegruppen. Sie bietet zweimal jährlich Gesamttreffen an.

VON ASTRID FERTIG

**LEER** - Unter dem Motto „Wir sitzen alle in einem Boot“ veranstaltete die Selbsthilfekontaktstelle des Landkreises am Sonnabend in den Berufsbildenden Schulen den „1. Leeraner Selbsthilfe- und Gesundheitstag“. Selbsthilfegruppen aus dem Umland präsentierten sich dabei der Öffentlichkeit. Sie hatten sich alle viel Mühe gegeben, ansprechende Stände aufgebaut

und aufwändiges Info-Material zusammengestellt. Einige waren deshalb enttäuscht über mangelnden Publikumszuspruch.

Solche Info-Tage organisiert das Gesundheitsamt seit vielen Jahren, erläuterte Susanne Kachel, eine der Ansprechpartnerinnen beim Landkreis. Neu war diesmal die Kombination mit dem Gesundheitsbereich. Etliche Firmen stellten ihre Angebote vor. Auch die Kreisvolkshochschule und die Berufsbildenden Schulen präsentierten sich. Es gab Vorträge von Fachleuten und Betroffenen: Dr. Martin Reckels, Internist am Borromäus-Hospital, sprach über Dickdarmkrebs,

die gehörlose Sabina Sander aus Papenburg führte in die Gebärdensprache ein und Suchttherapeut Franz-Josef Hopmann aus dem Rheiderland hielt ein Referat über den Umgang mit Alkoholismus.

Von den etwa 100 Selbsthilfegruppen, die es im Landkreis gibt, waren 40 bei dem Info-Tag vertreten. Dazu gehörten der Blindenverein Ostfriesland, die Gruppen „Morbus Crohn“ und „Morbus Bechterew“, die Neurodermitis-Selbsthilfegruppe, die Gruppe „Tinnitus“, die Multi-

ple-Sklerose-Gesellschaft und die Gruppe Prostatakrebs. „Es ist ein Erfolg, dass Menschen einander begegnen.“

*„Es ist für die Betroffenen ein großer Schritt, an die Öffentlichkeit zu gehen“*

SUSANNE KACHEL

„Mit seiner Krankheit in die Öffentlichkeit zu gehen, ist für die Betroffenen ein großer Schritt“, erläuterte Susanne Kachel. Der Kontaktstelle gehe es darum, dass die Selbsthilfe zusammenwächst. Sie bietet deshalb zweimal im Jahr ein Gesamttreffen für alle Gruppen an.

Bei der Gruppe „AIDA“, deren Kürzel für „Austauschen, Information, Diskussion und



Hans Büscher (links), Sprecher der Selbsthilfegruppe „Diabetes“, sowie Susanne Kachel und Hans-Hinrich Vervoort vom Landkreis organisierten den Selbsthilfe- und Gesundheitstag in der BBS.

Aktivität“ steht, geht es um Menschen, die schon in jungen Jahren einen Schlaganfall erleiden. Fast alle am Info-Stand sind entweder selbst betroffen oder haben Angehörige, denen es so geht. Und junge Leute haben ganz andere Fragen und Probleme, wenn bei ihnen ein Schlaganfall auftritt, als wenn es Menschen im Rentenalter trifft.

Uschi Behrmann informierte sich am Stand. „Ich habe auch immer gedacht, das passiert nur alten Leuten“, erläuterte Martha Otto ihr. Doch Rauchen, Stress und Bluthochdruck sind Risikofaktoren, die dazu beitragen, dass man bei entsprechender Veranlagung auch schon in sei-

nen 30ern einen Schlaganfall bekommt.

Heike Diekhoff und Bärbel Auen informierten über das „Bündnis gegen Depression“. Beide sind oft beruflich mit diesem Leiden konfrontiert: Auen ist im Pflegekinderdienst des Landkreises tätig, Diekhoff ist Seniorenbeauftragte. „Depressionen sind immer noch ein großes Tabuthema, obwohl sie jeden treffen können“, erklärt Auen. Es sei wichtig, darüber aufzuklären, „weil sie oft übersehen oder als Befindlichkeitsstörungen verharmlost werden“.

Die Selbsthilfekontaktstelle beim Landkreis kann man unter Telefon 0491/9261119 oder 9261122 erreichen.