

Selbsthilfeforum – Feier zum 25jährigen Bestehen im Spitalhofsaal mit vielen Wortbeiträgen und Zauberei mit den Reutlinger Künstlern „Junge Junge“

Solidarität, Miteinander und Zusammenhalt

NORBERT LEISTER

REUTLINGEN. „Die Selbsthilfegruppen sind eine wichtige Säule der Gesellschaft und des Gesundheitssystems“, hob Marion Rostam am Freitagmittag im Reutlinger Spitalhof hervor. Die Geschäftsführerin der AOK Nekcar-Alb wusste sehr genau, wovon sie sprach – schließlich unterstützt die AOK das Selbsthilfeforum im Landkreis Reutlingen von Anfang an. Und das bedeutet: Seit 25 Jahren kann sich das Forum darauf verlassen, dass es nicht allein dasteht. „Ohne die vielen Engagierten in den Selbsthilfegruppen würde die Gesellschaft nicht funktionieren – sie schenken den Funken Hoffnung, den Menschen brauchen“, so Rostem.

Lob zum 25jährigen Jubiläum gab es auch von Landkreisseite: Landrat Dr. Ulrich Fiedler sprach vom Selbsthilfeforum als „Austauschplattform und Sprachrohr für die Selbsthilfegruppen“. Was aber tut das Forum, das sich aus wenigen Engagierten zusammensetzt? Wie auch Fiedler, so hob Ute Zeile als Forum-Interimsgeschäftsführerin – „weil sich niemand anders findet“ – hervor: „Das Forum steht für den Austausch zwischen den rund 70 Selbsthilfegruppen.“ Die Engagierten organisiere laut Zeile aber auch Veranstaltungen, Informationsabende, unterstütze die Fortbildungsarbeit, ist bei der Inklusionskonferenz dabei, bemühe sich, die Vernetzung zwischen den einzelnen Gruppen voranzutreiben. „Das Forum ist vielfältig, unterschiedlich und doch gleich.“ Weil alle Selbsthilfegruppen, die sich im Forum wiederfinden, eben Gruppierungen seien, die versuchen, sich und anderen bei einer bestimmten Krankheit zu helfen.

Wie Selbsthilfe aussehen kann? Die Forumsmitglieder zeigten das anhand von ihren eigenen Erkrankungen auf. Ute Zeile etwa ist an Morbus bechterew erkrankt, einer extrem schmerzhaften Wirbelsäulenerkrankung. „Krankheit kann auch eine Chance

sein, das Leben neu zu ordnen“, berichtete Zeile, die schon in sehr jungen Jahren die Diagnose hinnehmen musste. Was ihr die Selbsthilfegruppe bringt? „Man kann sich gegenseitig motivieren, stützen und eine positive Einstellung zur Krankheit finden.“ Psychische Hilfe sei da inbegriffen. Nach vielen Jahren aktiver Tätigkeit in „ihrer“ Selbsthilfegruppe könne sie sagen: „Ich bin stärker und selbstbewusster geworden und habe Freunde gefunden.“

Andere positive Erfahrungen mit der Selbsthilfe? Elli Maczuga etwa leidet an COPD, einer chronischen Lungenkrankheit. Als sie die Diagnose bekam, habe sie nach den Äußerungen der Ärzte noch maximal zehn Jahre zu leben gehabt. Das ist viele Jahre her. „Die Selbsthilfegruppe gibt mir Mut, Selbstvertrauen und der Austausch ist wichtig, denn dabei wird auch Wissen weitergetragen“, so Maczuga. Werner Müller leidet an Schlafapnoe, konnte nie eine Nacht durchschlafen, weil er alle paar Sekunden Atemaussetzer hatte. „In einer Selbsthilfegruppe ist man nicht allein und hilft sich gegenseitig“, betonte Müller.

Maria Luik vom Freundeskreis Suchtkrankenhilfe im Hohbuch geht auch nach 36 Jahren noch zusammen mit ihrem Mann in die Selbsthilfegruppe, beide haben dort ihre Bestimmung gefunden. „Die Gruppe ist wie eine Lebensversicherung, solange wir dorthin gehen, weiß ich, dass mein Mann nicht wieder das Trinken anfängt“, so Maria Luik. Thomas Egeler war alkohol- und spielsüchtig. Nach einem selbstverschuldeten Unfall kam er zur Entgiftung, zur Therapie und auch zur Selbsthilfe. „Das Geheimnis der Selbsthilfegruppe lautet: Mir wurde dort viel geholfen und ich will nun was zurückgeben, indem ich selbst eine Gruppe leite.“

Ein Vortrag von Dr. Günther Fuhrer war für das Fest im Spitalhof geplant, der Vorsitzende der Kreisärzteschaft meldete sich jedoch Corona-krank ab. Seine Worte hatte er jedoch an das Forum übermittelt. „Die Selbsthilfe stärkt die Selbstverantwortung, wenn sich chronisch Kranke zu Experten ihrer eigenen Krankheit entwickeln“, ließ Fuhrer übermitteln. Bevor das Reutlinger Zauberer- und Brüder-Duo „Junge Junge“ die Besucher der Jubiläumsfeier mit ihrem Auftritt verzückte, hatte Landrat Fiedler seinen „Dank für die unglaublich wertvolle Arbeit der Selbsthilfegruppen“ betont und dazu erläutert: „Die Belastungen in der jetzigen Zeit sind immens mit Corona, Inflation, steigenden Energiepreisen, deshalb bräuchte es noch viel mehr von dem, was den Selbsthilfegedanken ausmacht, nämlich – Zusammenhalt, Unterstützung, Solidarität und Miteinander.“