



**Erstes Treffen** in der neuen Selbsthilfe-Kontaktstelle: Die Mitarbeiterinnen Hannelore Heymann (l.) und Melanie Goreta (3. v. l.) konnten Vertreter von zwei Coesfeld willkommen heißen.

## Die Selbsthilfe boomt

Über 100 Gruppen / Psychische Erkrankungen machen schon 20 % aus / Erstes Treffen im Kreis C

on Detlef Scherle

**KREIS COESFELD.** Immer mehr Menschen, die aufgrund veränderter Lebensumstände, Krankheit oder Behinderung in Krisen geraten, suchen Rat und Hilfe in Selbsthilfegruppen. „Selbsthilfe ist sehr gefragt“, berichtet Hannelore Heymann von der neuen Selbsthilfe-Kontaktstelle, die seit sieben Monaten von der Bahnhofstraße in Coesfeld und der Graf-Friedrich-Straße in Borken aus, die Gruppen und Interessierte in den Kreisen Coesfeld berät und begleitet. Allein im Kreis Coesfeld gibt es mittlerweile über 100 Selbsthilfegruppen. Aber die Mitgliederzahl gibt keine genauen Angaben. Es dürfte aber bei weit über 1000 liegen. Ihre Themen reichen von A wie Adipositas bis Z wie Zöliakie. Gemeinsam mit ihrer Kollegin

Melanie Goreta hatte Heymann jetzt alle Gruppen erstmals zu einem großen Treffen in die Kontaktstelle nach Coesfeld eingeladen. Rund zwanzig Vertreter von zwölf Gruppen tauschten sich dabei über ihre Arbeit aus und lernten die vielfältigen Unterstützungsangebote kennen.

Die große Mehrheit der Gruppen im Kreis Coesfeld befasst sich mit gesundheitlichen Themen: „In 46 Prozent der Fälle geht es um chronische körperliche Erkrankungen“, macht Heymann deutlich. Der Zuwachs an Gruppengründungen ist aber vor allem durch psychische Erkrankungen getrieben, deren Anteil mittlerweile ein Fünftel ausmacht und damit zu den Suchterkrankungen aufgeschlossen hat. Vor allem Menschen mit Depressionen, aber auch

Borderline-Betroffene und unter Panikattacken Leidende sowie deren Angehörige suchen Kontakt zu Menschen mit ähnlichem Schicksal. „Das ist ein gesell-

**„Das ist ein gesellschaftlicher Trend.“**

Melanie Goreta

schaftlicher Trend“, so Goreta. Beim Thema Depressionen komme noch die Jahreszeit dazu: Mit dem Kürzerwerden der Tage nähmen auch die Anfragen zu, so die Sozialarbeiterin.

Bei dem Treffen stellten die Gruppensprecher fest, dass ihre Probleme sich, auch wenn die Themen ganz andere sind, ähneln. Betroffene, die Selbsthilfegruppen aufsuchten, täten dies zunehmend in einer gewissen „Konsumhaltung“, hieß es.

Man komme ein oder zweimal vorbei, hole sich die nötigen Informationen und sei dann wieder verschwunden. „Wie beim ADAC.“

Schon länger existierende Gruppen kämpfen bisweilen mit Überalterung. Und das lässt sich nicht so einfach lösen. So berichtete der Sprecher einer Kreuzbund-Gruppe für Alkoholranke, dass es schwierig sei, jüngere Betroffene in eine bestehende Gruppe zu integrieren: „Meist ist es besser eine neue Gruppe für Jüngere aufzumachen, weil die untereinander gleich einen besseren Draht haben.“

Goreta und Heymann boten den Gruppen an, sie zu unterstützen. So könnten sie die Räume in Coesfeld für ihre Treffen nutzen. „Wir übernehmen auf Wunsch auch die Öffentlichkeitsarbeit oder führen für sie War-

telisten“, erläuterte Goreta. Beide sind mittlerweile an der neuen Stelle beschäftigt, der Kreis Coesfeld hat eine Selbsthilfe-Kontaktstelle an zwei Standorten. Ein Verzeichnis der Gruppen und dazu eine Log-Anfrage an die Gruppen. Alle Interessierten können sich an die Selbsthilfekonzepte im Kreis Coesfeld an der Bahnhofstraße wenden. Sprechzeiten: von 10 bis 12 Uhr, von 16 bis 18 Uhr, 02541/9260222, selbsthilfe-coesfeld@paritaet.de | www.selbsthilfenet.de

■ Selbsthilfe-Kontaktstelle im Kreis Coesfeld, Bahnhofstraße 10, 02541 Coesfeld, Sprechzeiten: von 10 bis 12 Uhr, von 16 bis 18 Uhr, 02541/9260222, selbsthilfe-coesfeld@paritaet.de | www.selbsthilfenet.de