

Selbsthilfe im ländlichen Raum

1. Selbsthilfe auf der kommunalpolitischen Ebene bekannt machen.

In allen Rathäusern des Kreises, also in jeder Kommune wird eine Ausstellung aus Roll up`s von den Selbsthilfegruppen für 4 Wochen aufgestellt.

Im Vorfeld findet ein Gespräch mit dem jeweiligen Bürgermeister*in und entsprechenden Mitarbeitern der Verwaltung statt. Zur Vernissage sind die jeweiligen Gruppen der Kommune anwesend und stellen sich und die Gruppe vor. Der anwesende Bürgermeister begrüßt und ehrt oft die Gruppen. Anschließend findet meistens eine Diskussion mit dem anwesenden Publikum und Gästen statt. Die anschließende Pressekonferenz findet mit den Gruppen und örtlichen/ überörtlichen Pressevertretern statt.

2. Gruppen für Seelische Gesundheit

In kleinen ländlichen Gemeinden ist es schwierig genügend Teilnehmer für eine Depressions-, Angst- oder Angehörigengruppe zu finden. Die Anbindung an den Öffentlichen Personennahverkehr ist unzureichend. Die Interessierten für diese Gruppen sind aber vielfach nicht in der Lage Selbsthilfegruppen weit entfernt zu besuchen. Mit Hilfe des „Sozialen runden Tisches“ des Ortes, habe ich eine gemischte Gruppe gegründet. Am Runden Tisch meldete sich das Familienzentrum und stellte einen Raum zur Verfügung, die Gemeindesekretärin der evangelischen Kirche wollte regelmäßig nach der Gruppe schauen, Ehrenamtliche des Kinderschutzbundes und einer Seniorengruppe erklärten sich bereit, Menschen die weit außerhalb wohnen, zu fahren. Alle Beteiligten haben auf die Gruppe hingewiesen. Die Kontaktstelle hat sie gegründet und betreut.

3. Einzelstücke

Ältere und einsame Menschen haben sich zu einer Gruppe gefunden. Die Initiatorin entwickelte und verteilte Flyer von ihrer „Gruppe“ mit dem Namen „Einzelstücke“ und schon bald meldeten sich viele Interessierte. Oft musste der Raum gewechselt werden, weil er wieder mal für alle zu klein war. Die Diskussionen zur Gruppenfindung, über Ziele und Vorgehensweisen nahmen viel Raum ein. Die 14 tägigen Treffen wurden für Gespräche, Informationsveranstaltungen, gegenseitige Unterstützung und Verabredungen zur gemeinsamen Freizeitgestaltung genutzt. Es kristallisierte sich heraus, dass in der Gruppe Menschen zusammen kamen, die weder Geld für ein Theaterabonnement in der Kreisstadt noch für andere kostspielige Veranstaltungen hatten.

Nach einem Jahr ging die Gruppe in die neu organisierte ZWAR-Gruppe über.

Heike Trapphoff
Selbsthilfe-Kontaktstelle
Rhein-Sieg-Kreis und
Oberbergischer Kreis

Troisdorf den 18.12.2019