



Selbsthilfezeitung für die Wetterau

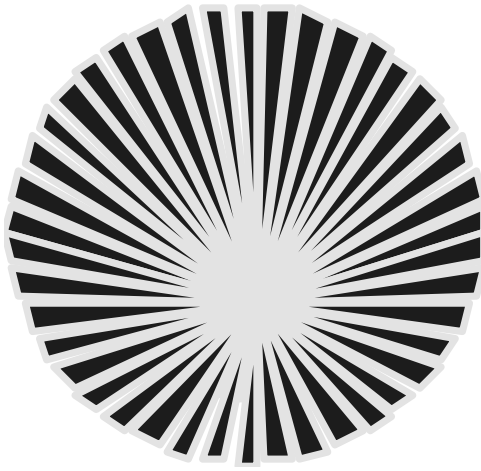
11. Ausgabe 12/2005 Herausgeber: *Selbsthilfe-Kontaktstelle des Wetteraukreises*
BÜRGERaktive Bad Vilbel

Schwerpunktthema:

Vernetzung, Kooperation und Selbsthilfe

- Das Frauenamt des Wetteraukreises stellt sich vor
- Beispiele für Vernetzungen:
 - Lokales Bündnis für Familien
 - Aus dem Bereich Selbsthilfe in der Wetterau
- Neues aus der Selbsthilfe-Landschaft
- Fortsetzungsreihe Ängste bei Kindern, Teil 4





Impressum

Herausgeber



Selbsthilfe-Kontaktstelle des Wetteraukreises
im Gesundheitsamt/Gesundheitshaus Friedberg
Kontakt: Anette Obleser, Tel.: 06031/83545 (8⁰⁰ - 12⁰⁰ Uhr)
Fax: 83911245, E-Mail: Anette.Obleser@wetteraukreis.de
Homepage: www.wetteraukreis.de
Bürgerservice/Wegweiser Selbsthilfe-Kontaktstelle



BÜRGERaktive Bad Vilbel
Gemeinnütziger Verein
Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen
Mitglied in der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.
Frankfurter Str. 15, 61118 Bad Vilbel
Kontakt: Frau Martina Deierling, Tel.: 06101/1384, Fax: 06101/983846
E-Mail: info@buergeraktive.de

Druck
und Gestaltung

Druckservice Uwe Grube
Vogelsbergstraße 6 · 63697 Hirzenhain

crazy.letters... Dirk Eifert
Grebenhainer Str. 2a · 63688 Gedern

Redaktion

Anette Obleser
Selbsthilfe-Kontaktstelle des Wetteraukreises
Europaplatz · 61169 Friedberg

Mathias Flor
Dezernat C des Wetteraukreises
Europaplatz · 61169 Friedberg

Helga Bluhm
BÜRGERaktive Bad Vilbel
Frankfurter Str. 15 · 61118 Bad Vilbel

Sponsoren

AOK Die Gesundheitskasse in Hessen
Vdak Verband der Angestellten-Krankenkassen e.V.
AEV- Arbeiter-Ersatzkassenverband e.V.
BKK in Hessen
LKK Hessen, Rheinlandpfalz und Saarland
Sparkasse Wetterau
Wetterauer Volksbank

Wir danken den Sponsoren für die Unterstützung! Nur durch ihre Hilfe wurde die
Herausgabe und Verteilung der 11. Selbsthilfzeitung für den Wetteraukreis möglich.

Auflage

5000

Redaktionsannahmeschluss für die 12. Selbsthilfzeitung zum Thema
„Schlaganfall und Selbsthilfe“ ist der 15.04.2006.

Das Frauenamt des Wetteraukreises stellt sich vor



Beate Herzog, Karin Domanowski, Franziska Hirtz, Petra Oetheimer, Kornelia Schäfer, Hanne Battenhausen

Das Frauenamt verfolgt den gesetzlichen Auftrag, sich dafür einzusetzen, dass in allen Lebensbereichen das verfassungsrechtliche Gleichheitsgebot für Frauen und Mädchen erfüllt wird.

Daraus ergeben sich für uns, die Mitarbeiterinnen, vielfältige Ziele und Aufgaben:

- ◆ Herstellung von Chancengleichheit auf dem Arbeitsmarkt
- ◆ Förderung der gleichberechtigten Vertretung von Frauen in Politik und Gesellschaft
- ◆ Herstellung von Öffentlichkeit und Bewusstseinsbildung
- ◆ Verwirklichung der Chancengleichheit von Mädchen
- ◆ Verbesserung der Aufstiegschancen und Arbeitssituationen von Frauen im öffentlichen Dienst

Wir verstehen uns als Interessensvertretung für Frauen und Mädchen innerhalb und außerhalb der Kreisverwaltung. Innerhalb der Kreisverwaltung sind wir Ansprechpartnerinnen für die weiblichen Beschäftigten, unterstützen Führungskräfte bei der Frauenförderung und arbeiten mit an einer frauen- und familienfreundlichen Personalentwicklung. Die Aufgabenbereiche, die mehr nach außen wirken, stellen wir Ihnen nun mit Schwerpunkt auf Kooperations- und Netzwerksarbeit vor.

Kooperationen und Netzwerke

Voraussetzung für eine nachhaltige Förderung der Chancengleichheit für Frauen und Mädchen des Wetteraukreises ist das Zusammenwirken aller gesellschaftlichen Bereiche und ihrer Institutionen. Das Frauenamt kooperiert mit Frauenorganisationen, sozialen Trägern, Politik und Wirtschaft und betreibt eine aktive Netzwerkarbeit. Hierzu zählen beispielsweise das Wetterauer Frauenbündnis, die Landesarbeitsge-

meinschaft der hessischen Frauenbüros, der Facharbeitskreis Mädchenarbeit, der regionale Arbeitskreis Girls' Day, der Arbeitskreis Gewalt gegen Frauen und Kinder und das Treffen der Wetterauer Frauenbeauftragten.

Breites Bündnis

Vertreterinnen aus Vereinen, Kommunen, Kirchen und Politik und interessierte Frauen tragen das Frauenbündnis und beschäftigen sich auf den vierteljährlichen Treffen mit aktuellen frauenrelevanten Themen. So stellte im Juli diesen Jahres die Gießener Justus-Liebig-Universität die Ergebnisse des Forschungsprojektes „Beteiligung von Frauen in politischen und gesellschaftlichen Gremien im ländlichen Raum“ vor. Und im Frühjahr ging es um die Änderungen des Zuwanderungsgesetzes und dessen Auswirkungen auf Frauen. Ein weiteres Treffen wird sich mit dem Thema Alleinerziehende und Kinderbetreuung beschäftigen.

Kooperationen für Mädchen

In Zusammenarbeit mit der Fachstelle Jugendarbeit und dem Facharbeitskreis „Mädchenarbeit im Wetteraukreis“ organisieren wir jährlich die Mädchenaktionstage. Ziel des Netzwerkes ist es, die Mädchenarbeit im Wetteraukreis zu fördern und Mädchen neue Zugänge und Erfahrungen zu ermöglichen.

In Kooperation mit einem regionalen Arbeitskreis führen wir seit 2002 den „Girls' Day“ durch, der ganz im Zeichen der Berufsorientierung steht. Dazu bieten im Wetteraukreis viele Unternehmen und Verwaltungen mit technischer und zukunftsorientierter Ausrichtung Einblicke in Berufsfelder, die Mädchen ansonsten bei ihrer Berufswahl nur selten in Betracht ziehen.

Gemeinsam gegen Gewalt an Frauen und Kindern

Der Arbeitsgemeinschaft „Gewalt gegen Frauen und Kinder“ gehören neben dem Frauenamt, das Frauenhaus Wetterau, der Frauennotruf e.V., das Frauenzentrum Friedberg / Büdingen und der Verein Wildwasser an. Die gemeinsame Arbeit hat auch zum Ziel, über Öffentlichkeitsarbeit und Veranstaltungen zu sensibilisieren und zu informieren. Das Frauenamt fördert und unterstützt diese Einrichtungen.

Informations- und Vermittlungsarbeit

Darüber hinaus stehen wir den Bürger/-innen und Beschäftigten der Kreisverwaltung für Beratungen und Informationen zur Verfügung. Ratsuchende können sich im Frauenamt über unterschiedliche Themen informieren und in einem telefonischen oder persönlichen Gespräch individuell beraten lassen. Bei Fragen zur Arbeitslosigkeit, zur Existenzsicherung, zum Wiedereinstieg in das Berufsleben nach der „Familienphase“, zur Scheidung und Trennung, zum Aufenthaltsrecht, zu sexueller Belästigung und Gewalt übernimmt das Frauenamt eine wichtige Verweis- und Vermittlungsfunktion.

Wir flankieren all diese Aufgaben mit einer wirkungsvollen Öffentlichkeitsarbeit, z.B. durch Presseartikel und Veran-

staltungen. So greift der „Frauen-Rundbrief für den Wetteraukreis“, den das Frauenamt vierteljährlich herausgibt, aktuelle frauenpolitische Themen auf.

Falls Sie noch Fragen haben sollten oder weitere Informationen wünschen, stehen wir gerne zur Verfügung.

Kontakt:

Kreisausschuss des Wetteraukreises

Frauenamt

Postadresse: Europaplatz,
61169 Friedberg/Hessen

Büro: Leonhardstr. 7,

Tel. 06031 / 83-857, Fax -852

frauenamt@wetteraukreis.de

www.wetteraukreis.de

Montag bis Donnerstag:

8.30 - 12.30 Uhr und 13.30 - 16.00 Uhr

Freitag:

8.30 - 23.30 Uhr

Im Rahmen der Neustrukturierung der Kreisverwaltung wird sich das Frauenamt ab 2006 umbenennen.



„Was der Mensch auch ergreife
und handhabe,
der einzelne
ist sich nicht hinreichend.
Alle brauchbaren Menschen
sollen in Bezug
untereinander stehen.“

J.W. Goethe

Lokales Bündnis für Familie – Neue Chance in wirtschaftlich schlechten Zeiten?



Sylvia Harbig

Vorsitzende des Arbeitskreises Jugend
und Familie der SPD Bad Vilbel

Die Initiative der rot-grünen Regierung „Lokale Bündnisse für Familie“ in Kreis und Kommune bedeutet nicht die Abwertung vorhandener Betreuungs- oder Beratungssysteme, bedeutet nicht die Neuerfindung des Familienkonzeptes oder den Ruf nach mehr Geld im Sozialetat.

Dieses Missverständnis verhindert vielerorts eine Verwirklichung der eigentlichen Idee:

Ein Zusammenschluss verschiedener gesellschaftlicher Akteure mit dem Ziel, etwas für Familien zu bewirken.

Bündnisse sind keine Debattierclubs, sondern Diskussionsforen und Ideenschmieden, die konkrete Vereinbarungen treffen und ihre Vorstellungen in die Praxis umsetzen. Angesprochen sind die Unternehmen, Kirchengemeinden, Elternvertreter, die örtlichen Behörden, Verbandsvertreter, Wirtschaftsjuvenen, IHK, Stadtverwaltung, Vereine, freie Wohlfahrtsträger, Schulen, Kindergärten, Nachbarschaftshilfe, Bürgeraktive – und die Familien selbst.

Ein lokales Bündnis kann sich in allen Feldern engagieren, auf denen die Rahmenbedingungen für Familien verbessert

werden können: angefangen von der Kinderbetreuung über neue Arbeitszeitregelungen bis hin zu Anlaufstellen für Jugendliche. Jedes Bündnis entscheidet vor Ort selbstständig und unabhängig und erhält Unterstützung durch das Servicebüro Lokale Bündnisse für Familie in Berlin (www.lokale-buendnisse-fuer-familie.de). Das Team des Servicebüros bietet methodische Beratung, Prozessberatung in jeder Phase, Beratung zur Zielfindung und Hilfe bei der Pressearbeit. Die Initiative kann von jeder Institution oder auch von einem Bürger ausgehen.

Die große Chance eines lokalen Bündnisses liegt in der Vernetzung und in der Nutzung von Synergieeffekten: Oft fehlt es an gedanklichem und organisatorischem Austausch zwischen den Initiativen. In der Zusammenarbeit aus Verwaltung, kommerziellen Einrichtungen und ehrenamtlichen Vereinen und Verbänden steckt noch sehr viel Potenzial, das durch das Bündnis aktiviert werden kann.

Warum ist die Beteiligung an einem lokalen Bündnis besonders für Unternehmen und Kommunen interessant?

Städte und Gemeinden stehen im Wettbewerb um Einwohner, Finanzen und Unternehmensansiedlungen. Unter den „weichen“ Standortfaktoren gewinnt Familienfreundlichkeit zunehmend an Bedeutung Und: Lokale Bündnisse helfen Kommunalbehörden, auch in Zeiten knapper Kassen, neue Ideen umzusetzen. In Zusammenarbeit mit den richtigen Partnern entsteht so manches, was einer Behörde allein nicht gelingen würde.

Resümee: Bündnis für Familie bedeutet, viele Akteure an einen Tisch zu bringen, Verwaltung, Unternehmen und ehrenamtliches Engagement als gleichwertige und wertgeschätzte Partner und leidenschaftliche Kämpfer für eine gemeinsame Sache zu gewinnen und durch gegenseitige Unterstützung Nachhaltigkeit und Zukunftsfähigkeit zu erreichen.

Sylvia Harbig, Bad Vilbel, Okt. 2005

Zusammenkunft ist ein Anfang Zusammenhalt ist ein Fortschritt Zusammenarbeit ist ein Erfolg

Anerkennung – Vernetzung – Kooperation – mehr Resonanz

Vor über 6 Jahren begann sich das Wetterauer Gesundheitsamt für die Selbsthilfe und deren Initiativen zu engagieren. Der stetige Einsatz hat sich bewährt. Seitdem verfügt der Wetteraukreis über 1 von 21 offiziell anerkannten hessischen Selbsthilfe-Kontaktstellen. Neben der Gründung und der Unterstützung von Selbsthilfegruppen konnten bereits 11 Ausgaben der Selbsthilfezeitung für die Wetterau erscheinen. Die Organisation von Selbsthilfegruppentreffen und die Veranstaltung von Selbsthilfetagen sowie die umfangreiche Öffentlichkeitsarbeit gehören zu den wichtigsten Aufgaben der Kontaktstelle, um der Selbsthilfe-Bewegung in unserer Region mehr Resonanz zu verschaffen.

Vernetzung braucht Kooperationspartner

Aber immer wieder muss hier angemerkt werden, allein mit der Arbeitskapazität einer Teilzeitkraft wäre dies nie zu schaffen gewesen. Einige Kooperationspartner wurden im Laufe der Zeit gefunden, die die Selbsthilfearbeit im Kreis ebenfalls als wichtig empfanden und zur Unterstützung bereit waren. So muss Frau Helga Bluhm von der Bürgeraktive Bad Vilbel erwähnt werden, ohne deren Einsatz und Unterstützung wäre z.B. die regelmäßige Herausgabe der Selbsthilfezeitung nicht möglich gewesen. **Gemeinsam** wurden in der Vergangenheit im Redaktionsteam Erfahrungen eingebracht, Kontakte genutzt und Ideen umgesetzt. Nur durch dieses gute Miteinander entwickelte sich die Selbsthilfezeitung zu einem lesenswerten, lebendigen, vielseitigen und informativen Blatt.

Auch die Durchführung von Treffen der Selbsthilfegruppen untereinander erhielt die Chance, sich durch die Unterstützung des Forums für Selbsthilfegruppen im Wetteraukreis zu entwickeln. Seit 2001 organisieren die im Forum tätigen Personen aus Selbsthilfegruppen, der Selbsthilfe-Kontaktstelle des Wetteraukreises oder einfach Selbsthilfeinteressierte die regelmäßig im Jahr stattfindenden Zusammentreffen der Selbsthilfegruppen. Nur durch das Einbringen von vielen ideenreichen Vorschlägen der z.Zt. 10 Mitglieder in diesem Forum, konnten sich mit der Zeit die Informa-

tionsveranstaltungen zum Positiven entwickeln. Die Besucher/-innen der Veranstaltungen nehmen das Angebot gerne wahr, werden mit aktuellen Informationen versorgt und zum Erfahrungsaustausch untereinander ermuntert. Die Erkenntnis der Kooperation mit interessierten Menschen bzw. Institutionen lautet ebenfalls in dieser Beziehung: **Gemeinsam lassen sich die Ziele, die man miteinander erarbeitet, viel besser erreichen.**

Öffentlichkeitsarbeit benötigt Kooperationspartner

Auch für die Ausrichtung eines jährlichen Selbsthilfetages ist die Selbsthilfe-Kontaktstelle ständig auf der Suche nach weiteren Institutionen als Kooperationspartner.

Begonnen hatte alles 1998 in Friedberg mit dem Frauenzentrum des Wetteraukreises. 2002 und 2004 unterstützte die Bürgeraktive Bad Vilbel und 2003 konnte der Selbsthilfetag nur mit der Hilfe des Forums für Selbsthilfegruppen im Wetteraukreis in Büdingen durchgeführt werden. Auch die hessischen Krankenkassen müssen aufgrund ihrer finanziellen Förderung als Kooperationspartner an dieser Stelle erwähnt werden. Am 06. Mai 2006 wird der 5. Selbsthilfetag für die Wetterau im Bürgerhaus Nidda veranstaltet. Es wäre erfreulich, wenn sich hierzu Institutionen, Beratungsstellen oder medizinische Einrichtungen mit einbinden würden. Kooperation und Vernetzung ist erwünscht. Sie funktioniert auf der Basis des Miteinanders, der gegenseitigen Information und im Austausch. **Durch mehr Gemeinsamkeit entwickelt sich umfangreiche Vielseitigkeit und weckt somit mehr Interesse.**

Vernetzung und Kooperation von Selbsthilfegruppen untereinander

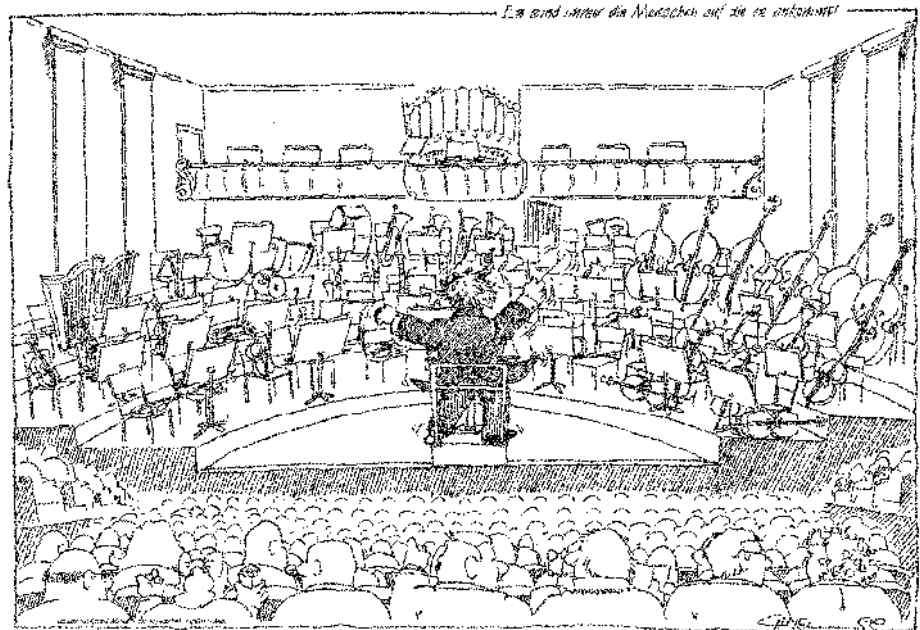
Wünschenswert für die Zukunft wäre auch das gemeinsame Arbeiten der Selbsthilfegruppen im Kreis miteinander oder die Kontaktaufnahme mit überregionalen Gruppen. Nicht die Konkurrenz untereinander sollte dominieren – nein – im Gegenteil, der gemeinsame Erfahrungsaustausch und die Durchführung gemeinsamer Projekte gestaltet sich phantasivoller und bringt die Gruppen weiter (siehe folgender Artikel, Diabetiker-SHG im Wetteraukreis). Was spricht gegen die Kooperation von Beratungsstellen oder die

Vernetzung von Selbsthilfegruppen? Passen nicht Kliniken, Krankenhäuser oder sogar Ehrenamtsagenturen dazu? Es wäre wunderbar miteinander zu arbeiten und/oder gemeinsame Veranstaltungen zu organisieren.

Kooperation und Vernetzung miteinander sind Säulen, die in der Gesamtheit tragfähiger sind. Danke an alle, die die Selbsthilfe-Bewegung im Wetteraukreis gemeinsam in all den Jahren vorangebracht haben. *Anette Obleser*



Anette Obleser,
Selbsthilfe-
Kontaktstelle
Wetteraukreis



Konkurrenz oder Kooperation oder????

Auf die Ziele kommt es an – und auf die Qualität des Austausches untereinander.

Eigentlich ist es nicht verwunderlich, dass in einer Zeit härtesten Konkurrenzkampfes der Ruf nach Vernetzung ertönt. „Der tiefste Punkt im Tal ist auch der Beginn des Aufstiegs“

Ein Lebensstil, der letztlich jeden anderen Menschen zum Konkurrenten um Arbeit, Wasser und Brot macht, ist in der Tat töricht, weil er sich nicht lebenserhaltend sondern zerstörerisch auswirkt.

Kooperation und Vernetzung sind keine neuen Zauberformeln sondern Grundprinzipien des Lebens und der Evolutionsgeschichte.

Wir brauchen uns nur unseren Körper anzuschauen, um zu entdecken, wie fein z.B. das Funktionieren der Organe, Drüsen, Muskeln, Nerven, Hormone.... aufeinander eingestimmt ist. Das Ziel dabei ist, Leben zu ermöglichen. Wir nennen es Gesundheit. Spätestens wenn diese Ordnung gestört ist

und wir krank werden, wissen wir, dass etwas aus dem Gleichgewicht geraten ist. Durch die sich ständig ändernden Lebensbedingungen ist es also wichtig, für den Körper, wie für den Menschen in seinen Beziehungen, immer wieder neu und aktiv ein harmonisches Gleichgewicht herzustellen.

Im Körper bildet jeder Teil, bis hin zur kleinsten Zelle, ein eigenes System. Unsere Gesundheit, unser Leben wird dadurch ermöglicht, dass die verschiedenen Teile auf vielfältige Art miteinander kooperieren. Das Ausmaß unserer Gesundheit hängt also ab von einem reibungslosen Austausch der Systeme untereinander, damit sie optimal funktionieren und sich gegenseitig unterstützen können.

Die gleichen Prinzipien: Austausch, Kommunikation, gegenseitige Unterstützung gelten für alle Systeme: für ein Biotop, den Zug der Kraniche, Zirkus, Fußballteam oder Orchester. Dabei geht es immer ums Überleben und darum, dass jeder ein-

zelle zu einer gemeinsamen Leistung be trägt. Selbsthilfegruppen oder Organisation wissen das sehr gut. Sie machen auch schnell die Erfahrung, dass eine Gruppe oder eine Institution erstarrt, wenn der Austausch untereinander nicht mehr lebendig ist, wenn die Ziele verloren gehen, wenn die einzelnen Mitglieder sich nur noch verwalten lassen. Deswegen ist es wichtig, sich immer wieder die eigenen Ziele zu vergegenwärtigen: Als Einzelperson, als Gruppe, als Verband – um so mehr, wenn es um Vernetzung geht. Dann entstehen größere Einheiten, in denen der Einzelne leicht verloren geht.

Ist das Ziel z.B. mehr Lebendigkeit?, Lernen?, Information?, Austausch untereinander?, gegenseitige Hilfe?, respektvolles Miteinander? Es sind die Ziele und die Wege, wie man sie erreichen will, die am Ende die Qualität der Zusammenarbeit ausmachen.

Schließlich können sich auch Terroristen weltweit vernetzen. Ihre Ziele sind eben andere. Sie wollen zerstören.

...Und noch ein Blick auf unseren konkurrierenden Lebensstil: Ich könnte mir auch einen Zusammenschluss von Gruppen, Organisationen, Wirtschaftsunternehmen, Regierungen vorstellen z.B. mit dem Ziel, darum zu wetteifern, wer mehr bezahlte Arbeitsplätze schafft oder weniger Treibhausgase produziert.

Das hat bis jetzt noch nicht so gut funktioniert. Denn das Konstruktive braucht Zeit. Es braucht Menschen, die in der Lage sind, vernetzt und konstruktiv zu denken und zu handeln.

Die Vernetzung von Selbsthilfegruppen ist dafür ein kleiner Schritt in die richtige Richtung.

Helga Bluhm

Vernetzung von Selbsthilfegruppen aus der Sicht von Martina Wolf, Diabetes-Selbsthilfegruppe Büdingen.

Die Vernetzung von Selbsthilfegruppen ist eine sehr gute Sache. Alle Beteiligten können davon nur profitieren. Jeder Gruppenbegleiter, der gruppenübergreifende Kontakte herstellen möchte, kann Adressen von den in der Nähe ansässigen themengleichen SHG über den jeweiligen Dachverband erfahren oder bei der regionalen Selbsthilfekontaktstelle erfragen.

Auch von dem Krankheitsbild Diabetes existieren 6 Selbsthilfegruppen im Kreis. Sie arbeiten alle ganz unterschiedlich. So kommt z.B. in der einen Gruppe jeden Monat ein Referent, der Neuigkeiten vorstellt, in anderen Gruppen besitzt der Erfahrungsaustausch obere Priorität und dort wird vielleicht nur einmal im Jahr ein Vortragender eingeladen.

Gerade um diese verschiedenen Arbeitsformen kennen zu lernen, ist es wichtig, Kontakt zu den Begleitern aus den anderen Gruppen aufzunehmen. Nur so kann Erfahrung übergreifend ausgetauscht und gemeinsam zusammengearbeitet werden.

Die Vernetzung der Diabetiker-Selbsthilfegruppen aus dem Wetteraukreis begann anfänglich mit der Erstellung eines Handzettels, indem wir alle 6 SHG auflisteten. Diese Flyer wurden in allen Gruppen ausgegeben. Wir verteilten sie vorrangig auch an die Arztpraxen, Apotheken, Krankenkassen

und an speziell Interessierte. Jeder Betroffene oder Angehörige kann somit die Treffen der verschiedenen Gruppen nachlesen und individuell Kontakt aufnehmen.

2005 trafen sich die Wetterauer Selbsthilfegruppenbegleiter erstmals gemeinsam zu einem Seminar. Dort hatten wir auch die Möglichkeit unsere Erfahrungen mit den hessischen Diabetiker-SHG auszutauschen. Ab dem Jahr 2006 werden die Selbsthilfegruppenbegleiter „Diabetes im Wetteraukreis“ regelmäßige Treffen untereinander organisieren, zu denen natürlich auch immer Interessierte der einzelnen SHG dazustoßen können.

Gegenwärtig geht es vor allem um das persönliche Kennen lernen, Arbeitsformen vergleichen und den gegenseitigen Informationsaustausch zu fördern. Damit haben wir eine Basis geschaffen, dass wir in der Zukunft unsere gemeinsamen Ziele herausfinden können. Unser gemeinsames Vorankommen befindet sich noch in den Anfängen – doch nur so funktioniert Vernetzung - und nur so kann miteinander mehr bewegt werden.

Martina Wolf

SHG Diabetiker Büdingen, Tel.: 06042/953601



FORUM für SELBSTHILFEGRUPPEN im WETTERAUKREIS

Vernetzungsarbeit als Bereicherung in der Selbsthilfe

„Forum für Selbsthilfegruppen des Wetteraukreises“ stellt sich vor:

Das Forum für Selbsthilfegruppen im Wetteraukreis hat sich am 05.12.2001 gegründet und versteht sich als kooperativ arbeitendes Organ für die Selbsthilfegruppen im Wetteraukreis. Das Forum organisiert 2x im Jahr die Zusammenkunft der Selbsthilfegruppen aus dem Wetteraukreis, greift aktuelle Themen auf und versteht sich als Diskussionsforum für allgemeine und besondere Fragen. Es unterstützt und koordiniert die Arbeit der Selbsthilfegruppen, ist stets offen für neue Gruppen und Beiträge und fördert somit die Weiterentwicklung der Selbsthilfebewegung im Wetteraukreis.

Die regionalen Selbsthilfegruppen treffen sich zweimal im Jahr und stellen ihre Arbeit vor, tauschen Erfahrungen aus und werden zu aktuellen Themen, wie z.B.: Öffentlichkeitsarbeit, Arbeit und Konflikte in der Gruppe, Finanzierungsmöglichkeiten, Hilfe zur Selbsthilfe u.v.m. informiert.

Das „Forum“ hat in Zusammenarbeit mit der Selbsthilfe-Kontaktstelle des Wetteraukreises in den vergangenen Jahren vielfältige Aktivitäten entwickelt und auch mehrfach Selbsthilfetage gemeinsam mit Selbsthilfegruppen durchgeführt.

Neue Wege der Vernetzungsarbeit

◆ Im Innenverhältnis

Durch verschiedene Veranstaltungen und Treffen des „Forums für Selbsthilfegruppen“ haben sich folgende Ergebnisse für SH-Gruppen „nach innen“ herauskristallisiert, die wir im nachfolgenden in die Hauptschwerpunkte eingliedern können:

- ◆ Kontakt
- ◆ Information
- ◆ Kommunikation
- ◆ Unterstützung und Begleitung
- ◆ Weiterbildung
- ◆ Öffentlichkeits- und Lobbyarbeit
- ◆ Gemeinsame Aktivitäten

◆ Im Außenverhältnis

- ◆ Kooperationsarbeit mit bestehenden Institutionen/Beratungsstellen/Arzt- und Naturheilpraxen, Krankenhäuser u.a.
- ◆ Unterstützung der SH-Kontaktstelle im Wetteraukreis
- ◆ Unterstützung und Förderung der Selbsthilfe-Tage durch
- ◆ Kooperationen mit bestehenden Gesundheitseinrichtungen
- ◆ Förderung durch Artikel und die neue Serie „Selbstdarstellungen der SH-Gruppen“ in der hiesigen Presse
- ◆ Informationen über das Internet, Selbstdarstellungen der Selbsthilfegruppen
- ◆ Das eigene Organ „Selbsthilfezeitung des Wetteraukreises“, in der über Alltägliches oder Neues berichtet werden kann.
- ◆ Finanzielle Förderung und Unterstützung von Projekten und Veranstaltungen, der SH-Gruppen oder des „Forums“ durch die Krankenkassen, den Wetteraukreis, Kommunen oder auch Firmen.

Neue Themen des „Forums“

Die inhaltliche Arbeit des „Forums“ besteht besonders auch darin, neue Themen und Entwicklungen aufzugreifen und öffentlich zu machen. In der letzten Veranstaltung am 13. Oktober in Nidda wurde in 4 Gesprächsgruppen die Notwendigkeit des achtsamen Umganges miteinander innerhalb einer Selbsthilfegruppe aufgearbeitet.

Die neue Art der Zusammenarbeit, die Reflektion über bestimmte Themen und die Art der Darstellung in den Gesprächsrunden bildeten eine Einheit, in der klar erkennbar war, dass eine umfangreiche Vielfalt von Interessen gemeinsame Perspektiven lebendig machen.

Der Austausch untereinander zeigte, dass die Schaffung einer Gemeinsamkeit innerhalb der Gruppen der erste aber auch der wichtigste Schritt ist. Ein gutes Miteinander ist die Basis für alles weitere. Wird dies in den Gruppen praktiziert, ist ein fruchtbarer Boden geschaffen.

Zur Zeit unterstützen folgende Vertreter der Selbsthilfegruppen das Forum: SHG Fibromyalgie Stockheim, SHG Freundeskreis Oberhessen und Stadt Büdingen, Diabetiker SHG Friedberg, SHG „Komm voran“ Friedberg, Frauengesundheitsinitiative Wetterau, Bürgeraktive Bad Vilbel, Selbsthilfekontaktstelle des Wetteraukreises, Bundesver-

band der Organtransplantierten, SHG Ehlers-Danlos-Syndrom und selbsthilfeinteressierte Einzelpersonen.

Nur mit ihrer Unterstützung ist die umfangreiche und besondere Arbeit des „Forums für Selbsthilfegruppen im Wetteraukreis“ zu leisten. Das Forum ist stets offen für neue „Mitreiter“. Wir bitten alle interessierten Selbsthilfegruppenmitglieder, die im Forum mitarbeiten und unterstützen

wollen, mit der Selbsthilfe-Kontaktstelle Kontakt aufzunehmen. Tel.: 06031/83 545 (8⁰⁰-12.00Uhr).

Waltraud Merz
(Initiative FRAUENgesundheit,
Mitglied des „Forums für Selbsthilfegruppen des Wetteraukreises“)



Neu in unserer Region: „Sozialplanung älterer Menschen“



Brigitte Mergner

Der Wetteraukreis hat der neuen Stelle „Sozialplanung ältere Menschen“, die seit März 2005 mit Frau Brigitte Mergner besetzt ist, die Aufgabe gestellt, den Einsatz von Erfahrungswissen älterer Menschen zu fördern. Ihr Ziel ist es, eine Vernetzung zwischen den verschiedenen

Aktivitäten herzustellen und neues Engagement zu wecken.

Für eine Zusammenarbeit der Selbsthilfekontaktstelle des Wetteraukreises und der neuen Stelle Sozialplanung ältere Menschen im Wetteraukreis gibt es einige Anknüpfungspunkte. Ein Teil der Aufgaben im Rahmen der Sozialplanung bezieht sich auf das bürgerliche Engagement. In Freiwilligen Zentren ist das Erfahrungswissen älterer Menschen gefragt. Auch Selbsthilfegruppen können dort um Unterstützung anfragen.

Das Land Hessen und die Bundesregierung haben seit einigen Jahren Konzepte entwickelt, Modelle unterstützt und Anschubfinanzierungen geleistet, um bürgerliches Engagement in den Kommunen zu fördern.

Während zum einen das EFI - Programm (EFI Erfahrungswissen für Initiativen) und das Modell der Wirtschaftspaten der Bundesregierung sich auf das Wissen der älteren Menschen stützt, fordert zum anderen die Hessische Landesregierung alle Generationen zum freiwilligen Engagement auf und geht davon aus, dass sich das Wissen der verschiedenen Altersgruppen gegenseitig befruchtet.

Ausgangspunkt dieser Konzepte ist es, Impulse zu setzen, um die Freiwilligenarbeit zu unterstützen.

Im Rahmen der genannten Modelle sind Personen ausgebildet worden und haben Freiwilligen-Agenturen gegründet, an die sich engagementinteressierte Menschen und auch diejenigen, die Unterstützung benötigen, wenden können.

Die Aufgabe der Freiwilligenzentren ist es also zu vermitteln, und zwar zwischen denjenigen, die Hilfe benötigen und denen, die helfen wollen.

Die Engagement-Lotsen (z.B.) übernehmen eine Schnittstellenfunktion zwischen Bürgerinnen und Bürgern der Gemeinde, Vereinen und Initiativen. Je nach lokalem Bedarf können unterschiedliche Schwerpunkte für Tätigkeit und Zielgruppe der Engagement-Lotsen gesetzt werden. (Quelle: Gemeinsam Aktiv)

Brigitte Mergner

Fachbereich Jugend und Soziales des Wetteraukreises

Bezirksfachstelle Büdingen

Sozialplanung 55 +

Tel.: 06042/989 222

E-Mail: Brigitte.Mergner@Wetteraukreis.de

Aktuelles aus der Selbsthilfelandchaft



Selbsthilfe im Wandel

9. Treffen der Selbsthilfegruppen in Nidda

Bereits zum 9. Mal traf sich dieser Tage das Forum der Selbsthilfegruppen im Wetteraukreis. Bei der Veranstaltung im Bürgerhaus Nidda drehte sich alles um den Wandel. Selbsthilfegruppen als neue Sozialform oder Selbsthilfegruppe als Fundament für ein solidarisch funktionierendes Gemeinwesen waren nur zwei der interessantesten Thesen hierzu.

Selbsthilfe ist ständig im Wandel und jeder sollte lernen, achtsam dem anderen gegenüber zu sein, so der einhellige Appell beim 9. Treffen der Wetterauer Selbsthilfegruppen. Im Gegensatz noch zu den 60er Jahren gewinnen Verlässlichkeit und Dauerhaftigkeit von Beziehungen wieder stärker an Bedeutung. Es wird wieder mehr soziale Nähe gesucht und die Bereitschaft, sich um die anderen zu sorgen und Verantwortung zu übernehmen, steigt. Die Selbsthilfe fördert geradezu solche Fähigkeiten, wie sie für ein Wir, ein gedeihliches Miteinander dringend gebraucht werden.

Vier Gesprächskreise näherten sich dem Thema Selbsthilfe von ganz unterschiedlichen Standpunkten. Siegfried Roscher vom Freundeskreis Oberhessen und der Stadt Büdingen beleuchtete unter dem Motto „Von der Masse zur Gruppe“ die zentralen Erwartungen, die Menschen an eine Selbsthilfegruppe haben, nämlich Zugehörigkeit, Wertigkeit und Einflussnahme. Singledasein als Lebensmotto sei nur in bestimmten Lebensphasen aktuell und wohl eher eine Erfindung der Werbung. Menschen sehnten sich nach Beziehungen und Gruppen, in denen sie zu Hause sind. Roscher beklagte außerdem, dass Selbsthilfegruppen im Gefolge der Gesundheitsreform als billiges Auffangbecken für Krankheiten und deren Folgen gesehen würden. Selbsthilfegruppen seien aber ein Zusammenschluss von Betroffenen und leisteten keine klassische Beratung. Wichtiges Ergebnis war die Erkenntnis, dass in einer Selbsthilfegruppe alle dieselbe Sprache sprechen, was sich allein schon durch die Krankheit bzw. individuelle Problematik und deren Folgen bedingt.

Ulrike und Ewald Gutberlet vom Bundesverband für Organtransplantierte und der Selbsthilfegruppe Ehlers-Danlos-Syndrom gingen auf die unterschiedlichen Sichtweisen zu Sinn und Zweck einer Selbsthilfegruppe ein.

Je nachdem ob man Mitglied, oder Gruppenleiter/in ist, können ganz unterschiedliche Punkte wichtig sein. Während für das einzelne Mitglied zum Beispiel Therapietipps, Adressen von Ärzt/innen und der Erfahrungsaustausch von großer Bedeutung sind, gehören aus der Sicht der Leitung zur Selbsthilfe: Lernfähigkeit, Menschenkenntnis, Toleranz aber auch die Fähigkeit sich abzugrenzen, ganz zentral dazu. Als Fazit stand letztendlich fest, dass ein Betroffener innerhalb einer Selbsthilfegruppe trotz der hohen Erwartungshaltung im Hinblick auf Erfahrungsaustausch, Aufklärung, Krankheitsbegleitung, die leitenden Personen in der Gruppe nach einer gewissen Mitgliedszeit unterstützen muss und Verantwortung übernehmen sollte. Und wer leitet, muss lernen, sich abzugrenzen und die „Lasten verteilen“.

Rüdiger Lichert von der Diabetiker Selbsthilfegruppe Friedberg zeichnete in seinem Gesprächskreis das Bild von der Selbsthilfegruppe als Fundament für ein solidarisch funktionierendes Gemeinwesen. Er stellte die These auf, dass das „Samaritertum“ der Selbsthilfegruppen Teil der Gesellschaft werden muss. Gleichzeitig bedeutet dies aber sowohl für die Gruppe als auch für ihre Mitglieder ein Spannungsfeld zwischen Hingabe und Schutz vor Ausbeutung.

Auch in der Gesprächsrunde von Waltraud Merz, Frauengesundheitsinitiative Wetterau, ging es darum, die Selbsthilfegruppe als neue Sozialform zu sehen. Die Entwicklungs- und Bewältigungsmöglichkeiten im Schutz der Gruppe wurden besprochen. Die Selbsthilfe könnte zu einer Neuorientierung in der Lebensgestaltung führen.

Das nächste Treffen für die Selbsthilfegruppen des Wetteraukreises findet wieder im Oktober 2006 statt. Die Gruppen forderten an diesem Abend ein Wechsel des Ausrichtungsortes. Somit können die Örtlichkeiten erst im nächsten Jahr festgelegt werden. Das Forum wird rechtzeitig darüber informieren.

Die Rahmenbedingungen des kommenden Selbsthilfe-Tages stehen schon fest. Er wird am 6. Mai 2006 im Bürgerhaus Nidda ab 14⁰⁰Uhr stattfinden.

Presseserie für Selbsthilfegruppen

Seit einigen Wochen publiziert die lokale Presse eine Serie über Selbsthilfegruppen in der Wetterau. Anhand von Einzelschicksalen wird die Thematik der jeweiligen Gruppe beleuchtet, es werden Kontaktadressen und Ansprechpartner vermittelt. Auf diese Weise stellten sich bereits 7 Selbsthilfegruppen vor: Rheumaliga Bad Nauheim, Diabe-

tiker Butzbach, Selbsthilfegruppe Regenbogen Wetteraukreis, Fibromyalgie Bad Nauheim, Guttempler-Gemeinschaft Bad Vilbel, Tuberosöse Sklerose Rhein-Main und „Komm voran“ Butzbach.

An der Serie sind momentan die Wetterauer Zeitung, der Kreisanzeiger und die Butzbacher Zeitung beteiligt. Gruppen, die Interesse daran haben, einen Beitrag über sich in der Zeitung zu lesen, melden sich bitte bei der Selbsthilfe-Kontaktstelle des Wetteraukreises, Telefon 06031 83 545 (8.°-12.°Uhr).



Die Diabetiker-Gruppe aus Karben und Umgebung unter der Leitung von Brigitte Schmidt bietet mehrmals im Jahr Veranstaltungen für ihre Mitglieder an. Kürzlich besuchte die Gruppe das Friedberger Kreishaus und informierte sich über die Aufgaben der Kreisverwaltung, das neue Dienstleistungszentrum und natürlich auch über die Selbsthilfekontaktstelle.

„Tuberosöse Sklerose“ bildet Regionalgruppe Rhein-Main –

Kerstin Langsdorf aus Butzbach zur Vorsitzenden gewählt

BUTZBACH <04.11.2005> Die 34-jährige Speditionskauffrau Kerstin Langsdorf aus Butzbach wurde einstimmig zur Vorsitzenden der Regionalgruppe „Rhein-Main“ des Tuberosöse Sklerose Deutschland e.V. gewählt. Dies teilte der Verband jetzt mit.

Kerstin Langsdorf, die vier Kinder zwischen viereinhalb und 15 Jahren hat, ist seit vielen Jahren Mitglied in der Selbsthilfegruppe, die im gesamten deutschsprachigen Raum aktiv ist. Der Verein, der wegen der Seltenheit der Krankheit die bundesweite Arbeit als Organisationsform gewählt hat und in diesem Jahr sein 20-jähriges Bestehen feiern konnte, hat sich in den letzten Jahren wegen der Vergrößerung der Mitgliederzahl entschieden, die Regionalisierung der Arbeit in Angriff zu nehmen. Nach den Regionalgruppen in Süd- und Norddeutschland sowie in den Ballungsräumen Berlin und Köln-Düsseldorf, wurde nun mit dem Rhein-Main-Gebiet eine fünfte dezentrale Gruppe gebildet.

Die 13-jährige Tochter Susanne leidet seit Geburt an der Tuberosen Sklerose. Mit dem Krankheitsbild sind bei Susanne Tumoren im Gehirn und der Niere ebenso verbunden wie Beeinträchtigungen des Herzens und der Haut. Äußerlich tritt die Krankheit, die auf einem Gendefekt beruht, vor allem durch epileptische Anfälle in Erscheinung, die bei Susanne vor allem nachts auftreten. Viele Betroffene leiden unter Lungenproblemen ebenso wie unter einer geistigen Behinderung mit autistischen Zügen, oft mit aggressiven und autoaggressiven (selbstverletzenden) Ausprägungen. Das Krankheitsbild tritt in sehr unterschiedlicher Ausprägung auf. Während manche Patienten schwerstpflegebedürftig sind, können andere die Regelschulen besuchen und einen Beruf erlernen.

Der Tuberosöse Sklerose Deutschland e.V. hat sich zum Ziel gesetzt, einerseits Betroffenen und ihren Familien Hilfe und Informationen über das Krankheitsbild anzubieten und andererseits die Erforschung des Krankheitsbildes voranzu-

treiben. Hierzu vergibt der Verein Forschungsprojekte, so aktuell eine Studie an der Ludwig-Maximilians-Universität in München, wo mit einem Pilzwirkstoff versucht wird, eine Schrumpfung der Tumore in den Nieren herbeizuführen.

In Deutschland leiden etwa 10.000 Menschen an der Tuberösen Sklerose, vor allem Kinder und Jugendliche. Damit gehört die Krankheit zu den seltenen Erkrankungen, bei denen sich die Pharma-Unternehmen mit der Entwicklung von Medikamenten schwer tun, denn es gibt keinen lukrativen Markt für die Nischenpräparate. Durch eigene Forschungsaktivitäten versucht der Verein, dies etwas zu kompensieren. Dazu besteht eine Zusammenarbeit mit Wissenschaftlern in aller Welt. Besonders intensiv arbeitet die deutsche Selbsthilfegruppe, in deren Vorstand auch vier Wissenschaftler mitarbeiten, mit der Kinderklinik in Cincinnati zusammen, in der eine eigene TS-Sprechstunde eingerichtet wurde. Der Leiter dieser TS-Klinik, Prof. Dr. David Franz, war bei der Jahrestagung 2005 des deutschen TS-Vereins in Bad Oeynhausen zu Gast und wird auch im Jahr 2006 wieder zu einem Austausch über gemeinsame Forschungsprogramme nach Deutschland kommen.

Als Schirmherrin konnte der Tuberöse Sklerose Deutschland e.V. (TSD e.V.) für seine bundesweite Arbeit die Ehefrau des Hessischen Ministerpräsidenten, Anke Koch, gewinnen. Vorsitzender des Bundesverbandes ist Helmut Hehn (Oestrich-Winkel im Rheingau).

Kerstin Langsdorf verzeichnete es als positiv, dass beim Gründungstreffen der Regionalgruppe in Butzbach einige betroffene Kinder dabei waren, die in den letzten Jahren einen guten Fortschritt in der Entwicklung gemacht haben. Das sei ein Lichtblick für andere, vor allem diejenigen, die zum ersten Mal an einem Treffen des TSD e.V. teilnehmen. So könne man das Vereinsmotto „Gemeinsam ein Stück Himmel sehen“ ausfüllen, denn Beispiele positiver Entwicklung seien

stets eine Motivierung der neuen Teilnehmer. Gesprächsstoff des Gründungstreffens, in das bewusst keine medizinischen Vorträge eingebaut worden waren, bildeten Erfahrungen mit Kliniken, Ärzten und Therapeuten ebenso wie die Wirksamkeit von Medikamenten gegen die Anfälle oder die Versorgung mit Hilfsmitteln durch die Kranken- und Pflegekassen. Damit die Eltern in Ruhe diskutieren konnten, waren zwei junge Betreuerinnen dabei, die sich um die Kinder kümmerten. Holzspielsachen von „Werners Holzwürmchen“ sorgten dafür, dass die Kinder sich abwechslungsreich beschäftigen konnten.

Betroffene und deren Familien, die an der Tuberösen Sklerose leiden und in der Regionalgruppe mitmachen wollen, können sich bei:

Kerstin Langsdorf
 Tel. 06033 922907
 Mobil 0160 1185413
 eMail langsdorf@tsdev.org

melden. Als nächste Aktivität plant Kerstin Langsdorf eine Weihnachtsfeier am 11. Dezember auf dem Firmengelände der „Hessenland-Spielplatzgeräte“ in Butzbach-Fauerbach. Spenden und Erlöse werden dem Verein zu Gute kommen. Zur Unterstützung seiner vielfältigen Arbeit ist der Verein dringend auf Spenden angewiesen. Der Tuberöse Sklerose Deutschland e.V. ist vom Finanzamt Minden als gemeinnützig und besonders förderungswürdig anerkannt. Eine Zuwendungsbestätigung in amtlich anerkannter Form versendet der Verein umgehend nach Spendeneingang.

Spendenkonto 123 54 64

Sparkasse Ettlingen

BLZ 660 512 20

Informationen im Internet unter: www.tsdev.org

Initiative FRAUENgesundheit

c/o Waltraud Merz, Dipl. Sozialwirtin - Nidda

Tel: 06043-950380 - e-mail: walli.merz@ginko.de

Die Initiative FRAUENgesundheit organisierte in Zusammenarbeit mit der Selbsthilfegruppe ENDOMETRIOSE eine Veranstaltung zum Thema: „leben durch bewegen“. Finanziert wurde diese Veranstaltung durch die AOK.

„Bewegung“ als Motto für vielfältige Möglichkeiten der Aktivitäten und Lebensereignisse.

In dem Vortrag am 7. September zum Thema: „Mut zur Veränderung“ stellte Waltraud Merz, Dipl. Sozialwirtin, Möglichkeiten von Veränderungswünschen und deren Umsetzung vor. Sie wies auf die vorgegebenen Rollen und Verhaltensweisen von Frauen hin, als Teil unseres sozialen Lebens. Hier finden die wichtigen Entscheidungen und

Entwicklungsprozesse statt.

Z. B. ob wir über unser Leben selbst bestimmen und uns damit eher wohl fühlen oder ob wir andere für uns entscheiden lassen und uns damit blockiert fühlen!

Sie wies auf die Mitte des Lebens hin, in der sich besondere Veränderungswünsche einstellen, sei dies „einen neuen Arbeitsplatz zu finden, oder vielleicht in einer Wohngemeinschaft für Ältere“ zu leben. Gemeinsam wurde festgestellt, dass über die „Vorstellungskraft neue Möglichkeiten für eigene Entscheidungen gefunden werden können, entscheidend sei der Mut und die Rückenstärkung durch andere“. Diskutiert hatte eine kleine Gruppe, aber die Gespräche waren sehr lebhaft.

Weiter interessant fanden die Teilnehmerinnen den Kurs „Wassergymnastik“ am 20. Sept.

Unter der Leitung von Christina Wettlaufer wurde bei sanftem Training im brusthohen Wasser und mit spielerischen Übungen z.B. mit dem Ball, der Noodle durch joggen, stretchen, balancieren. oder auch in der Gruppe gezielt am Körper gearbeitet. Es machte allen viel Spaß und tat gut.

Die Veranstaltungen fanden in der Rabenstein-Klinik in Bad-Salzhausen statt, deren Räumlichkeiten der Initiative kostenfrei zur Verfügung gestellt wurden. Hierfür sei ein herzlicher Dank ausgesprochen.

Die Initiative wird sich auch mit weiteren frauenspezifischen Themen in der kommenden Zeit beschäftigen. Infos: Waltraud Merz, 06043-950380

Waltraud Merz

Allergie- und umweltkrankes Kind e.V. Ortsverband Frankfurt-Nord

Wir sind eine Selbsthilfegruppe, die es Kindern und Erwachsenen möglich macht, sich selbst von Neurodermitis, Asthma und Heuschnupfen u.a. zu heilen.

Wir bieten die Möglichkeit, auch mit wenigen Medikamenten, diesen Erkrankungen zu begegnen. Medikamente beseitigen nur die Symptome, aber nicht die Ursache.

Das Verständnis zu diesen Krankheiten und die Behandlungsmethoden unserer Selbsthilfegruppe orientieren sich an dem Konzept von Prof. Dr. W. A. Stemmann (Kinderklinik Gelsenkirchen, Leiter der Abteilung für Psychosomatik, Allergologie, Pneumologie und Umweltmedizin). In der Kinderklinik wird davon ausgegangen, dass die Ursache ein durch Stress fehlgesteuertes Immunsystem ist. Dieses fehlgesteuerte Immunsystem löst die Symptome aus. Stress und Immunsystem müssen also normalisiert werden.

Die Selbsthilfegruppe zeigt erkrankten Kindern und Erwachsenen, wie die körpereigene Abwehr normalisiert werden kann und wie man wieder eine normale Anpassung an die Umwelt erlangt.

Gesprächsthemen sind u.a.:

- ◆ Den Umgang mit Stress erlernen
(z.B. durch Autogenes Training)
- ◆ Lernen, mit den Trennungängsten der Kinder

und Eltern normal umzugehen

- ◆ Liebevolle und konsequente Erziehung der Kinder
- ◆ Allergen- und säurearme Ernährung
- ◆ Umweltbelastungen vermindern

Die regelmäßigen Treffen für selbstbetroffene Erwachsene oder Eltern bzw. Angehörige betroffener Kinder finden einmal im Monat in Rodheim (OT von Rosbach) statt.

Termine sind bei den nachfolgenden Ansprechpartnern zu erfragen:

Uta Schöllner, Tel.: 06081/688835

Silvia Fölsing, Tel.: 06007/991292



Narcotics Anonymous

*Deutschsprachige Region, -NARSK e.V. -,
Postfach 11 10 10, 64225 Darmstadt*

® *Auszug aus dem Informationsmaterial der „NA“*

... EINE WELTWEITE GEMEINSCHAFT FÜR DIE GENESUNG SÜCHTIGER

Narcotics Anonymous ist eine internationale gemeinnützige Selbsthilfegemeinschaft von genesenden Süchtigen, die in über 28.000 wöchentlichen Meetings in ca. 104 Ländern aktiv ist. Die Mitglieder lernen voneinander, ohne bewußtseinsverändernde Drogen und Medikamente zu leben und von den Auswirkungen der Sucht in ihrem Leben zu genesen.

NA ging Anfang der fünfziger Jahre aus der Bewegung der Anonymen Alkoholiker hervor. Die ersten Meetings fanden in der Gegend von Los Angeles statt.

... DIE ARBEITSWEISE

Grundelement von Narcotics Anonymous sind die örtlichen Meetings, in denen Süchtige miteinander Erfahrung, Kraft und Hoffnung teilen. Für die Teilnahme gibt es nur eine Voraussetzung: das Verlangen, mit Drogen aufzuhören. Die Meetings unterliegen dem Prinzip der Anonymität, welches gewährleistet, dass Süchtige ohne Angst vor rechtlichen oder sozialen Auswirkungen Meetings besuchen können. Der soziale Status der Einzelnen spielt keine Rolle.

Das Herz der Narcotics Anonymous Meetings sind die zwölf Schritte und zwölf Traditionen. Sie beschreiben spirituelle Prinzipien wie Ehrlichkeit, Offenheit und Bereitschaft, Glaube, Vertrauen und Demut auf eine Art, dass Süchtige sie in ihrem täglichen Leben anwenden können. Indem Süchtige diese Richtlinien befolgen und darin mit anderen NA-Mitgliedern zusammenarbeiten, lernen sie, ihre Drogenabhängigkeit zu beenden und sich den Herausforderungen des täglichen Lebens zu stellen. Narcotics Anonymous ist keine religiöse Organisation und empfiehlt kein bestimmtes Glaubenssystem. Die praktische Anwendung spiritueller Prinzipien wird von jedem Menschen selbst bestimmt. Genesung ist demnach ein höchst-

persönlicher Wachstumsprozeß, um Freiheit von Sucht und einen neuen Lebensweg finden zu können.

In den „12 Traditionen“ ist beschrieben, wie die Wechselwirkungen zwischen der Genesung der Einzelnen und der Existenz der Gruppe sowie der gesamten Gemeinschaft sind und wie Fortbestand und Wachstum aller Teile NA's gewährleistet werden können.

... MITGLIEDSCHAFT

Alle, die aufhören wollen Drogen zu nehmen, können bei Narcotics Anonymous teilnehmen. Sie nehmen schlicht an den Meetings teil. Es gibt keine förmliche Aufnahme, Mitgliedschaft oder Mitgliedsbeiträge. Mitmachen können alle, ohne Rücksicht auf Alter, Rasse, Geschlecht, sexuelle Identität, Glauben, Religion oder fehlende Religionszugehörigkeit.

Es ist unwichtig, welche oder wieviel Drogen jemand genommen hat, was jemand in der Vergangenheit getan hat, ob jemand arm oder reich ist usw. Interessant ist einzig und allein, wie jemand sein Drogenproblem angehen will und wie wir dabei helfen können. Narcotics Anonymous konzentriert sich auf die Genesung von der Krankheit Sucht, die mehr umfaßt, als den Mißbrauch von Drogen. Daher ist es wichtig, dem NA-Programm gegenüber aufgeschlossen zu sein und die Bereitschaft zu haben, daraus die praktischen Konsequenzen zu entwickeln. In NA-Meetings sind Süchtige willkommen, auch wenn sie noch Drogen nehmen. Wir bitten diese Neuankömmlinge darum wiederzukommen, jedoch auch, im Laufe der Zeit clean, d.h. drogenfrei wiederzukommen.

... ORGANISATION

Narcotics Anonymous erhält sich selbst durch die Spenden seiner Mitglieder und lehnt Zuwendungen von außerhalb ab. Narcotics Anonymous ist unabhängig und die Gruppen sind autonom im Rahmen der Richtlinien, wie sie durch die

Traditionen beschrieben sind. Jede Gruppe wählt aus ihren Mitgliedern betraute Personen für verschiedene nötige Funktionen: Leitung des Meetings, Spendenverwaltung, Versorgung mit NA-Literatur, Versorgung mit Getränken, sowie Repräsentation der Gruppe in Ausschüssen und Komitees der Gemeinschaft.

Die gewählten Delegierten der Meetings eines bestimmten Gebietes finden sich regelmäßig zu einer Servicekonferenz zusammen um sich auszutauschen und gemeinsame Belange, wie die Verteilung der Literatur, die Information der Öffentlichkeit und die Vorstellung NA's in Einrichtungen der Drogenhilfe und Haftanstalten zu organisieren.

Diese verschiedenen „Gebiete“ wiederum sind zusammengeschlossen in der „deutschsprachigen Region“ (Deutschland, Österreich, Schweiz, Elsaß), und werden durch Delegierte dort vertreten um wiederum den o.g. Service für die gesamte Gemeinschaft zur Verfügung zu stellen. Immer die

gleiche Art der Delegation führt schließlich über einen europäischen Zusammenschluß hin bis zur „World Service Conference“, administrativ unterstützt vom „World Service-Office“, die die NA-Meetings weltweit umfaßt. Die Tätigkeit für NA ist ehrenamtlich und unentgeltlich.

Na behauptet nicht, ein Programm zu besitzen, das für alle Süchtigen unter allen Umständen funktioniert, oder, dass seine therapeutischen Sichtweisen allgemein übernommen werden sollten. NA steht auch der Tatsache, dass Menschen Drogen nehmen, nicht ablehnend gegenüber.

NA bietet nur an, wenn Süchtige aufhören wollen Drogen zu nehmen, dann bereit zu stehen um zu helfen.

Kontakt zur regionalen NA-Gruppe
Treffpunkt Friedberg
Tel. 06031/72100

Fortsetzungsreihe "Ängste bei Kindern"

Teil 4

Fortsetzungsreihe seit der 6. Ausgabe der Selbsthilfezeitung für die Wetterau
Monika Gerhardus, Lehrerin und Heilpraktikerin, Naturheilpraxis, 61137 Schöneck



Elternhäuser

Das strenge Elternhaus

In strengen Elternhäusern, die feste Regeln aufstellen und deren Einhaltung einfordern, wird der Konflikt des Verstoßes gegen das persönliche Gewissen auf Kosten des kollektiven Gewissens entstehen. Das Kind wird alles tun, um in der Gruppe Wohlverhalten zu zeigen, denn es möchte nicht verstoßen werden.

Das gleichgültige Elternhaus

Eltern, die alles gut finden, beschützen das Kind nicht gegen sich selbst. Es darf alles, es kann seine Individualität austoben – es erfährt keinen Halt, keine Orientierung. Es wird den Konflikt zum kollektiven Gewissen spüren und aus diesem Grund ständig Schuldgefühle haben. Eltern die alles gut finden, tun dies vielleicht aus Interessellosigkeit.

Beide, das strenge Elternhaus und das interesselose Elternhaus, schüren beim Kind moralische und neurotische Ängste, es wird sich ständig schuldig fühlen, ja, es wird sich

sogar als ein Wesen mit großem Mangel empfinden. Es wird unter ständiger Spannung stehen und sich nichts zutrauen – es könnte ja etwas falsch machen!

Nach der Pisastudie, die auch die Kinder selbst getroffen hat, gaben die von mir in einer Hauptschule befragten Jugendlichen freimütig zu, dass für sie das schlimmste ist, dass sich niemand zu Hause für sie interessiert.

Sie können kommen und gehen, wann sie wollen, für Hausaufgaben oder andere Belange aus der Schule oder ihrem persönlichen Leben ist zu Hause kein Ohr.

Eltern wollen ihre Ruhe haben. Wenn sie körperlich anwesend sind, dann sind sie oft emotional nicht anwesend - der Nährboden für Ängste, ob neurotisch oder moralisch.

Das ängstliche Elternhaus

Auch übermäßig behütende Eltern können ihr Kind angstempfindlich machen. Ein Kind, von dem alles Angstmachende ferngehalten wird, lernt nicht, mit Ängsten umzugehen. Wenn es dann jedoch in einem bestimmten Moment

in einer ungewohnten Situation zurecht kommen muss, wie zum Beispiel vor dem ersten Gang in die Schule, steht es bange Gefühlen wehrlos gegenüber. Ängstlichkeit überträgt sich, kann gelernt werden.

Schwere Formen der Angst

Wenn ein Kind so in Beschlag genommen wird von seiner Angst, dass es in seiner normalen Entwicklung bedroht wird, können krankhafte Folgen entstehen. Ein Kind wird von gleichgültigen oder ratlosen Eltern selbst ratlos gemacht, wenn diese ihm keinen Einhalt gebieten, wenn es z. B. seine Aggressionen einfach ausleben darf. Ein Kind bekommt Angst, wenn es sich frei ausleben darf und ihm keine Beherrschung abverlangt wird.

Überstrenge Eltern machen ihr Kind lebensunsicher. Es macht nie etwas richtig, immer fehlt etwas.

Kinder identifizieren sich von einem bestimmten Zeitpunkt an mit den Vorstellungen ihrer Eltern. Sie glauben an den Wert. Wenn es den Forderungen nicht entspricht, dann ist es von sich selbst enttäuscht. Ein Grund für frühe kindliche Depression. Übermäßig behütende Eltern können zu weit gehen, wenn sie real existierende Ängste einfach wegreden.

Wenn das Kind im voraus erkennt, dass etwas Unheimliches bevorsteht, hat es Gelegenheit, ein wenig Angst zu bekommen. Es kann sich darauf vorbereiten und Strategien zum Selbstschutz überlegen.

Wenn aber Eltern dies durch beschönigende Worte systematisch verhindern, kommt das Kind wehrlos in die Situation. Das verschlimmert seine Angst.

Eisenberg bringt die Schulangst in Zusammenhang mit übermäßig behütenden Eltern. Das Kind ist nur in der Nähe von Mutter oder Vater sicher. Es kann nicht alleine in die Schule gehen. Zwang oder Überreden sind nutzlos und fruchtlos.

Eine schrittweise „Entwöhnung“ von den Eltern ist hier der richtige Weg.

Therapien der Wahl sind:

- ◆ die Homöopathie,
- ◆ die Maltherapie,
- ◆ die Verhaltenstherapie,
- ◆ die Kinesiologie oder auch
- ◆ NLP (Neurolinguistisches Programmieren).

Zusammenfassung

Ursachen für Ängste

- Entwicklungsphasen
- Ererbt
- Umweltbedingt

Umwelteinflüsse auf Ängste

- Reale Angst
- Neurotische Angst
- Moralische Angst

Verstärker für die neurot. Angst

- Das ängstliche Elternhaus

Verstärker für moral. Ängste

- Das strenge Elternhaus

- Das gleichgültige Elternhaus

Mögliche Auswege

- Zuwendung o. Überbehütung
- Eigenreflexion
- Erfahrungen zulassen

- Erfahrungen zulassen

- Erfahrungen zulassen

- Dem Kind sein Recht auf sich selbst zugestehen

- Das Kind als Partner und als Bereicherung ansehen

In der 10. Selbsthilfezeitung mit dem Schwerpunkt „Herz-Kreislaufkrankungen“ verfasste Frau Ursula Buddeus aus Neu-Anspach einen Artikel zum Thema „Vorbeugen mit Wildkräutern“. Leider vergaßen wir die Verfasserin persönlich zu erwähnen. Nun holen wir es in dieser aktuellen Ausgabe nach. Frau Buddeus bietet auch

Wildkräuterführungen, Vorträge, Kurse zur Herstellung von Tees, Tinkturen, Salben aus Pflanzen und Lebensmitteln an. Für weitere Fragen ist sie zu erreichen unter Tel.: 06081/14922, www.wildkraft.de. Wir danken Frau Buddeus noch einmal für ihren anregenden Beitrag und bitten um Entschuldigung - das Redaktionsteam

Vorankündigung · Vorankündigung

5. Selbsthilfetag

des

Wetteraukreises

findet am

06.05.2006 ab

14:00 Uhr im

Bürgerhaus in

Nidda statt.

Vorankündigung · Vorankündigung

Selbsthilfe-Kontaktstelle des Wetteraukreises



Mitglied in der Deutschen
Arbeitsgemeinschaft
Selbsthilfegruppen e.V.



Gesundheitsamt
61169 Friedberg
Europaplatz
Zimmer 199

Tel.: 06031 / 83 545

Fax.: 06031 / 83 911 245

E-Mail: Anette.Obleser@wetteraukreis.de

Homepage: www.wetteraukreis.de

- Bürgerservice/Wegweiser
- Selbsthilfe-Kontaktstelle

Ansprechpartnerin: Anette Obleser
(8° bis 12° Uhr)

BÜRGERaktive

Bad Vilbel



für aktive Menschen
Hilfe zur Selbsthilfe
BÜRGERaktive Bad Vilbel e.V.

Gemeinnütziger Verein
Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen

Mitglied in der Deutschen
Arbeitsgemeinschaft
Selbsthilfegruppen e.V.



Frankfurter Str. 15
61118 Bad Vilbel

Kontakt:

Frau Martina Deierling,
Tel.: 061 01/1384,

Fax: 061 01/98 38 46

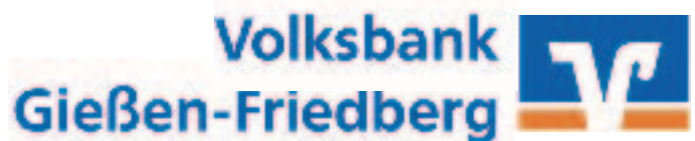
E-Mail: info@buengeraktive.de

Wir danken den unten aufgeführten Sponsoren für die Unterstützung! Nur durch ihre finanzielle Hilfe wurde die Herausgabe der 11. Selbsthilfezeitung für den Wetteraukreis möglich.



Mit freundlicher Unterstützung der

Betriebskrankenkassen in Hessen



Verband der
Angestellten-
Krankenkassen e.V.



AEV - Arbeiter-
Ersatzkassen-
Verband e.V.

BARMER

DAK

Unternehmen Leben

TK
Techniker
Krankenkasse

KKH

Kaufmännische Krankenkasse

**Hamburg
Münchener
Krankenkasse**



LKK Hessen,
Rheinlandpfalz
und Saarland

HEK
Hessische
Krankenkasse

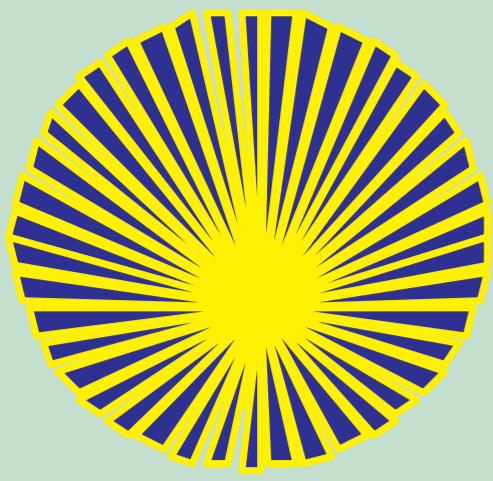
GEK
Güterkraft-
Krankenkasse

HZK
Krankenkasse
Bau- und Holzberufe

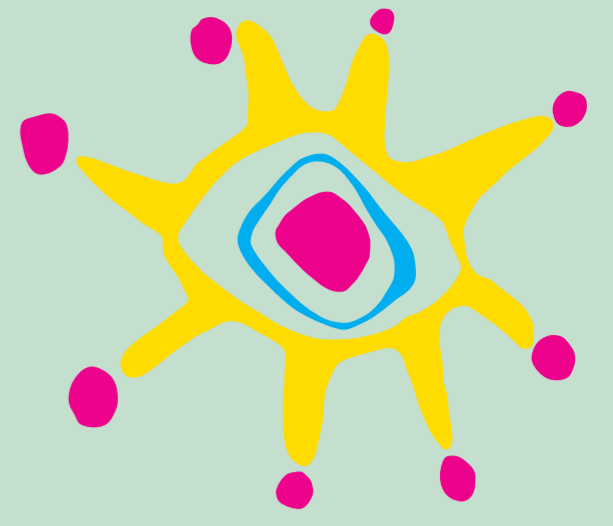
KEH
Krankenkasse Eisen- und Holzberufe

S Sparkasse
Oberhessen





Selbsthilfe Wetterau auf einen Blick



Selbsthilfe-Kontaktstelle des Wetteraukreises

Mitglied in der Deutschen
Arbeitsgemeinschaft
Selbsthilfegruppen e.V.

Gesundheitsamt · 61169 Friedberg · Europaplatz · Zimmer 199
Tel.: 06031/83 545 · Fax: 06031/83 911 245 · Anette.Obleser@wetteraukreis.de · www.wetteraukreis.de

- Selbsthilfegruppe Adoptivältern**
Friedberg
Frau Angela Schüling
06031/12680
- Selbsthilfegruppe für Alleinerziehende**
Butzbach
Frau Petra Tians
06031/5834
- Treffen für Alleinerziehende „Kraut und Rüben“**
Büdingen
Frau Christiane
Hohmann
06042/69823
- Diakonisches Werk, Treffen für Alleinerziehende (mit fachlicher Betreuung)**
Nidda
Frau Cornelia
Brückmann
06043/96 40 17
- Selbsthilfegruppe Allergie und umwelt-krankes Kind (für Kinder und Erwachsene)**
Rodheim
Frau Uta Schöllner
06081/688835
- Bundesverband f.d. Rehabilitation der Aphasiker e.V., Regionalgruppe Bad Nauheim, Aphasiker**
Bad Nauheim
Herr Günter Corvinus
06032/3725
- Regionale Selbsthilfegruppe Hochtaunus- und Wetteraukreises, Erwachsenen Selbsthilfe**
Aufmerksamkeitsstörung mit u. ohne Hyperaktivität (für Eltern von Kindern und Jugendlichen)
Friedberg
Frau Ilona Christoph
06008/930420
- Selbsthilfegruppe FLICK FLACK, Aufmerksamkeitsstörungen/Hyperaktivität**
Karben
Frau Maria Gerhard
06187/3706
- Selbsthilfegruppe Frauen und Mädchen mit Behinderung**
Friedberg
Frau Monika Guth
06035/5458
- Familiengruppe Regenbogen Kinder mit Behinderungen und Entwicklungsverzögerungen Wetteraukreis, wechselnde Orte**
Frau Birgit Ahrens
06034/5732
- Selbsthilfeverein für gesunde Lebensstile und Lebenskultur besser leben e.V.**
Bad Nauheim
Frau Siegrid Bourdin
06032/804572
- Selbsthilfegruppe Bluthochdruck-Herzinfarkt-Schlaganfall**
Bad Vilbel
Herr Gisbert Schlösser
06109/61309
- Diakonisches Werk Wetterau, Gesprächskreis für Menschen mit einer Borderline-Störung (mit fachlicher Betreuung)**
Nidda
Frau Beate Weiß
06043/962760
- Selbsthilfegruppe Mit Herz und Verstand, Defi-Selbsthilfegruppe**
Bad Nauheim
Frau Gritt Oechsle
0700/333 444 533
- Diabetiker-Selbsthilfegruppe Bad Nauheim**
Bad Nauheim
Herrn Thomas Pirl
06187/21081
- Deutscher Diabetiker Bund, Diabetiker-Selbsthilfegruppe Bad Vilbel**
Bad Vilbel
Frau Marianne Weber
06109/31312
- Selbsthilfegruppe Diabetiker-Selbsthilfegruppe Büdingen**
Büdingen
Frau Martina Wolf
06042/953601,
06042/84270
- Selbsthilfegruppe Diabetiker-Selbsthilfegruppe Butzbach**
Butzbach
Herr Reinhold Lückert
06033/73028
- Diabetiker-Selbsthilfegruppe Friedberg**
Friedberg
Herr Mathias Fritsch
06031/63313
- Diabetiker-Selbsthilfegruppe Karben**
Karben
Frau Brigitte Schmidt
06039/2410
- Lebenshilfe Wetterau, Elterngruppe Down-Syndrom**
Wetteraukreis
Frau Sabine Häusler
06035/970324
- EDS Regionalgruppe Wetterau/Hessen, Ehlers-Danlos-Syndrom**
Florstadt
Frau Ulrike Gutberlet
06041/6566
- Selbsthilfegruppe Endometriose**
Büdingen
Frau Marina Groepper
06048/3565
- Selbsthilfegruppe Besser essen, Ernährung**
Bad Nauheim
Frau Sigrid Bourdin
06032/804572
- Selbsthilfegruppe Anonyme Essstörung (Overeaters anonymous)**
Friedberg
06031/91976
- Selbsthilfegruppe Glücklose Schwangerschaft, Fehlgeburt**
Kefenrod
Frau Ute Reitz
06031/77 25 65
- Bad Nauheimer Fibromyalgie-Gruppe, Fibromyalgie**
Bad Nauheim
Frau Ingrid Buchholz-Oelmann
06032/867586
- Selbsthilfegruppe Fibromyalgie**
Ranstadt
Frau G. Neumann-Grunow
06041/969892
- Selbsthilfegruppe Fibromyalgie**
Stockheim
Frau Monika Weiser
06041/6502
- Initiative FRAUENGesundheit, Frauen in der Lebensmitte**
Nidda
Frau Waltraud Merz
06043/950 380
- BÜRGERaktive Bad Vilbel e.V., „Tapentenwechsel“, Frauen über 50**
Bad Vilbel
Frau Brigitte Ehlers
06101/1384
- Gehörlosenverein zu Friedberg und Umgebung**
Friedberg
Frau Susanne Buschmas
06031/18454
- BÜRGERaktive Bad Vilbel e.V., Geistige Fitness**
Bad Vilbel
Frau Martina Deierling
06031/1384
- Selbsthilfegruppe für Opfer von Gewalttaten**
Florstadt
Frau Barbara Braguti
06035/967142
- Selbsthilfegruppe Goldenhar-Syndrom/Ohr-muscheldysplasie**
Bundesweit im Mai
Frau Jane Döbler
06101/582047
- BÜRGERaktive Bad Vilbel e.V., Wege zur Heilung**
Bad Vilbel
Frau Marion Adler
06101/1384
- Selbsthilfegruppe nach Krankheit**
Büdingen Wollerborn
Frau Brigitte Appel
06049/1024
- BÜRGERaktive Bad Vilbel e.V., Heilsame Wege zu mir - Krebs (Frauen)**
Bad Vilbel
Frau Margot Vetter-Hetherington
06101/1384
- Frauenselbsthilfe nach Krebs, Gruppe Büdingen**
Rohrbach
Frau Johanna Ochsenhirt
06041/4482
- Landesverband Hessen e.V., Frauenselbsthilfe nach Krebs Gruppe Bad Nauheim**
Bad Nauheim
Frau Auguste Schubert
06032/35745
- Landesverband Hessen, Frauenselbsthilfe nach Krebs, Gruppe Schotten/Nidda**
Nidda
Frau Christel Meurer
06043/2794
- Selbsthilfegruppe Legasthenie**
Friedberg
Herrn Joachim Höller
06035/189589
- Selbsthilfegruppe Rheumaliga Hessen e.V., Arbeitskreis Lupus erythematodes**
Bad Nauheim
Herrn Jürgen Einig
06032/32647
- Selbsthilfegruppe Deutsche Lymphschulung zur Selbsttherapie e.V.**
Bad Nauheim
Frau Doris Gonnemann
06032/83089
- Gesprächskreis / Selbsthilfegruppe Langzeitantik-ogulation, Marcumarpatienten**
Bad Nauheim
Herrn Horst Müller
06032/321 28
- Selbsthilfegruppe Migräne**
Büdingen
Frau Ute Dr. Glock
06042/3564
- BÜRGERaktive Bad Vilbel e.V., Soziales Miteinander**
Bad Vilbel
Frau Martina Deierling
06101/1384
- Selbsthilfegruppe Büdingen, Morbus Bechterew**
Büdingen
Herrn Helmut Faust
06042/1798
- Selbsthilfeorganisation Gruppe Friedberg/Bad Nauheim, Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew e.V.**
Bad Nauheim
Herrn Uwe Streiber
06032/345883
- Selbsthilfegruppe Morbus Crohn / Colitis Ulcerosa**
Bad Nauheim
Frau Martina Ulrich
06031/693936
- Selbsthilfegruppe Morbus Crohn / Colitis Ulcerosa**
Gedern
Frau Bianka Crepaldi
06043/984957
- Selbsthilfegruppe Morbus Crohn / Colitis Ulcerosa**
Karben/Friedrichsdorf
Frau Ilse Dittrich
06039/7386
- Regionale Selbsthilfegruppe Bad Nauheim, Deutsche Parkinson Vereinigung e.V., Morbus Parkinson-Erkrankung, Regionalgruppe Bad Nauheim**
Bad Nauheim
Herrn Friedrich-Karl
Prof. Dr. Pierau
06032/3 25 01
- MorbusParkinson-Selbsthilfe Schneckenhaus e.V.**
Florstadt/Staden
Herrn Hermann
Terweiden
06035/970306
- Deutsche MS-Gesellschaft Gruppe Wetterau, Multiple Sklerose**
Friedberg/Assenheim
Frau Bärbel Grigull-Müller
06031/1350
- Deutsche MS-Gesellschaft, Selbsthilfegruppe Butzbach u. Umgebung, Multiple Sklerose**
Pohl-Göns
Frau Elisabeth Billasch
06032/937519
- Multiple Sklerose (MS Frösche Büdingen)**
Büdingen
Frau Ingrid Türk
06041/279
- DMSG Landesverband, Multiple Sklerose für jüngere und Berufstätige**
Florstadt
Frau Bärbel Müller
06031/1350
- Bundesverband der Organtransplantierten**
Assenheim
Frau Ulrike Gutberlet
06041/6566
- Selbsthilfegruppe des Bundesverbandes Osteoporose**
Büdingen
Frau Frieda Schrot
06042/951 842
- Selbsthilfegruppe des Bundesverbandes für Osteoporose**
Gedern
Frau Helga Szyja
06045/5155
- Selbsthilfegruppe Osteoporose**
Nidda
Frau Renate Hantel
06043/2757
- Bundesselbsthilfeverband für Osteoporose**
Butzbach
Herrn Bernd Mrotzek
06033/64746
- Selbsthilfegruppe Bad Nauheim e.V. Osteoporose-Sport**
Bad Nauheim
Herrn Wolfgang
Lehmann
06032/6788
- Gesprächskreis Pflegende Angehörige**
Friedberg
Herrn Joachim Michalik
06032/931313 oder
06031/4455
- Gesprächskreis Pflegende Angehörige**
Karben
Frau Birgit Kittner
06039/8002-33
- Gesprächskreis für Pflegende Angehörige**
Oppershofen
Herrn Alfons Graubert
06033/96 11 0
- Selbsthilfegruppe Pflegende Angehörige (Demenz)**
Altenstadt
Frau Martina Obermann
06039/6116 oder
0160/5421547
- BÜRGERaktive Bad Vilbel e.V., Gesprächskreis für pflegende Angehörige (Demenz)**
Bad Vilbel
Frau Martina Deierling
06101/1384
- Deutscher Psoriasis Bund e.V., Psoriasis, Regionalgruppe Friedberg**
Friedberg
Frau Ulrike Rupp
06101/582086
- Selbsthilfegruppe Psychisch belastet Bad Nauheim**
Butzbach/Pohl-Göns
06033/60911 bis 15⁰⁰
ab 15⁰⁰ 06033/60443
- Selbsthilfegruppe Psychisch belastet (Angst- und Panikattacken)**
Butzbach/Pohl-Göns
06033/60911 bis 15⁰⁰
ab 15⁰⁰ 06033/60443
- Selbsthilfegruppe Psychisch belastet (Angst- und Panikattacken, Depression)**
Friedberg
06421/167816
- Offener Gesprächskreis Psychisch belastet (Depression) f. Betroffene**
Friedberg
06032/927744
- Offener Gesprächskreis Psychisch belastet (Depression) f. Angehörige**
Friedberg
Herrn M. Römer-Peitz
06031/89 1530
- Selbsthilfegruppe Blickpunkt, Offener Treff für Psychisch belastete Menschen + Angeh.**
Karben
06039/45278
- Selbsthilfegruppe Psychisch Kranke (Zwanghafte Sammler „Messies“)**
Friedberg
Frau Steines
06031/725213 (Di. 9-12⁰⁰Uhr-14-tägig)
- Diakonisches Werk Wetterau, Gesprächskreis für Angehörige von psychisch Kranken (mit fachlicher Betreuung)**
Friedberg
Frau Mona Fertig
06031/72 520
- Diakonisches Werk Wetterau, Gesprächskreis für Angehörige von psychisch Kranken (mit fachlicher Betreuung)**
Nidda
Frau Rowitha Münnich
06042/9796016
- Selbsthilfegruppe Deutsche Rheumaliga Hessen e.V. Selters**
Bad Salzhausen
Frau Hannelore Rüb
06041/6188
- Selbsthilfegruppe Deutsche Rheumaliga Butzbach**
Pohl-Göns
Frau Edeltraud Schilar
06033/64962
- Selbsthilfegruppe Deutsche Rheumaliga Hessen e.V. Bad Nauheim**
Bad Nauheim
Herrn Jürgen Einig
06032/32647
- Selbsthilfegruppe Deutsche Rheumaliga Hessen e.V. Bad Salzhausen**
Geiß-Nidda
Frau Erika Günther
06187/934857
- Selbsthilfegruppe Rheumaliga Hessen Karben**
Karben
Frau Ursula G. Beseler
06039/933993
- Selbsthilfegruppe „Komm voran“, Schädel-Hirn-Verletzte und Angehörige**
Friedberg
Herrn Renke Theilen
06033/16715
- Selbsthilfegruppe Aktiv trotz Schlaganfall, Bad Nauheim-Friedberg e.V.**
Bad Nauheim
Frau Helga Döpfer
06032/3669
- BÜRGERaktive Bad Vilbel e.V., Chronische Schmerzpatienten**
Bad Vilbel
Frau Hildegard Heinze
06101/1384
- Selbsthilfegruppe Glücklose Schwangerschaft**
Kefenrod
Frau Ute Reitz
06031/772565
- Diakonisches Werk Wetterau, Gesprächskreis Seelische Gesundheit (mit fachlicher Betreuung)**
Friedberg
Frau Mona Fertig
06031/72520
- Diakonisches Werk Wetterau, Gesprächskreis Seelische Gesundheit (mit fachlicher Betreuung)**
Nidda
Frau Beate Weiß
06043/962761
- Regionalgruppe Osteoporose Wetterau der Pro Retina Deutschland e.V., Sehbehinderung**
Bad Nauheim/Nieder-Mörlen
Frau Marika Frey-Hönig
06032/85798
- BÜRGERaktive Bad Vilbel e.V., Augenstärke klarer sehen, Sehbehinderung**
Bad Vilbel
Frau Martina Deierling
06101/1384
- SINUS Hessen e.V., Sektinformation und Selbsthilfe/Betroffeninitiative**
Variabel nach Absprache
Herrn Otto Lomb
0700/74687336
(SINUSFFM)
(06003/1039)
- Selbsthilfegruppe für sexuell missbrauchte Menschen**
Bad Vilbel
06101/557 225
- Selbsthilfegruppe Sklerodermie in Deutschland e.V.**
Bad Nauheim
Frau Dorothea Wolff
02772/62618
- Regionalgruppe Rhein-Main Tubulose, Sklerose**
Butzbach
Frau Kerstin Langsdorf
06033/922907 /
0160/1185413
- BÜRGERaktive Bad Vilbel e.V., Vom Leben und vom Sterben**
Bad Vilbel
Martina Deierling
06101/1384
- BÜRGERaktive Bad Vilbel e.V., Stillgruppe und Mütterkreis**
Bad Vilbel
Frau Martina Deierling
06101/1384
- MPU-Hilfe Wetterau, Interessengemeinschaft suchtgefährdeter und alkoholauffälliger Kraftfahrer**
Wölfersheim
Herrn Uwe Hoffmann
06032/932 654
- Freundeskreis Wölfersheim/Södel, Selbsthilfegruppe für Suchtkranke und Angehörige e.V. (Alkohol, Medikamente, Nikotin)**
Wölfersheim/Wohnbach
Herrn Heinrich Dombrow
06036/6078
- Selbsthilfegruppe mit fachlicher Betreuung für Angehörige von Suchtkranken**
Friedberg
Frau Jutta Frischmann-Kah
06031/72100
- Freundeskreis Altenstadt, Verein für ehrenamtliche Suchtkranke**
Altenstadt
Herrn Andreas Wennekens
06047/4581
- Anonyme Alkoholiker Bad Nauheim, Suchtkrankehilfe**
Bad Nauheim
06032/6032
- Anonyme Alkoholiker Bad Nauheim/Steinfurt, Suchtkrankehilfe**
Bad Nauheim/Steinfurt
Herrn Gerald ?
06032/81309
- Gesprächskreis Alkoholismus für Betroffene und Angehörige, Suchtkrankehilfe**
Bad Vilbel
0174/83454 oder
06101/83459
- Guttempler-Gemeinschaft Büdingen, Suchtkrankehilfe**
Büdingen
Herr Reinhard Hahn
06664/1252
- Anonyme Alkoholiker Friedberg, Suchtkrankehilfe**
Friedberg
Herrn Wolfgang ?
06031/14806
- Selbsthilfegruppe NA-Gruppe, Suchtkrankehilfe**
Friedberg
06031/72100
- Anonyme Alkoholiker Ortenberg, Suchtkrankehilfe**
Bleichenbach
Herrn Hermann ?
06041/820627
- Anonyme Alkoholiker Butzbach, Suchtkrankehilfe**
Butzbach
Herr Reinhard ?
06033/920176
- mitsam e.V. Friedberg, Selbsthilfegruppe f. Betroffene und Angehörige, Suchtkrankehilfe**
Friedberg
Herrn Horst-Bernhard
Butlar
06034/8176+8193
- Gesprächskreis Karben, Selbsthilfegruppe f. Alkoholabhängige u. deren Angehörige, Suchtkrankehilfe**
Karben
Frau Annemarie Faller
06039/7236
- Kreuzbundgruppe e.V. Gruppe Friedberg, Suchtkrankehilfe (Alkohol, Medikamente und deren Angehörige)**
Friedberg
Herrn Harald
Schumacher
06031/2021
- Guttempler-Gemeinschaft (Ritter Bechtram), Suchtkrankehilfe (Alkohol/Med.) und deren Angehörige**
Dortelweil
Herrn Nikolaus Mauer
06101/86893
(069/4910851)
- Freundeskreis Suchtkrankehilfe (Alkohol/Medikamente)**
Butzbach
Herrn Herbert Nass
06033/16771
- Selbst-Initiativ-Gruppe, Suchtkrankehilfe (Alkohol/Medikamente)**
Gedern
Frau Annegret Alt
06045/4293
- Freundeskreis Altenburg e.V., Verein für Suchtkrankehilfe (Alkohol/Medikamente)**
Nidda
Herrn Volker Köster
06035/1303
- Freundeskreis Suchtkrankehilfe (Alkohol/Medikamente)**
Echzell
Frau Helga Kretschmer
06008/7900 oder
06008/9189637
- Freundeskreis Büdingen/Düdelshaus, Selbsthilfegruppe für Suchtkrankehilfe für Betroffene und Angehörige**
Düdelshaus
Herrn Arthur Demuth
06185/7269
- Guttempler-Gemeinschaft „Wetterau“, Suchtmittelabhängigkeit (Alkohol)**
Friedberg
Ehep. Bernd H. und
Monika-S. Rösler
06031/7458
- Selbsthilfegruppe Trauernde Eltern**
Altenstadt
Frau Sylvia Dr. Börgens
06036/3058
- Katholisches Dekanat Wetterau West, Partnerverlust durch Tod, Trauerverarbeitung**
Altenstadt
Herrn Joachim Michalik
06032/931313
- Katholisches Dekanat Wetterau West, Partnerverlust durch Tod, Trauerverarbeitung**
Butzbach
Herrn Joachim Michalik
06032/931313
- Selbsthilfegruppe Menschen in Trennung**
Rosbach/Ober-Rosbach
Herrn Manfred Fuchs
06003/828538 ab 19⁰⁰
(069/9581065)
- Selbsthilfegruppe Frauen in Trennung und Scheidung**
Friedberg
Frau Jutta Fenske
06031/2511
- Katholisches Dekanat Wetterau West „Aus der Traum“, Trennung und Scheidung Was dann?**
Bad Nauheim
Herrn Joachim Michalik
06032/931313
- BÜRGERaktive Bad Vilbel e.V., Pfunde runter - gesund und munter, Übergewicht**
Bad Vilbel
Frau Martina Deierling
06101/1384
- BÜRGERaktive Bad Vilbel e.V., Die Pfundigen, Übergewicht**
Bad Vilbel
Frau Waltraud Ballmert
06101/1384
- „Erfolgreich abnehmen“, Übergewicht**
Friedberg
Frau Edith Wellenberg
06031/5914
- Selbsthilfegruppe, Zöliakie/Sprue**
Friedberg
Frau Sabine Coldehoff
06031/62982
- Selbsthilfegruppe, Zöliakie/Sprue**
Nidda
Frau Irma Euler
06041/821604
- Freundeskreis Büdingen/Düdelshaus, Selbsthilfegruppe für Suchtkrankehilfe für Betroffene und Angehörige**
Düdelshaus
Herrn Arthur Demuth
06185/7269
- Guttempler-Gemeinschaft „Wetterau“, Suchtmittelabhängigkeit (Alkohol)**
Friedberg
Ehep. Bernd H. und
Monika-S. Rösler
06031/7458
- Selbsthilfegruppe Trauernde Eltern**
Altenstadt
Frau Sylvia Dr. Börgens
06036/3058
- Katholisches Dekanat Wetterau West, Partnerverlust durch Tod, Trauerverarbeitung**
Altenstadt
Herrn Joachim Michalik
06032/931313
- Katholisches Dekanat Wetterau West, Partnerverlust durch Tod, Trauerverarbeitung**
Butzbach
Herrn Joachim Michalik
06032/931313
- Selbsthilfegruppe Menschen in Trennung**
Rosbach/Ober-Rosbach
Herrn Manfred Fuchs
06003/828538 ab 19⁰⁰
(069/9581065)
- Selbsthilfegruppe Frauen in Trennung und Scheidung**
Friedberg
Frau Jutta Fenske
06031/2511
- Katholisches Dekanat Wetterau West „Aus der Traum“, Trennung und Scheidung Was dann?**
Bad Nauheim
Herrn Joachim Michalik
06032/931313
- BÜRGERaktive Bad Vilbel e.V., Pfunde runter - gesund und munter, Übergewicht**
Bad Vilbel
Frau Martina Deierling
06101/1384
- BÜRGERaktive Bad Vilbel e.V., Die Pfundigen, Übergewicht**
Bad Vilbel
Frau Waltraud Ballmert
06101/1384
- „Erfolgreich abnehmen“, Übergewicht**
Friedberg
Frau Edith Wellenberg
06031/5914
- Selbsthilfegruppe, Zöliakie/Sprue**
Friedberg
Frau Sabine Coldehoff
06031/62982
- Selbsthilfegruppe, Zöliakie/Sprue**
Nidda
Frau Irma Euler
06041/821604