

# 8. Aktionstag der Stuttgarter Selbsthilfegruppen

Am 19.06.2010 präsentierten sich über 70 Selbsthilfegruppen aus Stuttgart der Öffentlichkeit mit dem Motto „**Gemeinsam sind wir stark**“ – Die Selbsthilfegruppe von ceres Stuttgart und dem Bundesverband SHV – FG e.V. war mit dabei. An unserem attraktiven Stand kam dieses Mal kaum jemand vorbei.



Unsere Puppe „Anna von ceres“ lockte mit ihren großen Augen und ihrem unermüdlich freundlichen Lächeln die vorbeigehenden Besucher an. Zunächst interessieren sie sich auch nur für unsere mitgebrachten Wahrnehmungsexponate, denn kaum jemand hatte etwas mit Hirnverletzungen zu tun. Aber mit unserem Spiegelzeichengerät, dem Dauerbrenner für Lacherfolge, und den gebogenen Hölzern, die beim Betrachten eine echte Hirnleistungsstörung zeigen, auch wenn man nicht hirnverletzt ist, gelingt es uns immer auf Handycaps mit unserem Gehirn aufmerksam zu machen.

So sensibilisiert kommen interessante Gespräche rund um unser faszinierendes Gehirn zustande und wir haben aufmerksame Zuhörer für unser Anliegen gefunden.

Dank unserer großen Erfahrungen, können wir mit viel Fingerspitzengefühl auch auf provokante Fragen eingehen und im laufenden Gespräch manchen Besucher zum Nachdenken und oft auch zum Umdenken bewegen.

Solche Erlebnisse machen unseren Mitgliedern Mut noch mehr in die Öffentlichkeit zu gehen und das Gespräch mit Nichtbetroffenen zu suchen. Sie geben uns außerdem Kraft für Gespräche mit Krankenkassenvertretern, Ärzten und Politikern.

Auch der Austausch mit anderen Selbsthilfegruppen ist wichtig für das Selbstwertgefühl einer Gruppe. In der heutigen Zeit, in der immer mehr ein Machtlosigkeitsgefühl und auch Resignation zu spüren ist, wirken die Ideen- und Motivationshintergründe anderer Selbsthilfegruppen positiv auf unsere Gruppenarbeit.

Eine Selbsthilfegruppe ist in der Lage Menschen zu helfen und sie aus der Isolation und Depression heraus zu holen. Bei diesem Aktionstag wurde auch deutlich, wie emanzipiert sich die Selbsthilfe in den letzten 20 Jahren Anerkennung geschaffen hat. Wir sind als gleichwertige Partner zu

beruflichen Helfern, im Gesundheitswesen, im politischen Bereich und im Alltag nicht mehr wegzudenken.

Die Bürgermeisterin der Stadt Stuttgart bezeichnete in ihrer Rede zur Eröffnung des Aktionstages die Selbsthilfegruppen als Hefebakterien im Teig.

In Stuttgart haben wir das große Glück eine kompetente Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen zu haben. Unsere Kiss Stuttgart hat in den letzten 20 Jahren sehr dazu beigetragen, dass die Selbsthilfegruppen in der Ärzteschaft immer mehr als gleichwertige Partner akzeptiert werden. Dies wurde uns auch beim 4. Fachtagung zwischen den Selbsthilfegruppen und der Kassenärztliche Vereinigung in Baden Württemberg (KVBW) von der Vorsitzenden der KVBW, Frau Dr. Gisela Dahl, bestätigt. Sie riet am 01.02.2010 den anwesenden Ärzten, in Zeiten knapper Beratungszeiten und Budgetierungen, auf den Erfahrungsschatz einer Selbsthilfegruppe für die Behandlung eines Betroffenen zurückzugreifen.

Die Kiss Stuttgart schult auch intensiv ihre 500!! Selbsthilfegruppen in Stuttgart. Mehrfach im Jahr finden kostenlose und fachkompetente Workshops statt. Die Gruppen haben außerdem die Möglichkeit unbürokratische Hilfe rund um ihre Selbsthilfearbeit von Kiss zu bekommen.

Dass dies nicht überall der Fall ist, bestätigte uns eine KiSS Mitarbeiterin. Aber in einer solchen Region, soll man nicht resignieren, dafür gibt es die bundesweit arbeitende Kontaktstelle NAKOS. Von dort erhält man ebenfalls fachkompetente Beratung und Hilfe.

Wir wünschen uns bald wieder weitere Zusammenkünfte mit anderen Gruppen und auch gemeinsame Aktionen. Wir brauchen dringend die gemeinsame Stärke in der heutigen Zeit. Mit gemeinsamer Kraft und mit mehr Kreativität, mehr Mut und mehr Solidarität gelingt es uns die Öffentlichkeit wachzurütteln, um gegen die weit verbreitete gefühlte Machtlosigkeit in der Öffentlichkeit zu kämpfen.

Ein Bericht von Ingrid Pramberger  
Bundesvorstandsmitglied  
und 1. Vorsitzende des Vereins ceres Stuttgart e. V.