

# Von Alkoholsucht bis Zwangsstörung

Am Sonnabend stehen in der Elbe-Jeetzel-Klinik Selbsthilfegruppen im Mittelpunkt

VON ROUVEN GROSS

**Dannenberg.** In Deutschland gibt es schätzungsweise 100 000 Selbsthilfegruppen. Rund 3,5 Millionen Menschen engagieren sich in diesen Gruppen beziehungsweise finden dort Rat und Raum zum Reden. Über so ziemlich alles: von A wie Adipositas und Alkoholsucht bis Z wie Zwangsstörungen oder Zöliakie, also Glutenunverträglichkeit. In Lüchow-Dannenberg gibt es 32 Selbsthilfegruppen, und 14 davon stellen sich am Sonnabend,

dem 1. Juni, bei einem Infotag in der Elbe-Jeetzel-Klinik in Dannenberg vor. Organisiert von der Klinik und der Selbsthilfekontaktstelle des Paritätischen Wohlfahrtsverbands in Lüchow, finden Betroffene, Angehörige und andere Interessierte dort zwischen 10 und 16 Uhr Informationen und Ansprechpartnerinnen und -partner zu vielen gesundheitlichen Themen. Und zum Thema Selbsthilfegruppen an sich auch.

„Wir verstehen uns als Gesundheitszentrum und verfolgen einen ganzheitlichen Ansatz – da gehören Selbsthilfegruppen selbstverständlich dazu“, sagt Nina Neelsen, die stellvertretende Direktorin der Elbe-Jeetzel-Klinik. Menschen einen Raum zu geben, andere mit gleichen oder ähnlichen Erfahrungen zu treffen, sich auszutauschen, Rat ein-

zuholen und auch fachliche Beratung hätten bei der Gesundung und der Gesunderhaltung einen hohen Stellenwert. Man hoffe daher, möglichst viele Menschen für den Selbsthilfe-Infotag und dort dann auch für die passende Selbsthilfegruppe zu begeistern. Vorstellen werden sich die Selbsthilfegruppe „Unser Darm“ für Stoma-Träger, die „Multiple-Sklerose-Kontaktgruppe Lüchow-Dannenberg“, die „Wendland Lilys“-Selbsthilfegruppe für Menschen mit Lymph- oder Lipödemen, die Selbsthilfegruppe „Leben mit Adipositas“, eine Selbsthilfegruppe für CRPS- und Morbus-Sudek-Betroffene, eine Selbsthilfegruppe für Blinde und Sehbehinderte, eine Selbsthilfegruppe für Menschen mit Hörbeeinträchtigungen und CI-Trägerinnen und -Träger, eine Selbsthilfegruppe für Angehöri-

ge von Menschen mit psychischen Erkrankungen, die Selbsthilfegruppe „Regenbogen“ für Menschen mit psychosomatischen Erkrankungen, die Guttempler-Gemeinschaft „Stafette“ Hitzacker, „Sine-Alko“ für ein Leben ohne Suchtmittel, das Onkologische Netzwerk, der Hospizverein Lüchow-Dannenberg sowie der Genesungsbegleiter Matthias Häberlen.

Das Programm beginnt um 10.30 Uhr mit einem Vortrag für Menschen mit Krisenerfahrungen, ab 11 Uhr wird „Hockergymnastik“ vorgestellt, anschließend gibt es ab 11.30 Uhr einen Vortrag über Ernährung für MS-Patienten. Ab 12 Uhr kann man Qigong kennenlernen, auch ab 12 Uhr können Interessierte erfahren, wie Trampolinspringen bei Lymphabflussstörungen hilft. Ab 13 Uhr gibt es einen Vortrag zu



Organisieren den Selbsthilfe-Infotag: Nina Neelsen (rechts), Sina Strauchmann von der Selbsthilfekontaktstelle und EJK-Projektmanager Gregor Szorec.

Aufn.: R. Groß

Lymph- und Lipödemen, anschließend wieder Hockergymnastik, Qigong und Trampolin-

springen. Ab 15.30 Uhr findet ein Vortrag über Sport für stark übergewichtige Menschen statt.