Selbsthilfe im Kreis stellt sich vor: Infos, Unterhaltung und Praxistests

Birgit Kollmann (r.) und Lisa Nießalla stellten das Programm der Selbsthilfe-Aktion auf dem Kamener Markt vor. Foto: Constanze Rauert

Sie sind aktiv, sie sind viele und sie machen nun landesweit von sich reden. „Selbsthilfe bewegt“ heißt das Motto der ersten NRW-Selbsthilfe-Tour. Eine Station des Trucks: der Alte Markt in Kamen. Dort stellt sich am Freitag, 31. August die Selbsthilfe im Kreis Unna vor.
Die Vorbereitungen laufen über die in Sachen Organisation vielfach erprobte Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen (K.I.S.S.) im Kreis Unna: Rund 260 Gruppen gibt es derzeit im Kreis und damit mehrere tausend Menschen, denen die K.I.S.S. als Koordinator, Anlaufstelle und Büro zur Verfügung steht.

Programm-Mix mit fünf Themen

Für den 31. August hat das Team gemeinsam mit 14 Selbsthilfegruppen aus Bergkamen, Kamen, Lünen, Unna und Schwerte und mit Unterstützung von Kooperationspartnern wie z.B. der Robert-Enke-Stiftung ein umfangreiches Programm auf die Beine gestellt. Die von Lothar Baltrusch von Antenne Unna moderierte Veranstaltung beginnt um 12 Uhr und bietet einen Mix aus Unterhaltung, Austausch und Information.

In den Blickpunkt gerückt werden fünf Themen: Unter dem Stichwort „Selbsthilfe funktioniert nicht von allein“ stellt sich die KISS vor (ab 12.30 Uhr). Unter der Überschrift „Chronische Erkrankungen“ rücken die Selbsthilfegruppen Adipositas Kamen, Multiple Sklerore Schwerte und das Parkinson-Forum Unna in dem Mittelpunkt (13.45 Uhr).

Führhund Leo zeigt sein Können

Um Behinderungen geht es im dritten Themenkomplex. Der Blinden- und Sehbehindertenverein Unna stellt sich vor, Führhund Leo zeigt, was er kann und Tanz und beat boxing mit Nils Michalsky gibt es auch (14.10 Uhr). Suchterkrankungen und was das mit Menschen ihren Angehörigen macht, ist das vierte Thema (14.35 Uhr). Hinter dem Stichwort Psychische Erkrankung verbirgt sich eine kabarettistische Lesung mit Len Mette (15 Uhr).

Ausprobieren verbessert Verständnis

Diskutiert wird natürlich auch. „Von junger Selbsthilfe bis Pflegeselbsthilfe – die Selbsthilfe im Wandel der Zeit“ ist Thema der ersten Diskussionsrunde (13 Uhr). Mit dabei sind Dirk Kolar (Vorsitzender des Ausschusses für Gesundheit und Verbraucherschutz), Anne Schrei (eine Sprecherin des Sprecherrats der Selbsthilfegruppen im Kreis Unna), Bärbel Brünger (Verband der Ersatzkassen NRW) und Kai Sporea (Reha Kamen).

Abgerundet wird das Programm mit der zweiten Gesprächsrunde (15.15 Uhr) mit Isolde Kleiner von der Kontaktstelle für

psychisch Kranke, dem Autor und Musiker Len Mette und einem Vertreter der Selbsthilfe. Zwischendurch ist immer wieder Zeit, der Musik von SmartAbility und dem Chor „Lichtblick“ zuzuhören, bei verschiedenen Infoständen vorbeizuschauen und selbst aktiv zu werden. Ausprobiert werden kann z. B. ein Hindernis-Parcours mit Tast-Stock, ein Rauschbrillen-Parcours oder der Alterssimulationsanzug GERT.

Das komplette Programm findet sich im Internet unter www.kreis-unna.de (Suchbegriff NRW-Selbsthilfe-Tour 2018). PK | PKU